

【開催予告】

●詳細は大学ホームページをご覧ください！

第12回畿央大学公開講座「健康長寿のための食と体操」 2014年2月1日(土) 13:00～



ワークショップ・体験型イベント(すべて無料)

地図番号	地図	会場	企画名	時間	内容
①	1F	アリーナ(体育館)	子ども体力測定	終日	就園児～小学3年生(4～9歳)を対象に握力・立ち幅跳び等を測定!
②	1F	アリーナ 小体育館	冒険遊び場	終日	幼児から小学生の子どもたちと小体育館で元気に遊ぼう!
③	2F	C棟2階 デザイン実習室	ソックKARAモンキーづくり ●先着40名・11時から①②の整理券配布	①11:30～13:30(20名) ②14:00～16:00(20名)	針と糸を使って靴下で猿のぬいぐるみ(ソックモンキー)を作ろう! 所要時間約90分(個人の進行具合により変動します)
④	1F	E棟1階 E101教室前	特別支援デジタル教材の体験	終日	奈良養護学校と共同開発した、誰もが楽しめるデジタル教材を体験!
⑤	3F	L棟3階 美術実習室	こども こうさくの部屋	①11:00～12:30 ②13:30～15:00	クリスマスカードやニューイヤーカーなど、とびだすメッセージカードをつくろう!
⑥	2F	E棟2階 第3会議室	積み木 体験!	終日	子どもも大人も、本気で大きな積み木を作ろう!
⑦	B1	E棟地下 和室	大和かるたで遊ぼう	【対戦コーナー】 ①11:00～②12:00～ ③13:00～ ④14:00～ 【体験コーナー】 11:00～15:00	「奈良大和かるた」を通して奈良の歴史や大和路にのこる遺跡や文化財、伝統行事などを絵とことばで学びます。かるたのコピーも差し上げます!
⑧	2F	L棟2階 形態機能実習室	ロボットで遊ぼう	11:00～15:00	地域で小学生が取り組んでいるロボット製作とプログラミングを体験!
⑨	3F	E棟3階 多目的室	わらべうたひろば	①11:00～11:30 ②11:45～12:15 ③13:00～13:30 ④13:45～14:15 ⑤14:30～15:00	知ってる人も知らない人も、わらべうたで遊ぼう!
⑩	3F	E棟3階 音楽室	子ども英語活動	①13:00～14:00 ②15:00～16:00	英語で遊びながらのクリスマスParty!
⑪	2F	C棟2階 第1・2会議室	絵本を楽しもう	①11:00～11:20 ②12:00～12:20 ③13:00～13:20 ④14:00～14:20 ⑤15:00～15:20	大きな絵本を読むと、どんな感じがするのかな? 保護者の方には読み聞かせのコツも伝授!
⑫	2F	E棟2階 オープン教室・E201	まちのほけん室	11:00～15:00	ちょっと知りたい自分のからだ…知りたいところだけチョイスOK! 身長・体重・座高・視力・聴力・握力・血圧の測定など…
⑬	2F	E棟2階 E203ゼミ室	健康クイックチェック(肺の状態チェック) ●先着60名	11:00～15:00	スモーカーライザーを用いて自己の健康状況を確認する体験型プログラム!
⑭	B1	ホール棟地下 コミュニティスペース	健康バランスチェック→なら健康長寿体操 【高齢者対象】●各回20名・正午から①～⑤の整理券配布	①13:00～13:45 ②13:30～14:15 ③14:00～14:45 ④14:30～15:15 ⑤15:00～15:45	身体の重心バランスを測定したあと、転倒予防・嚥下機能改善を目的とした「なら健康長寿体操」をやってみましょう!
⑮	3F	C棟3階 日常生活実習室	着て、見て、体験! 未来予想's	終日	着て…高齢者体験スーツを着用してみよう! 見て…歳をとると見え方はどう変わるの? 体験…ユニバーサルデザインの製品にふれてみよう!
⑯	3F	C棟3階 ラウンジ	パーキンソン病患者の歩行支援	終日	パーキンソン病患者に配慮した歩行誘導パターンを解説! 試作品の展示もあります。
⑰	1F	K棟1階 看護実習室	地域における災害への取り組み	展示13:00～16:00 ①13:30～14:00 ②14:30～15:00	奈良県の災害予測マップや、地域での災害訓練へのアドバイス。 防災グッズの紹介、非常食の試食もあります!
⑱	3F	E棟3階 デザイン実習室	貧血チェック&食事バランスチェック	終日	貧血測定とカロリー自動計算機器「食育サツとシステム」を用いた食事指導!
⑲	1F	ホール棟1階 展望ロビー	テンペ・スイーツの紹介・試食 ●各回 先着50食	①11:00～ ②12:00～ ③13:00～ ④14:00～	大豆の発酵食品である「テンペ」を使ったスイーツを試食!
⑳	1F	ホール棟1階 展望ロビー	大豆粉を使ったスイーツの紹介・試食 ●各回 先着50食	①11:30～ ②12:30～ ③13:30～ ④14:30～	血糖値が上昇しにくいスイーツ、大豆パウンドケーキなどを試食提供!
㉑	1F	ホール棟1階 展望ロビー	豆乳クリームを使ったかぼちゃスープの試食 ●限定200食・先着順	終日	レシピ開発で連携した不二製油の豆乳を使ったかぼちゃスープを試飲できます!