

## 姫路大学 テーマ：健康と暮らし

回	日時	講義内容	講師
1	10月7日(木) 10:00-11:30	高齢者のかかりやすい病気とその予防	看護学部 教授 鈴木 千絵子
2	10月14日(木) 10:00-11:30	ことばの世界から考える健康な暮らし	看護学部 特任教授 高橋 幸子
3	10月21日(木) 10:00-11:30	地域で見守る子どもの未来	看護学部 教授 富岡 美佳
4	10月28日(木) 10:00-11:30	シニア世代に多い疾病と手術について	看護学部 教授 中木 里実
5	11月4日(木) 10:00-11:30	健康シニアのための心・身・脳づくり	看護学部 教授 山口 淑恵

定員 25名(申込者多数の場合は先着順。申し込みは、全5回分として受け付け)  
 申込期間 9月10日(金)～9月15日(水)  
 (受付時間 平日10:00～17:00、応募人数に満たない場合は随時受け付け)  
 場 所 姫路大学  
 申込方法 電話で下記へお申し込みください  
 (申込必要事項：住所、氏名、年齢、電話番号)  
 問い合わせ先・申込先  
 姫路大学 総務課  
 〒671-0101 姫路市大塩町2042番2  
 電話：079-247-7301



## 姫路獨協大学 テーマ：『人生100年時代「健康」に生きる』について学びましょう。

回	日時	講義内容	講師
1	10月25日(月) 13:30-15:00	あなたにもできる こころとからだの癒しにつながるハンドケア	看護学部 准教授 平上 久美子
2	11月1日(月) ★15:00-16:30	英語でよむ病気のなまえ	看護学部 教授 安藤 千春
3	11月8日(月) 13:30-15:00	脳と健康	看護学部 教授 坊垣 友美
4	11月22日(月) 13:30-15:00	発熱の仕組みとセルフケア	看護学部 准教授 大橋 久美子
5	12月13日(月) 13:30-15:00	「健康」に生きるための「睡眠」について考えよう	看護学部 教授 三宅 靖子

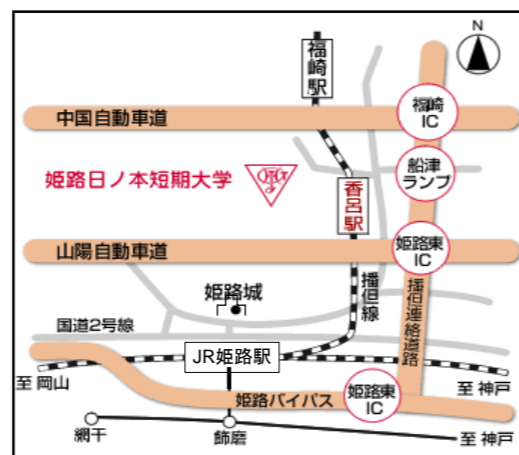
定員 40名(申込者多数の場合は先着順。申し込みは、全5回分として受け付け)  
 申込期間 9月10日(金)～9月17日(金)  
 (受付時間 平日9:00～17:00、締切：定員になり次第)  
 場 所 姫路獨協大学  
 申込方法 電話、FAX、郵送、メールで下記へお申し込みください。  
 (申込必要事項：住所、氏名、年齢、電話番号)  
 不備がある場合は受け付けできません  
 問い合わせ先・申込先  
 姫路獨協大学 地域連携課  
 〒670-8524 姫路市上大野7-2-1  
 電話：079-223-9258 FAX：079-285-0352  
 E-mail: chiiki@gm.himeji-du.ac.jp



## 姫路日ノ本短期大学 テーマ：人生をより豊かに

回	日時	講義内容	講師
1	10月14日(木) 10:50-12:20	～輝く笑顔と歌声で～歌い継ごう！大切な日本歌曲！	講師 松本 温子
2	10月22日(金) ★13:30-15:00	～5歳のからだづくり～ロコモ予防体操～	講師 矢野 真理
3	10月28日(木) 10:50-12:20	健康ウォーキング	教授 谷本 章三
4	11月5日(金) 10:50-12:20	日本画を描こう	講師 佐藤 栄悟

定員 30名(第1回)、40名(第2回)  
 40名(第3回)、24名(第4回)  
 (申込者多数の場合は抽選)  
 申込期間 9月10日(金)～9月17日(金)  
 (受付時間 平日9:00～17:00)  
 場 所 姫路日ノ本短期大学  
 申込方法 電話、FAX、郵送(ハガキ)、メールで下記へお申し込みください  
 (申込必要事項：住所、氏名、年齢、電話番号、受講日)  
 不備がある場合は受け付けできません  
 問い合わせ先・申込先  
 姫路日ノ本短期大学 教務学生課  
 〒679-2151 姫路市香寺町香呂890  
 電話：079-232-4140 FAX：079-232-8309  
 E-mail: kyoumu@himeji-hc.ac.jp



## <各会場への交通機関>

### (姫路大学)

- 山陽電鉄大塩駅下車、南へ徒歩8分またはスクールバスで1分。車の場合は、正門(南側)から入りグラウンドの空きスペースに駐車してください。※台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

### (姫路獨協大学)

- JR姫路駅・山陽電鉄姫路駅前から神姫バス「姫路獨協大学行き」または「姫路獨協大学経由大寿台行き」に乗車し「姫路獨協大学」で下車(片道270円)。車の場合は駐車料金1回200円が必要。

### (姫路日ノ本短期大学)

- JR播但線香呂駅下車、徒歩で約13分。線路沿いを北に約200mで左折し、踏切を渡り、左に見える香寺温水プール沿いの道路を、屋根に十字架があるチャペル(百周年記念館)が見えるまで歩いてください。車の場合、来客用駐車場があります。(無料)

# 令和3年度 姫路市シニアオープンカレッジ 受講者募集

生涯現役社会の実現に寄与することを目的として、学習意欲の高いシニア層を対象に、市内の大学において公開講座「シニアオープンカレッジ」を開催します。

参加費  
無料

- 対象者 シニア層  
(おおむね50歳以上の方)
- 申込先 市内の各大学
- 開催場所 市内の各大学

## 9月10日（金）受付開始！

※ 新型コロナウイルスの影響により、本事業は中止になる場合があります。

各講座とも、定員制となりますので、

申し込みは早めに！



／めざそう生涯現役！／



しろまるしめ

- 主催 市内の各大学（姫路獨協大学、姫路大学、姫路日ノ本短期大学）
- 共催 姫路市