

令和5年度

# 「ライフサポート を科学する」

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/  
(木) 17

10:30～  
15:30

第1回  
高齢期の栄養について

講師 青森県立保健大学大学院  
臨床栄養学研究室  
准教授 清水 亮

第2回  
予測とタイミングの  
コントロール

講師 青森県立保健大学大学院  
運動生理実験研究室  
教授 岩月 宏泰

会場

青森県立保健大学

12/  
(土) 2

10:30～  
15:30

第3回  
増える脂肪／弱まる骨とうまく  
付き合う方法とは？

講師 青森県立保健大学大学院  
生体機能科学研究室  
教授 李 相潤

第4回  
歴史の中で障害当事者が向き合っ  
たこと  
～地域社会での普通の暮らしを求めて

講師 青森県立保健大学大学院  
障害福祉政策研究室  
教授 高阪 悌雄

## ★『研究室見学ツアー』開催！

所要時間は1時間程度です。詳しくは裏面を御覧ください。

講師のプロフィール及び研究内容については、  
ホームページ(研究者総覧)を御覧ください。  
<https://souran.auhw.ac.jp/search?m=home&l=ja>



対 象 高校生以上

申 込 方 法 裏面を御覧ください

定 員 各回、研究室見学ツアーともに  
20名(先着順)

お 問 い 合 せ

青森県立保健大学キャリア開発・研究推進課  
〒030-8505 青森市浜館間瀬58-1  
TEL 017-765-4085 FAX 017-765-2021  
<https://www.auhw.ac.jp>  
E-mail kenkou@auhw.ac.jp



# 令和5年度 大学院公開ゼミ

## 第1回

保健大

8/17

(木)

10:30  
~12:00

### 高齢期の栄養について

高齢になると、足腰の力だけでなく、噛む力や飲み込む力が弱くなります。活動量が減って、食欲がわかないことも増えてきます。若いころに言われた「食べ過ぎ注意！」が頭の隅にあり、これくらいでいいかと食事を軽く済ませたりしているかもしれません。そんな中、例えば足腰の老化防止のために運動をして、果たして筋肉はうまく維持できるでしょうか。高齢期だからこそ大事な栄養について一緒に考えてみませんか。

青森県立保健大学大学院 臨床栄養学研究室  
准教授 清水 亮

## 第3回

保健大

12/2

(土)

10:30  
~12:00

### 「増える脂肪／弱まる骨とうまく付き合う方法とは？」

心身ともに健康な日常生活を送ることは、人々の基本的な願望(欲求)と言えます。そのためには、地震の身体的な状態をしっかり把握し、維持、または改善に必要な正しい情報を得ることが必要です。すなわち、適切な「体組成」と健康な「骨」について理解し、実践方法を知ることが重要となります。これらのことについて一緒に考えてみませんか。

青森県立保健大学大学院 生体機能科学研究室  
教授 李 相潤

## 第2回

保健大

8/17

(木)

14:00  
~15:30

### 予測とタイミングのコントロール

私たちの日常生活は、一つの作業をしながら次に起こる事象を予測する動作で構成されています。この予測が日常生活やスポーツの場面でどのような効果を発揮しているか検討する手法として反応時間計測があります。ここで使用される課題を実際に体験して、予測の正及び負の効果について理解を深めてみませんか。

青森県立保健大学大学院 運動生理実験研究室  
教授 若月 宏泰

## 第4回

保健大

12/2

(土)

14:00  
~15:30

### 歴史の中で障害当事者が向き合ったこと

～地域社会での普通の暮らしを求めて  
日本の歴史の中でも偏見や差別がはびこった時代、障害を持った方がどのような立場に置かれていたかを見ていきます。さらにそうした偏見や差別に抗って日本の障害者運動がスタートしますが、運動の中で発せられた当事者の声が、どのように新たな制度誕生につながったのかも併せて概観していきたいと思います。

青森県立保健大学大学院 障害福祉政策研究室  
教授 高阪 悌雄

## 『研究室見学ツアー』開催！ 13:00～13:50で開催します！

◆8/17(木) 乗鞍 敏夫准教授(栄養学科)

どんなところで、どんな研究が行われているか、実際に見てみましょう！

◆12/2(土) 李 相潤教授(理学療法学科)



### 【新型コロナウイルス感染症対策について】

青森県の指針に基づき対応しています。基本的な感染防止対策を行ってください。

## ● 申込方法 各回、開催日の14日前までにFAX・申込フォームからお申し込みください。

《FAX》 申込先 **017-765-2021** 青森県立保健大学 キャリア開発・研究推進課

以下に必要事項を御記入のうえ、切り取らずに送信してください。

### 大学院公開ゼミ受講申込書

申込年月日 令和 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				
受講希望回  ※参加希望の 回に○をつけ てください。 (複数可)	8/17 (木) 保健 大学	第1回 10:30~12:00	第2回 14:00~15:30	
		研究室見学ツアー 13:00~13:50		
	12/2 (土) 保健 大学	第3回 10:30~12:00	第4回 14:00~15:30	
		研究室見学ツアー 13:00~13:50		

御住所	〒		
職業	年齢	歳	
電話番号			
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す。支障のない範囲で お答えください。また、御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。

《申込フォーム》 <https://forms.gle/Y1zGffUNo7MkbLVqZ>



◀ 申込みはこちらから

お申込み後、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・中止となる可能性もございます。本学ホームページを御確認の上、御来場ください。