



いまだからこそ。「健康長寿」と「ロシア」をテーマに。

## 「秋の生涯学習講座」

2023/9 - 2023/12 @箕面市立船場生涯学習センター

### ❖ 概要

大阪府箕面市立船場生涯学習センターにおいて、2023年9月から12月にかけて「秋の生涯学習講座」を開講します。今回はその中から、大阪大学の教授等が登壇する講座を紹介します。

9月からの講座「健康長寿を実現するためには(4講座)」では、人生100年時代のキーワード“健康長寿”の要因を科学的な視点から医学・保健学・心理学・歯学・栄養学の教授陣が解説し、健康長寿を実現する方法を皆さんと考えます。

また11月からの講座「ロシアを知る(4講座)」では、紛争のさなかにある隣国ロシアについて考えます。「ロシアの演劇文化とその現状」、「ロシア・モスクワにおける子育て事情－日本人パパの奔走記－」、「民族国家ロシアのなかの少数民族トゥバ民族とトゥバ共和国」、「ロシアの響き:クラシック音楽とピアニストの世界」の4つのテーマです。大阪大学にてロシア関係の講義を受け持つ担当教員が、それぞれの立場や視点で、ロシアの様々な側面についてお話いたします。

席数には、まだ余裕がございます。両テーマの講座の積極的なご周知とご取材をお願い致します。受講料各講座1,600円、当日の参加も可能です。



### ❖ 開催情報・主催等

【日程】 全8講座/各90分

【受講料】 各講座1,600円

【定員】 各講座45名

【申込締切】 当日まで ※講座当日に空きがある場合は事前申込なしの当日受付も可能

【イベント申込ページ】 <https://minoh-bunka.com/kouza/>

【場所】 箕面市立船場生涯学習センター5階会議室4AB

(大阪府箕面市船場東3-10-1)

【主催】 国立大学法人大阪大学(運営:公益財団法人箕面市メイプル文化財団)

※詳細は箕面市立船場生涯学習センターホームページ参照 <https://llc.osaka-u.ac.jp/>

## ❖ お申し込み方法

生涯学習講座申込フォーム（<https://minoh-bunka.com/kouza/>）に必要事項を記入しお申し込みください。

- ・お申し込み時にご登録いただいたメールアドレス宛に< kouza@minoh-bunka.com >からご返信いたします。
- ・ドメイン指定、アドレス指定受信などを設定されているかたは、上記アドレスからの受信を許可してください。

## ❖ イベント名および開催日時

### ■秋の生涯学習講座「健康長寿を実現するためには」

第1回「健康長寿の秘訣、社会参加」	9/12（火）14：30～16：00
第2回「歯の健康と介護予防」	9/21（木）10：00～11：30
第3回「健康長寿を達成するために老化を理解する」	9/29（金）14：30～16：00
第4回「こころの健康長寿とは」	10/13（金）10：00～11：30

### 【詳細 URL 【令和5年度秋の生涯学習講座「健康長寿を実現するためには」のご案内

<https://llc.osaka-u.ac.jp/%e3%80%90%e7%94%b3%e8%be%bc%e5%8f%97%e4%bb%98%e4%b8%ad%e3%80%91%e4%bb%a4%e5%92%8c%ef%bc%95%e5%b9%b4%e5%ba%a6%e7%a7%8b%e3%81%ae%e7%94%9f%e6%b6%af%e5%ad%a6%e7%bf%92%e8%ac%9b%e5%ba%a7%e3%80%8c%e5%81%a5/>

### ■秋の生涯学習講座「ロシアを知る」

第1回「ロシアの演劇文化とその現状」	11/7（火）14：30～16：00
第2回「ロシア・モスクワにおける子育て事情-日本人パパの奔走記-」	11/14（火）10：00～11：30
第3回「民族国家ロシアのなかの少数民族トゥバ民族とトゥバ共和国」	12/5（火）14：30～16：00
第4回「ロシアの響き：クラシック音楽とピアニストの世界」	12/6（水）14：30～16：00

### 【詳細 URL】 令和5年度秋の生涯学習講座「ロシアを知る」のご案内

<https://llc.osaka-u.ac.jp/%e3%80%90%e7%94%b3%e8%be%bc%e5%8f%97%e4%bb%98%e4%b8%ad%e3%80%91%e4%bb%a4%e5%92%8c%ef%bc%95%e5%b9%b4%e5%ba%a6%e7%a7%8b%e3%81%ae%e7%94%9f%e6%b6%af%e5%ad%a6%e7%bf%92%e8%ac%9b%e5%ba%a7%e3%80%8c%e3%83%ad/>

## 秋の生涯学習講座 「健康長寿を実現するためには」

人生100年時代を迎えた現在、我が国では健康で長生きする“健康長寿”が強く求められています。それではどうすれば健康長寿が実現できるのでしょうか。本講座では健康長寿の要因を科学的な視点で、医学・保健学・心理学・歯学・栄養学の観点から解説し、健康長寿を実現する方法を皆さんと考えます。

### 講座番号①「健康長寿の秘訣、社会参加」

高齢者の健康には、運動や栄養といった生活習慣のみならず、地域の絆やつながり（ソーシャル・キャピタル）が影響を及ぼすことが報告されています。講義では、これら要因の重要性についてご紹介します。

日時：9月12日（火）午後2時30分～午後4時  
講師：樺山 舞（大阪大学医学系研究科保健学専攻教授）



### 講座番号②「歯の健康と介護予防」

我々は、大阪大学の他の研究科と健康長寿の要因を包括的に探索する研究を進めています。今回は、動脈硬化、運動・認知機能低下と口腔機能との関係をご紹介し、介護予防における、歯と食生活の重要性をお伝えします。

日時：9月21日（木）午前10時～午前11時30分  
講師：池邊 一典（大阪大学歯学研究科教授）



### 講座番号③「健康長寿を達成するために老化を理解する」

我が国は世界一の長寿国であり、国民の約1/3が高齢者です。人生100年時代を迎え、いかに健康で長生きするかが重要です。本講義では健康長寿を達成するために、知っておくべき医学的知識について解説します。

日時：9月29日（金）午後2時30分～午後4時  
講師：神出 計（大阪大学医学系研究科保健学専攻教授）



### 講座番号④「こころの健康長寿とは」

加齢に伴って体の健康が低下しがちになります。そのような状態でも「しあわせ」に過ごせるのでしょうか。本講座では、超高齢者の方々の研究から分かった、こころの健康長寿を保つための秘訣をお話しします。

日時：10月13日（金）午前10時～午前11時30分  
講師：権藤 恭之（大阪大学人間科学研究科教授）



## 令和5年度 秋の生涯学習講座「ロシアを知る」

ロシアには長い歴史、広い国土があり、さまざまな人々が住んでいます。そして、そのロシアは日本にとって隣人です。この隣人を知ることは大きな意味があると考えています。この講座では、大阪大学でロシア関係の授業を担当する教員が、それぞれの立場や視点でロシアを考え、思ってきたこととお話しいたします。

### 講座番号①「ロシアの演劇文化とその現状」

ロシアは各都市に多くの公立劇場があり、演劇文化が発展している国です。俳優教育の伝統や劇場のシステム、近年の上演作品の傾向、そしてウクライナにおける紛争の影響などを、映像を交えながら紹介します。

日時：11月7日(火) 午後2時30分～午後4時

講師：篠崎 直也(同志社大学グローバル地域文化学部嘱託講師)



### 講座番号②「ロシア・モスクワにおける子育て事情－日本人パパの奔走記－」

ロシアでも少子化が問題となっていますが、実態はどうなのでしょう。子どもが0歳から小学校入学に至るまでを過ごしたモスクワでの子育て体験談も含め、様々な視点から現地の子育てについてお話しします。

日時：11月14日(火) 午前10時～午前11時30分

講師：藤川 敏宏(大阪大学外国語学部非常勤講師)



### 講座番号③「民族国家ロシアのなかの少数民族トゥバ民族とトゥバ共和国」

100以上の民族が住む多民族国家ロシア。この講座では南シベリアのトゥバ民族を取りあげます。トゥバ民族は20世紀には独立国家を有していました。その歴史やソ連崩壊後から現在までの現状などをお話します。

日時：12月5日(火) 午後2時30分～午後4時

講師：高島 尚生(同志社大学嘱託講師、神戸大学非常勤講師、滋賀大学非常勤講師、関西大学非常勤講師)



### 講座番号④「ロシアの響き：クラシック音楽とピアニストの世界」

ロシアの響きへようこそ！この講義では、ロシアのクラシック音楽とピアニストについて魅力的な世界を探求します。ロシア音楽の特徴や表現力、偉大なピアニストたちの活躍についてお伝えします。ロシア音楽の魅力を堪能しましょう！

日時：12月6日(水) 午後2時30分～午後4時

講師：人見 友章(大阪大学外国語学部非常勤講師)



## Press Release

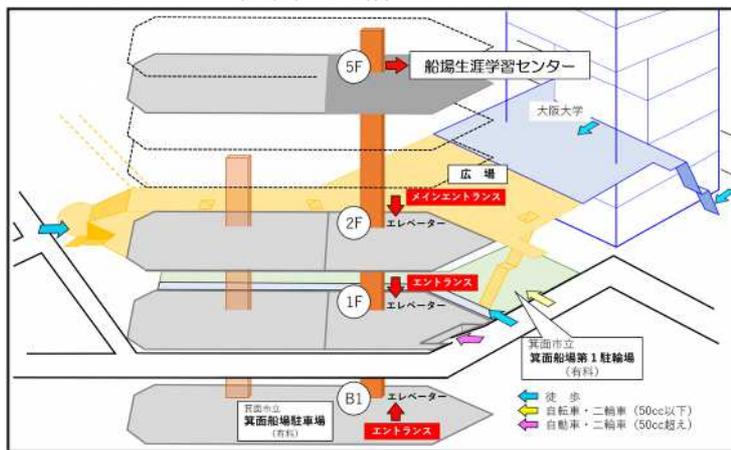
### ❖ 取材申込について

本講座についてご取材いただける場合は、原則ご取材希望日の一週間前までに当センター メールアドレス< [senba@minoh-bunka.com](mailto:senba@minoh-bunka.com) >へ、ご所属、職名、お名前、連絡先を明記の上、ご連絡をお願いします。

箕面市立船場生涯学習センター 周辺地図  
※公共交通機関をご利用ください。



箕面市立船場生涯学習センター フロアマップ  
サービスカウンター（受付）は5階にあります。



箕面市立船場生涯学習センター 建物外観

