

# 第10回 畿央大学公開講座

無料



日時：平成24年1月21日(土)

講座A 13:00~14:30

講座B 15:00~16:30

会場：畿央大学 KB04 講義室

真美ヶ丘ニュータウン内 近鉄五位堂駅徒歩15分



メインテーマ

## 「美しく生きる」

「美」は最高のもの、深遠なもの、そして人があこがれてやまない価値のあるものです。畿央大学の建学の精神の一つは「美をつくる」です。

見る人の心を澄まし、喜びとやすらぎを与えられる美しいものを作り出せる人材を世に送り出したいと考えています。

今回の公開講座は、昨年に引き続き「美しく生きる」をメインテーマとして、人のからだと心の美しさを改めて考える機会を持ちたいと考えました。

<p>講座A 12:30 受付 <b>13:00</b> ↳ <b>14:30</b></p>	<h3>美しい姿勢と動きで 体も心も健康に</h3> <p>美しい姿勢と動きは心身の健康と関係が深いことが科学的に証明されています。この美しさというのは、いわゆる見た目の『美』だけではありません。つまり、雑誌やテレビの美しいモデルさんのマネをすればよいというわけではないのです。今回は、聴講者全員が美しく健康になれる、ホンマでっか？というような姿勢と動きのお話をします。最近、姿勢が気になる…運動は面倒だ…という方、ぜひお越しください。</p>	 <p>健康科学部 理学療法学科 准教授 <b>福本 貴彦</b> 運動系理学療法学、義肢装具学、スポーツ医学が専門。 転倒予防や子どもスポーツ用テーピング靴下の開発研究、全国高校野球甲子園大会メデイカルサポートなど幅広く活躍している。</p>
<p>講座B 14:30 受付 <b>15:00</b> ↳ <b>16:30</b></p>	<h3>食べることから ビューティフルライフへの 道筋を探る</h3> <p>食べることが心身にどのように影響するのか、皆さんには日常的に大きな関心事であり、いろいろな機会に情報や知識を得ておられることでしょう。また、どのように生きるかという点について、これまでの豊かな暮らしを目指すということから生活の質を高めた暮らし（高QOL）を志向するようになってきました。本講座では、この食べることと生きることの望ましいあり方を考える手掛かりを、科学の新知見も動員して探ってみます。</p>	 <p>健康科学部 健康栄養学科 教授 <b>森 友彦</b> 畿央大学健康科学研究所所長。 食品の物性・食感の客観的評価法の開発、大豆たんぱく質の応用等の研究を重ね、大豆を原料とするスイーツを商品化するなど産学連携事業を手掛けている。</p>

#### ■申込方法

官製ハガキ・E-mail・Fax のいずれかで、(1)希望される講座（公開講座A・B）複数可 (2)お名前（ふりがな）(3)年齢 (4)住所（〒から）(5)電話番号（連絡先）(6)メールアドレスを明記の上、2012年1月15日（日）までにお申し込みください。

#### ■宛先

〒635-0832 奈良県北葛城郡広陵町馬見中4-2-2 畿央大学企画部 公開講座係  
E-mail: uketsuke@kio.ac.jp / Fax: 0745-54-1600

【お問い合わせ】 畿央大学企画部（担当：水野、増田、伊藤） Tel: 0745-54-1601