

2017(平成29)年度市民公開講座

大学連携型

ふくおか版C C R C

公開講座

参加費無料

「生涯活躍のまち」構築に向けて

～「高齢者のQOL（生活の質）向上」をめざして～

## 新しい発想で生活習慣病としての 認知症を予防しよう

\*題目が第一次案内から少し変わりました

講師：<sup>くのしんや</sup>久野譜也氏（筑波大学大学院 人間総合科学研究科 教授）

日本は平均寿命と健康寿命いずれも世界一です（寿命は最近僅かにシンガポールに抜かれています）。しかしながら、現在我が国の健康課題は重大な局面を迎えています。世界有数なのに、なぜ大変なのか？ その答えは、寿命の延びに対して健康寿命の伸びが追いついておらず、この差分、すなわち虚弱・寝たきり期間ですが、男性は平均約8年、女性は平均約12年もあるためです。今後、とくに75歳以上人口が増加すること、平均寿命も延長が確実視されていることから、健康寿命の延伸は、個人としてだけでなく、地域そして国全体としても大変大切な克服すべき課題なのです。

この克服は、ここ20年の健康科学の進歩により明らかにされた内容を上手くライフスタイルに取り入れれば、可能であることが分かってきています。今回の講演では、この具体的な事項と方法を、最新の科学的事実を基に紹介したいと思います。

日時：2018（平成30）年3月10日（土）14：00～15：30  
受付13：30から

場所：西南女学院大学6号館 6206教室

主催： 公立大学法人 九州歯科大学  西日本工業大学  西南女学院大学

参加費：無料



## お申込み・お問合せ

資料準備のため、「3月10日公開講座希望」とお書き添えのうえ、お名前（代表者）、ご所属、連絡方法、参加人数をファックスかメールでお知らせください。いただきました個人情報は、本講演会の実務にのみ使用します。

ファックス 093-592-4287

メール [chiiki@seinan-jo.ac.jp](mailto:chiiki@seinan-jo.ac.jp)



メールはこちら

\*お問合せはできるだけメールにてお願いします。

## アクセス

駐車場狭小のため公共交通機関をご利用ください。



### JR・バス利用

- JR小倉駅南口下車／西鉄バス「小倉駅バスセンター4番のりば」から25・27・28番系統乗車（清水経由約30分）
- JR南小倉駅下車／西鉄バス「南小倉駅前」から25・27・28番系統乗車（清水経由約10分）
- JR戸畑駅南口下車／西鉄バス「戸畑駅」から25・27・28・73・83番系統乗車（一枝経由約20分）
- いずれも「西南女学院下」下車

### タクシー利用

- JR小倉駅から約20分、1,400円程度
- JR戸畑駅から約15分、1,300円程度
- JR南小倉駅から約7分、800円程度

6206教室は正門から坂を登り、6号館（図書館の隣）の2階、左奥です。