

最新の科学から学ぶ健康づくり! 心身健康科学特別講義のご案内

Knowledge for well-being ~現代をよりよく生きるための知恵~

“こころとからだの
運用の仕方”
学んでみませんか。

近年、人間を理解するとき、「こころ」と「からだ」の相互作用と、「社会」と「人間」の関連性を踏まえて理解することが必要とされています。そこで今回は、人間総合科学大学の蓄積してきた、心身健康科学の「よりよく生きるための知恵」を、ストレス社会を生きる知恵として、特にストレスに曝されることの多い中・高齢者を対象に開催します。

中心テーマはストレスに打ち勝って、ストレスをうまく活かして、ストレスを逆手にとって、老いも若きも、心も体も、健康であるためのライフ・プロモーションについて解説されます。

医療従事者の方々には、高齢者医療や在宅看護に役立つ情報をお仕事にご活用ください。

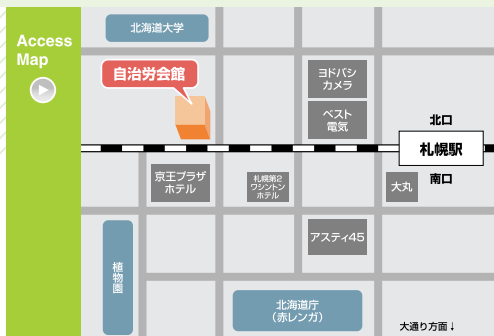
心身健康科学のスペシャリストの語るライフ・プロモーション講座 Knowledge for well-being ~ストレス社会を生きる知恵、ストレスを活かす知恵~

日時 **2010年7月31日(土)**
10:00~15:55

会場 **北海道自治労会館**

※JR札幌駅から徒歩9分 TEL.011-747-1457

先着**150名**
受講料**無料!**



特別講演

ストレス社会を生き抜く スーパー老人の知恵に学ぶ

独自の栄養理論で著名な医学博士である柴田博先生が、生涯現役で活動する“スーパー高齢者”たちの生活習慣・食習慣、そして心身健康の秘訣を伝授する

13:30~14:40

柴田 博 (人間総合科学大学大学院教授)



パネルディスカッション

ストレス社会を生きる知恵、 活かす知恵

14:45~15:55

コーディネーター 久住 真理 (人間総合科学大学学長)

パネリスト 柴田 博、鈴木はる江、
久住 武、島田涼子



講義終了後も15:55~16:55 入学相談承ります。 ※特設コーナーを設置しておりますので、お気軽にご相談ください。

こころもからだも 健やかに生きるために -ライフ・プロモーション

10:00~10:50

久住 武
(人間総合科学大学教授)



ストレスと うまく付き合うための 心身の科学

10:50~11:40

鈴木 はる江
(人間総合科学大学教授)



中高年期を より豊かにする「知恵」 ~こころの科学

11:45~12:45

島田 涼子
(人間総合科学大学教授)



お昼休みは12:45~13:30 入学相談承ります。 ※特設コーナーを設置しておりますので、お気軽にご相談ください。

心身健康科学特別講義応募方法

住所・氏名・郵便番号・電話番号・年齢・希望人数を明記の上、下記いずれかの方法でご応募ください。

- ① <http://www.human.ac.jp/>
- ② TEL.048-749-6111
- ③ FAX.048-749-6110 (24時間受付)
- ④ E-mail admin@human.ac.jp

より詳しい情報が掲載されています

●お問い合わせ:人間総合科学大学 心身健康科学特別講義係
(下記フリーダイヤルまで。平日9:00~17:30、土・日9:00~17:00)

☎0120-277-713

※定員になり次第、締め切らせていただきます(先着順)。
※席に余裕があれば当日受付可。下記までお電話にてご連絡ください。



学びたい時が適齢期! 働きながら、ダブルスクール、いろいろなスタイルで学べる通信制大学

人間総合科学大学 人間科学部 人間科学科 **通信教育課程**

10/31(日)まで随時願書受付中!!

2010年10月入学生募集中!

試験は書類選考のみ

※入学願書(無料)や詳しい資料は、上記フリーダイヤル・ホームページ・E-Mail・FAXからご請求ください。

こんな資格がめざせます

- 認定心理士
- 産業カウンセラー(受験資格)
- 養護教諭(一種)
- 社会教育主事(任用資格)



学校法人 早稲田医療学園

人間総合科学大学・大学院

大学 人間科学部 人間科学科(通信制)/健康栄養学科(通学制)・管理栄養士養成施設

大学院 人間総合科学研究科 心身健康科学専攻(通信制)修士課程・博士後期課程/健康栄養科学専攻(通学制)修士課程

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL.048-749-6111 FAX.048-749-6110 URL <http://www.human.ac.jp/>