

藤岡市教育委員会 生涯学習講座

事業概要

元気でいきいきと暮らせる藤岡と市内のにぎわいを目指して群馬医療福祉大学 看護学部では藤岡市民を対象に医療・福祉に関する講座を開講しております。市民のニーズの高い健康・医療・福祉・子どもに趣をおいて講座などを開講し、子どもから高齢者までが学び、語らい・楽しめる環境とシステムを整備して生涯学習の場として位置付けております。

平成 24 年 10 月 26 日（金） 看護学部

▶ 教授／西山 智春 ▶ 参加人数／ 20 名

▶ 会場／藤岡市鬼石公民館

▶ テーマ：とっさのときにきつと役立つ応急手当

元気のよい子どもは、思わぬ時に熱を出したり、やけどや怪我をしたりします。そこでとっさのときに慌てずに応急処置ができるように基礎的な処置の方法を身につけて日常生活に役立てていただくとするものです。

平成 24 年 10 月 26 日（金） 看護学部

▶ 講師／丸井 明美 ▶ 参加人数／ 20 名

▶ 会場／藤岡市鬼石公民館

▶ テーマ：高齢者におこりやすい事故と対応

高齢者の事故や怪我を予防するための方法や衰えを防止するエクササイズを体験していただきました。生活を楽しく活動的に送れるようになります。

平成 24 年 12 月 8 日（土）リハビリテーション学部

▶ 講師／多田 菊代 ▶ 参加人数／ 45 名 ▶ 会場／藤岡市藤岡公民館

平成 25 年 1 月 26 日（土）リハビリテーション学部

▶ 講師／多田 菊代 ▶ 参加人数／ 40 名 ▶ 会場／藤岡市神流公民館

平成 25 年 2 月 16 日（土）リハビリテーション学部

▶ 講師／多田 菊代 ▶ 参加人数／ 50 名 ▶ 会場／藤岡市日野公民館

▶ テーマ：腰痛予防-腰はからだの要

腰痛の原因を理解し、正しい姿勢を心がけたり、同じ動作を繰り返さないことが腰痛予防になります。日常生活における対策として、体幹と股関節まわりの柔軟性を高めるストレッチについて実技を交えて解説いたしました。



来場者をモデルに腰痛予防対策を解説する多田さん

藤岡市の藤岡公民館で文化講演会が開かれ、群馬医療福祉大学リハビリテーション学部の講師の多田菊代さんが「腰痛予防-腰はからだの要」と題して講演した。

多田さんは腰痛の原因を解説した後、正しい姿勢を保ち、同じ動作を何回も繰り返さないことを説いた。日常生活における腰痛予防対策として「ストレッチで体幹と股関節まわりの柔軟性を高めよう」と呼び掛け、参加者とともに腰痛予防のストレッチを実演した。

講演会は同公民館の生涯学習活動の一環。市民の文化水準向上を目的に年一回開いている。