

山口県立大学の講座をあなたの街で受けてみませんか？ 令和7年度 山口県立大学・山口市サテライトカレッジ

ポイント

- ☞ サテライトカレッジは山口県立大学が県内の市町と連携し、地域のニーズに合わせた専門的・体系的・実践的な講座を開講するものです。
- ☞ 今回のテーマは、知って得する元気アップ講座
(1回目) 認知症になりにくいまちは存在する？
(2回目) 今日からはじめる脳の活性化エクササイズ
サテライトカレッジでは、山口県内の市町と連携して地域のニーズに合わせた講座を開講しています。
本学の教員が県内各地に出向き、地域のみなさまの健康・文化・地域づくり等に役立つ講座を提供します。

開催について

1 回目

【日 時】 9月18日(木) 14:00~15:30
【場 所】 徳地文化ホール 会議室1・2
【内 容】 認知症になりにくいまちは存在する？
20年にわたる日本全国高齢者20万人を対象とした調査の結果、「歩く人が多いまちでは、認知症や要介護状態になる人が少ない」こと等が明らかになっています。
高齢者を対象としたさまざまな調査結果から、地域社会と健康の関わりについて考えてみましょう。
【講 師】 看護栄養学部 看護学科
准教授 横田 恵

【会 場】 徳地文化ホール 会議室1・2

【受講料】 無料

【申込・定員】

(9/18)

申込み不要。

当日、「脳活イベント」(12:30~14:30)を開催していますので、受講希望の方は会場まで直接お越しください。

定員なし。

2 回目

【日 時】 10月21日(火) 10:00~11:30
【場 所】 徳地文化ホール 会議室1・2
【内 容】 今日からはじめる脳の活性化エクササイズ
簡単な文章を声に出して読んだり、簡単な計算をすると脳の血流が良くなり認知症予防になります。講座では、座ったままで、手と頭を動かす脳トレにチャレンジします。
もしよろしければ、秒がわかるストップウォッチ(腕時計・置時計・スマホでも可)をお持ちください。
【講 師】 看護栄養学部 看護学科
教授 佐々木 直美

(10/21)

徳地地域交流センターまで氏名・電話番号をお知らせください。

申込締切 10月15日(水)

徳地地域交流センター TEL0835-52-0217

定員 20名

お問い合わせ先

〒753-8502 山口市桜島6丁目2-1
山口県立大学地域共生センター 担当：舞田(まいた)
TEL：083-929-6611 FAX：083-929-6632
Email：tmaita@yp4.yamaguchi-pu.ac.jp

法人経営部 事業管理・経営企画部門
担当：高夫(たかぶ)【大学広報担当】
TEL：083-929-6604 FAX：083-929-6631
Email：ypu-koho2@yp4.yamaguchi-pu.ac.jp

健康講座

受講料
無料

知って得する元気アップ講座 山口県立大学・山口市サテライトカレッジ

1回目

2025
9/18
THU

14:00～15:30

徳地文化ホール
会議室1・2（2階）

認知症になりにくいまちは存在する？

20年にわたる日本全国高齢者20万人を対象とした調査の結果、「歩く人が多いまちでは、認知症や要介護状態になる人が少ない」こと等が明らかになっています。高齢者を対象としたさまざまな調査結果から、地域社会と健康の関わりについて考えてみましょう。

講師

山口県立大学 看護栄養学部 看護学科
准教授 横田 恵



当日、入場無料の「脳活イベント」を開催しています。（12:30～14:30）
講演会は14:00～15:30 お気軽にご参加ください。

2回目

2025
10/21
TUE

10:00～11:30

徳地文化ホール
会議室1・2（2階）

定員 20名

今日からはじめる脳の活性化エクササイズ

簡単な文章を声に出して読んだり、簡単な計算をすると脳の血流が良くなり認知症予防になります。講座では、座ったままで、手と頭を動かす脳トレにチャレンジします。
もしよろしければ、秒がわかるストップウォッチ（腕時計・置時計・スマホでも可）をお持ちください。

講師

山口県立大学 看護栄養学部 看護学科
教授 佐々木 直美



【申込方法】 電話で氏名・電話番号をお知らせください。
【申込締切】 令和7年10月15日（水）
【申込先】 徳地地域交流センター ☎0835-52-0217

問合せ

徳地地域交流センター
山口県立大学地域共生センター

☎0835-52-0217

☎083-929-6611

*悪天候や災害が発生した場合等、やむを得ない事情が生じた場合は中止することがあります。