

2024

大学院公開ゼミ

青森の健康を科学する ～本学における研究と社会貢献～

本学大学院では、基礎研究や開発、対人ケアや地域でのヘルスプロモーションに関する研究等を行っています。あなたも、大学院での勉学や研究について触れてみませんか。

 **会場：青森県立保健大学** 

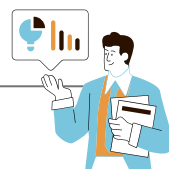
8/22 (木)

研究室見学ツアー13:00～
13:50 ～ 15:40



研究室見学ツアー

ツアー案内 准教授 井澤 弘美



子どもの成長とアレルギー × あなたの知らない「健康食品」の世界

講師 青森県立保健大学大学院
小児看護学研究室
教授 谷川 涼子

講師 青森県立保健大学大学院
食品開発・安全学研究室
准教授 井澤 弘美

11/9 (土)

研究室見学ツアー13:00～
13:50 ～ 15:40



研究室見学ツアー

ツアー案内 教授 篠原 博



高齢者のフレイル予防： × 健康長寿の秘訣：活動性が高い超高齢者の自宅でも入院中でも 身体機能分析からの提案

講師 青森県立保健大学大学院
老年看護学研究室
教授 出貝 裕子

講師 青森県立保健大学大学院
スポーツリハビリテーション学研究室
教授 篠原 博



講師のプロフィール及び研究内容については、本学ホームページを御覧ください。

◀ <https://www.auhw.ac.jp/teacher/index.html>

青森県立保健大学 大学院公開ゼミ 🔍

<https://www.auhw.ac.jp/promotion/katsudou/2020-1228-1443-144.html> ▶



ヘルスプロモーション戦略研究センター

対象：高校生以上
申込方法等は裏面をご確認ください。

お問い合わせ 青森県立保健大学キャリア開発・研究推進課
〒030-8505 青森市浜館字間瀬58-1
TEL:017-765-4085 FAX:017-765-2021
E-mail kenkou@auhw.ac.jp

第1回 8/22 (木)



第2回 11/9 (土)

12:30～受付 C棟 1階玄関ホール
研究室見学ツアー

13:00
?
13:40

ツアー案内 准教授 井澤 弘美

12:30～受付 B棟 1階入口ホール
研究室見学ツアー

ツアー案内 教授 篠原 博



講義・演習1、2、ディスカッションは通しの受講となります。



13:20～受付 C棟 1階玄関ホール
子どもの成長とアレルギー

講義・演習 1

13:50
?
14:20

現在、国民の3人に1人が何らかのアレルギー疾患であると報告されており、アレルギー疾患に悩む人が増えています。アレルギー疾患は、大人よりも子どもに多く、ほとんどが小児期に発症します。そして、年齢により症状が異なるかたちで現れることが多く、そのような現象を「アレルギーマーチ」といわれています。アレルギーマーチを進行させないためにどのようなことが大切なのでしょうか。一緒に考えてみませんか。

教授 谷川 涼子

13:20～受付 C棟 1階玄関ホール
高齢者のフレイル予防：自宅でも入院中でも

加齢とともに心身には様々な変化が起き、身体機能が低下することが多くなります。特に高齢者は入院すると身体機能が低下しやすくなります。この心身機能の低下を予防するための対策について、自宅で暮らしている高齢者を対象にした取り組みと、入院して治療を受けている高齢者を対象とした取り組みに関する研究について紹介します。

教授 出貝 裕子

講義・演習 2 あなたの知らない「健康食品」の世界

14:30
?
15:00

トクホ、サプリ、機能性表示食品・・・いわゆる「健康食品」が数多く売られています。現在使っている方や、興味のある方も多いでしょう。そもそも「健康食品」とは何なのでしょう。もしあなたや周りの方がサプリを摂っていたり、あるいは摂ろうとしているのなら、それにはどんな機能があり、根拠はどうなっているのかを説明できますか。このゼミでは、「健康食品」の真の世界を深く理解し共有することを目指します。

准教授 井澤 弘美

健康長寿の秘訣：活動性が高い超高齢者の
身体機能分析からの提案

高齢者の健康維持と生活の質向上を目指すことを目的として、適切な運動習慣がもたらす心身の効果や、無理なく続けられる運動方法について解説します。安全で効果的な運動を通じて、健康寿命を延ばし、充実した毎日を過ごすための知識を身につけましょう。また超高齢者の身体活動を検証した研究内容から具体的な運動も提案致します。

教授 篠原 博

15:10 ディスカッション

15:40

谷川涼子教授、井澤弘美准教授、参加者との

ディスカッション

ディスカッション

出貝裕子教授、篠原博教授、参加者とのディスカッション



【申込締切】 各回開催日の7日前までにFAXまたは申込フォームでお申し込みください。

<<FAX>> 017-765-2021 青森県立保健大学キャリア開発・研究推進課

お申し込みはこちらから ▶



大学院公開ゼミ受講申込書

※切り取らずそのままFAXしてください。

申込年月日/令和6年 月 日

区分	一般		高校生	※どちらかに○をつけてください。	ふりがな お名前 (年齢)	(歳)
	第1回 8/22 (木)	第2回 11/9 (土)			職業	
受講希望回 <small>※参加希望の 回に○をつけ てください。 (複数可)</small>			研究室見学ツアー		※高校生の場合は高校名を記入してください。	
			講義・演習1・2 ディスカッション			
			研究室見学ツアー		電話番号	
			講義・演習1・2 ディスカッション		Eメール アドレス	

※職業、年齢については受講者の傾向等を把握するためのもので、支障のない範囲でお答えください。また、ご記入いただいた情報は公開ゼミ実施のために利用し、それ以外の目的には一切使用しません。

お申し込み後、当日直接会場（各回30分前より受付開始）へお越しください。

状況により内容が変更、中止となる場合がございます。大学ホームページをご確認のうえ、ご来場ください。