

平成28年10月5日

各報道機関 御中

宮崎大学企画総務部 広報・渉外課

「宮崎大学オープンカレッジ2016 ～食と健康編 in 青島・綾～」の実施について

拝啓 時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃より本学の教育・研究についてご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、本学では、10月6日（木）から8日（金）にかけて、「宮崎大学オープンカレッジ2016 ～食と健康編 in 青島・綾～」を実施します。

本事業は、大学の地域貢献が求められる中、「食と健康」という観点に重点をおいて学び直しを提供し、本学の優れた研究内容を紹介するもので、副学長でもある國武久登農学部教授、西脇亜也農学部教授、帖佐悦男医学部教授など多彩な講師陣の講義をラインナップして実施します。また、二日目には、綾町において、有機野菜収穫体験や照葉樹林健脚などのプログラムを組んでおり、県内外から参加する受講者に対して、みやぎの魅力を知ってもらい、地域の活性化に寄与することも目的としております。

つきましては、誠に急ではございますが当日取材していただき記事として取り上げていただければ幸いです。

何かとご多忙中とは存じますが、何卒よろしくお願いいたします。

敬具

記

【10月6日(木)】

- 13:00 : 入学式・オリエンテーション 於：330 記念交流会館
14:30 : 講義（「ロコモ」って知ってますか）【講師：帖佐悦男】 於：330 記念交流会館
16:15 : 講義（綾学入門）【講師：西脇亜也】 於：330 記念交流会館
18:00 : ウェルカムパーティー 於：ANAホリデイ イン リゾート宮崎

【10月7日(金)】

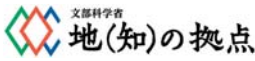
- 09:30 : オーガニック野菜収穫体験&ランチ【講師：早川ゆり代表】 於：早川農苑
13:15 : 綾照葉樹林健脚【講師：河野耕三専門監】 於：大吊り橋付近

【10月8日(土)】

- 09:00 : 講義（健康人類学ワークショップ）【講師：早川公】 於：330 記念交流会館
10:30 : 講義（みやぎにおける食と健康）【講師：國武久登】 於：330 記念交流会館
12:00 : 修了式 於：330 記念交流会館



日本の
ひなた
宮崎県



文部科学省
地(知)の拠点

2016年10月6日(木)～9日(日)

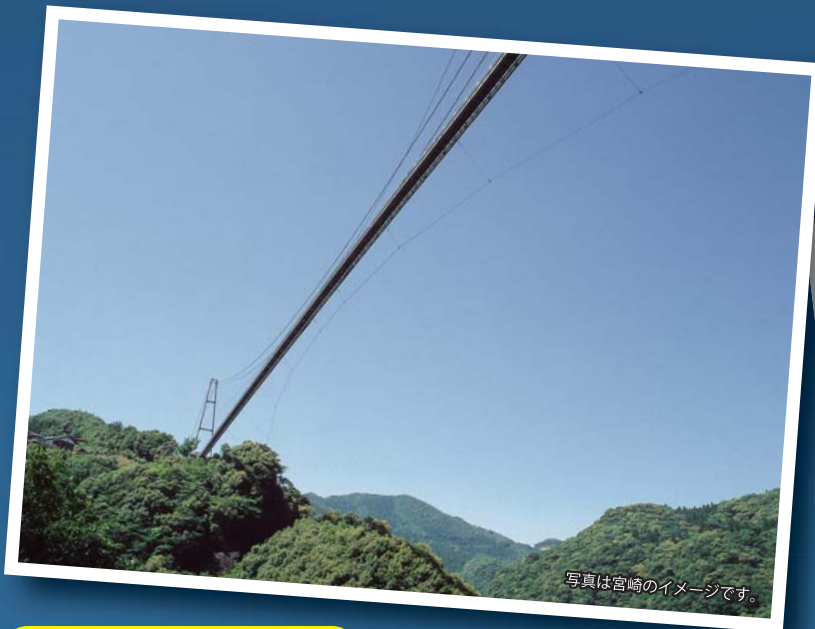
宮崎大学オープンカレッジ2016

～食と健康編 in 青島・綾～

～日本の“ひなた”宮崎でココロとカラダに栄養を～

宮崎大学オープンカレッジとは

どなたでもご参加いただける短期集中型生涯学習プログラムです。
学べる、学び直せるという楽しみを存分に味わってみませんか？



写真は宮崎のイメージです。



写真は宮崎のイメージです。



写真は宮崎のイメージです。



写真は宮崎のイメージです。

料金・申込方法

◆受講料／30,000円

(10/8 午前中までのプログラム経費)
(10/6 夕食、10/7 昼食込み)

◆申込締切／8月31日(水)

◆その他

- ホテルは参加者各自で手配していただきます。
- 「みちくさ倶楽部」会員の方はひみつの玉手箱に充当できます。
- 定員(30人)に達し次第、募集を締め切らせていただきます。

お申込み・プログラムに関する問い合わせ

宮崎大学産学地域連携センター(後田・平川)
TEL:0985-58-7188

みちくさ倶楽部入会に関する問い合わせ

株式会社アイロード
TEL:0985-23-3443

オプションツアーに関する問い合わせ

ANAホリディ・イン リゾート宮崎(青山)
TEL:0985-65-1555

講義主催：  国立大学法人宮崎大学

協力：青島ホテル旅館観光組織 青島観光六社会 株式会社アイロード

宮崎大学オープンカレッジ2016 ～食と健康編 in 青島・綾～ スケジュール

タイムスケジュール	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00
10/6 (木)	於:宮崎大学											入学式 (13:30-14:10) オリエンテーション 【講師:國武】	休憩	(14:30-16:00) 「ロコモ」って知っていますか? 【講師:帖佐】	休憩	(16:30-17:30) 綾学入門 【講師:西脇】	移動	(18:00-20:00) ウェルカムパーティー ANAホリディインリゾート (費用は参加費に含む)					
	(8:00大学集合→8:30ANAホリディインリゾート出発→9:30綾) (09:30-12:45) オーガニック野菜収穫体験&ランチ 早川農園にて収穫体験・昼食 【担当:山崎、近藤】			休憩	(13:15-15:15) 綾の大吊り橋・照葉樹林健脚 【講師:河野専門監、河野主事】	移動	(15:30-17:00) 綾の特産品ショッピング 酒泉の社 綾手作りほんものセンター 【担当:大元】	移動	夕食 (青島泊) ※フリー														
10/7 (金)	於:綾町											於:宮崎大学											
	(09:00-10:00) 健康人類学 ワークショップ 【講師:早川】	休憩	(10:30-11:50) みやざきにおける 食と健康 【講師:國武】	修了式	青島“癒やしと美しいボディー作り体験”ツアー																		
10/8 (土)	於:宮崎大学											於:青島											
	於:宮崎大学											於:青島											
10/9 (日)	於:宮崎大学											於:青島											
	於:宮崎大学											於:青島											

オプションツアー



- ※ オプションツアーは別途15,000円の参加費が必要となります。
- ※ オプションツアーのみの参加はできません。
- ※ オプションツアーの最少催行人員は、10名となります。
- ※ オプションツアーは、全ての行程(10/8午後、10/9終日)に参加できる方が対象となります。
- ※ ANAはホリディ・インリゾート宮崎
- ※ 講師の緊急の都合や天候等による場合、中止・時間変更・別講師代替となる可能性があります。また季節・天候及び交通事情等により行程が一部変更になる場合もございます。予めご了承ください。

「ロコモ」って知っていますか？ —健康寿命を延ばすカギ—

医学部 医学科
感覚運動医学講座整形外科分野
教授：帖佐 悦男



みなさんは、20～30年後の自分が健康で過ごしていると思っていますか？当然、健やかで充実した生活をおくりたいですね。
健康を脅かすロコモティブシンドローム(ロコモ:運動器症候群)は、運動・食事・嗜好などの生活習慣が乱れることによって引き起こされます。
そして現在、「要支援」となる原因の中で最も多いのが運動器の障害、ロコモです。この講義と一緒にロコモについて勉強し、正しい知識をもって「動く喜び、歩ける幸せ」を実感し、健康寿命を延ばしていきませんか？

みやざきにおける食と健康 ～ブルーベリーの機能性食品としての魅力～

農学部 応用生物科学科
教授：國武 久登



宮崎県は、温暖な気候や豊かな大地、そしてきれいな空気や水といった自然の恩恵を受けて、キュウリやピーマンなどの多くの農作物が全国有数の生産量となっており、新鮮な食材を利用して、豊かな食生活を実現できる風土があります。果物では完熟キンカンやマンゴーなどの珍しい種類が生産される中で、最近、「ブルーベリー葉を素材とした加工食品」の生産が始まっています。本講義では、産学官連携により開発したブルーベリー葉茶について概説し、実際に試飲していただきたいと思っています。

健康寿命の延伸を叶える “運動器の健康”と“ロコモ予防”

医学部 看護学科
地域・精神看護学
教授：鶴田 来美



医学部看護学科
地域精神看護学
助教：塩満 智子



「健康」の在り方・捉え方は人それぞれです。超高齢社会に突入している我が国においては、自身の健康管理について学び、実践することが必要と考えます。
今回のシニアカレッジのテーマは「食と健康」です。自身の心と身体の健康状態を知り、仲間と「食べる幸せ」「動ける喜び」について共有し、身体を動かすことの楽しさや爽快感を感じてみませんか。特に本プログラムでは、運動器の健康を意識した運動を紹介していきます。

