

第18回（平成30年度）

# 九州保健福祉大学公開講座 募集要項

今年度の公開講座タイトルは、「大学からの情報発信2018～保健科学部から地域の方々へ～」です。九州保健福祉大学は、設立以来、地域の皆さまと共に歩み、公開講座も今年度で18年目（18回）を迎えました。この間、大学では地域交流、研究、学生教育等に鋭意取り組んでまいりました。今後も、大学内の知的財産、各学部・学科における研究内容等を地域の方々にもっと知って頂き、地域との交流を更に深めていきたいと思っております。今年度は、「保健科学部からの情報発信」です。

受講して  
みませんか？

## ～ 日 程 ～

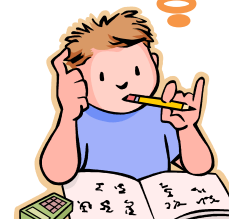
<7月28日(土)午前10時～10時20分>

### 公開講座開講式

<7月28日(土)午前10時20分～12時>

#### ①【暮らしに影響を与える眼の病気 ～目の健康寿命を延ばすため～】

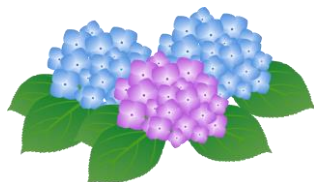
講師 齋藤 真之介（視機能療法学科助教）



<8月25日(土)午前10時～12時>

#### ②【認知症と健口との関係】

講師 中村 真理子（言語聴覚療法学科教授）



<9月29日(土)午前10時～12時>

#### ③【口の機能を高めよう】

講師 原 修一（言語聴覚療法学科教授）



<10月20日(土)午前10時～12時>

#### ④【エビデンスに基づく健康気圧療法へのアプローチ】

講師 右田 平八（臨床工学科准教授）

<11月17日(土)午前10時～12時>

#### ⑤【おいしい減塩食】

講師 竹澤 真吾（臨床工学科教授）

<12月15日(土)午前10時～11時30分>

#### ⑥【骨関節疾患と生活の工夫

～骨粗鬆症・変形性関節症・腰痛について～

講師 立石 修康（作業療法学科教授）

<12月15日(土)午前11時30分～12時>

### 公開講座修了式



## ～講師概要および講師プロフィール～

### <7月28日（土）午前10時20分～12時>

#### 【暮らしに影響を与える眼の病気 ～目の健康寿命を延ばすため～】

近年、健康上の問題がない状態で日常生活を送ることのできる期間を示す「健康寿命」が話題となっていますが、健康寿命が平均寿命よりも男性で約9年、女性で約13年短いといわれています。この健康寿命を保つためには日常生活で必要な動作（ADL）が可能であり、自分の意志で生活できることが必要です。そしてその中において「視覚」は重要であり、生涯にわたって良好に物を見る能力が必要となります。しかし、加齢に伴い視覚を妨げる目の疾患は、白内障、緑内障、黄斑変性など様々存在し、これらを放置すると健康寿命が短くなってしまいます。そこで今回の公開講座では、眼科の代表的な疾患の自覚症状や検査などを中心にお話をしたいと思います。



講師 齋藤 真之介(さいとう しんのすけ)

保健科学部 視機能療法学科 助教

東京都板橋区出身。九州保健福祉大学 保健科学部 視機能療法学科卒業、九州保健福祉大学大学院 保健科学研究科 修士課程修了。平成15年 視能訓練士免許取得。同年より医療法人恒昇会 タカオ眼科（延岡市）に勤務。平成24年 九州保健福祉大学 保健科学部 視機能療法学科に勤務、平成26年 宮崎大学医学部附属病院眼科、平成27年 宮崎県立延岡病院眼科、宮崎県済生会日向病院眼科の非常勤職員を兼務、平成28年 延岡市3歳6か月児健康診査にて眼科検査を担当、現在に至る。

### <8月25日（土）午前10時～12時>

#### 【認知症と健口との関係】

「8020」運動という言葉をご存知でしょうか。日本歯科医師会が推進している「80歳になっても20本以上の歯を保とう」という運動です。歯は食物を咀嚼するためだけではなく発音にも大切な役割を果たします。そして歯の数と認知機能には関係があることが分かってきました。今日は歯と認知症との関係について解説させていただきたいと思います。また日本歯科医師会が「8020運動」に加えて現在力をいれているオーラルフレイルについても紹介し、その予防方法について紹介させていただきます。



講師 中村 真理子（なかむら・まりこ）

保健科学部言語聴覚療法学科 教授

岡山県出身。岡山大学歯学部卒業、岡山大学歯学部歯科矯正学講座助手、吉備国際大学短期大学部教授を経て現職。博士（歯学）、日本矯正歯科学会認定医。博士号取得時の研究テーマである生体材料について現在も研究を行っている。北海道大学と共同で生体埋植型の生体材料の実用化に取り組んでいる。

### <9月29日（土）午前10時～12時>

#### 【口の機能を高めよう】

最近、高齢者の口の機能に関して、「口腔機能低下症」という言葉が使われるようになりました。「口腔機能低下」とは、年を取るにつれて、口の中の「感覚」、「咀嚼」、「食べ物の飲み下し（嚥下）」、「唾液の分泌」などの機能が、少しずつ低下してくる症状のことをいいます。本講義では、「口腔機能低下症」により、どのようなことが起こるのかを知り、かつ、「口腔機能低下症」を予防し、生涯にわたっての会話や食べることを楽しみ、健康長寿をいつまでも続けるための方法について学びます。



講師 原 修一（はら しゅういち）

保健科学部言語聴覚療法学科 教授

長野県出身。筑波大学大学院 博士課程医学研究科を修了（医学博士）。平成18年4月より本学保健科学部 言語聴覚療法学科に勤務。専門は、地域に在住する方々の口の機能を高めるための方法の研究、難病の方々のコミュニケーション手段に関する支援です。

**<10月20日（土）午前10時～12時>**

**【エビデンスに基づく健康気圧療法へのアプローチ】**

1.3 気圧に加圧した装置内でリラックスして行われる処置を「健康気圧療法」と言います。水中でいうと3m潜ったのと同じ圧力に曝され、体がフワッとして気持ちの良いレベルです。目的は、健康や体力の維持・増進、病気にならない体を作ること（免疫能力や抵抗力の維持・向上）です。最新の知見では、抗加齢（アンチエイジング）、美容に対する効果、メタボリックシンドロームや認知障害の予防を目指すことができると期待されています。私たちは「健康気圧療法」の科学的な検証を行い、病態に対して有効である根拠を証明（エビデンス）して来ました。「健康気圧療法」で新たに分かってきたことを高気圧環境医学の立場から平易に解説します。



右田 平八（みぎた へいはち） 保健科学部臨床工学科 准教授  
大分県湯布院出身 博士、臨床工学技士、呼吸療法認定士、高気圧酸素治療専門技士として救急病院で20年の臨床経験があり、現在も病院で呼吸療法、血液浄化療法等の臨床業務を行っている。主な所属学会では、日本高気圧環境・潜水医学会評議員、日本高気圧酸素医療技術学会理事、宮崎県臨床工学技士会理事を務める。研究テーマは、高気圧環境下における生体反応と防御機構、専門は高気圧環境医学。

**<11月17日（土）午前10時～12時>**

**【おいしい減塩食】**

減塩＝まずい食事とのイメージが付きまといますが、実際にはおいしい減塩食を手軽に作ることができます。延岡市内の外出は塩分が高く、健康的とはいえません。減塩食を楽しみながら、健康を維持していきましょう。近年は減塩志向が高まったため、都市部では塩分控えめのメニューが多く見られるようになってきました。おいしい減塩食を作るのは多少高くつくりますが、長期的な健康維持費としてみれば安いものです。塩分摂取過剰は高血圧にもつながります。いくつになっても健康なお体で楽しく人生を過ごす。おいしいお食事を工夫してみたいはかがでしょうか。講座では実際に学生と作成した減塩食も試食していただく予定です。



竹澤 真吾（たけさわ しんご） 保健科学部臨床工学科 教授  
早稲田大学理工学部応用科学化卒、同大学院博士課程終了、工学博士。専門は生体化学工学。三重県の大学に勤務中、経済産業省の補助金をうけて鳥羽にワンストップ透析旅行プログラムを作成、「人工透析の方向け伊勢志摩オーダーツアー」として現在も継続している。おいしい減塩食を中心に、温泉旅行を楽しんでもらう内容。最近では東九州メディカルバレープロジェクトで東南アジアの人材育成と新しい医療機器の開発も行っている。

**<12月15日（土）午前10時～11時30分>**

**【骨関節疾患と生活の工夫 ～骨粗鬆症・変形性関節症・腰痛について～】**

既にご存知かとは思いますが、骨粗鬆症は骨量が減って骨折しやすくなる病気です。変形性関節症は主に膝や股の関節の軟骨がすり減って、痛みや可動域の制限がおこる病気です。腰痛は坐骨神経痛とも呼ばれ腰が痛くなる病気です。

今回の講座では、これらの病気の予防法や、なってしまった後の対処の方法を、薬などの医療手段ではなく、日常の生活の工夫から考えてみたいと思います。骨の模型や標本を見ていただき、あるいは触っていただき、病気の本質を実感していただこうとも思っています。

ただし、私の持っているのは作業療法士免許です。申し訳ありませんが、医師法の関係で病気の個人的な相談にはお答えできないことをご承知おきください。



立石 修康（たていし のぶやす） 保健科学部 作業療法学科 教授  
福岡県出身。九州リハビリテーション大学卒業（現在は閉校）。作業療法士。昭和56年より千葉労災病院、59年より名古屋掖済会病院にて勤務。千葉労災病院では主に脳卒中や脊髄損傷のリハビリ、名古屋掖済会病院では手のリハビリを担。62年より国立療養所福岡東病院附属リハビリテーション学院（現在は閉校）にて厚生教官として勤務。平成6年より本学にて勤務（現職）。担当科目は、運動学や身体障害の作業療法など。

# ＝募 集 要 項＝

平成30年度九州保健福祉大学公開講座の全体テーマは「大学からの情報発信2018～保健科学部から地域の方々へ～」で、全6回シリーズです。6回まとめた募集ですが、都合のつかない講座は受講されなくても構いません。受講を希望される方は下記によりお申し込みください。

## ～応募方法～ ※いずれかの方法でお申込ください。

- ①郵 送：〒882-8508 宮崎県延岡市吉野町 1714-1 九州保健福祉大学  
公開講座委員会事務局宛に、往復はがきで「郵便番号・住所・  
氏名（ふりがな）・年齢・電話番号」を記入し申し込んでください。  
（復）はがきにも返信宛先を書いてください。
- ②FAX：0982-23-5530  
九州保健福祉大学 公開講座委員会事務局宛  
「郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号」をご記入の上、  
上記FAX番号に送信して下さい。
- ③E-mail：kuhw-syomu@office.jei.ac.jp  
※ 必ず件名に「公開講座申込」と記載して下さい。  
「郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号」をご記入の上、  
上記アドレスに送信して下さい。

**・ 申込締切 7月20日（金）必着でお願い致します。**

## ～受講について～

- ・ 定 員 定員は200名です。※高齢者（65歳以上）の方を主に対象としていますが、それ以外の年齢の方も受講できます。
- ・ 受 講 料 大人2,000円、高校生以下500円  
全6回シリーズの受講料で、受講回数に関係なく定額です。  
なお、受講料には資料代を含んでいます。  
受講料は初回の公開講座実施日（7月28日）に徴収します。
- ・ 受講連絡 申込受付後、「公開講座に関するご案内」を送付します。
- ・ 修了証書 全講座を受講された方に「修了証書」を最終日に授与します。
- ・ 応 募 先 〒882-8508 延岡市吉野町1714-1 九州保健福祉大学庶務課内  
公開講座委員会事務局 宛  
TEL 0982-23-5555（代）
- ・ 講座会場 九州保健福祉大学 F講義棟
- ・ 駐 車 場 ※駐車場がありますので、ご利用下さい。

### ～九州保健福祉大学附属図書館利用について～

本学では附属図書館を市民の方に開放しておりますのでご利用下さい。  
開館時間：平日9：00～20：00、土日祝日9：00～18：00  
（年末年始・8月中旬一定期間、学内行事により臨時閉館することもあります）