

SUMMER 2024

北陸大学 市民講座

— 学びを愉しむオトナのみなさまへ —

2024 8/6 火 - 9/9 月

会 場

石川県政記念 しいのき迎賓館 3F
セミナールームB (金沢市広坂2丁目1番1号)

参加費

無 料

定 員

各講座 40 名

申し込み方法について

事前にお申し込みが必要です。(お一人様3講座まで)
以下の3つのいずれかの方法でお申し込みください。

①URLまたはQRコードからのお申し込み



以下のURLまたは2次元バーコードからアクセスし、申込フォームに必要事項をご入力いただきご送信ください。

<https://forms.gle/Y5TiogQHF9xtNx67>

定員に達し次第申し込みを締め切ります。

②メールからのお申し込み chiiki-g@hokuriku-u.ac.jp

上記北陸大学地域連携センターアドレスに、ご希望の講座名、氏名、郵便番号、住所、電話番号、メールアドレスを記載の上、お送りください。

③郵送またはFAX

▶ 郵送

〒920-1180 金沢市太陽が丘1-1
地域連携センター 宛

▶ FAX

076-229-6112

受講申込書に必要事項をご記入の上、FAXまたはご郵送にてお送りください。

※受講申込書は、北陸大学ホームページ (www.hokuriku-u.ac.jp) よりダウンロードしてください。



学びを愉しむオトナの方々に 北陸大学の総合知による9講座をご提供いたします。

8/6(火) 10:00-11:30

EU議会選挙(2024)と フランス下院議会選挙

2024年6月に実施されたEU議会選挙は、極右の台頭という結果になりました。マクロン大統領率いる与党連合は、極右政党RN(国民連合)の半分以上の得票しか獲得できず、大統領はオリンピック開催直前にして下院議会を解散するという賭けに出ました。EUをとりまく現状について、その成り立ちを紹介しながらみなさんと一緒に考えてみたいと思います。

講師 国際コミュニケーション学部
相原 征代 准教授

8/9(金) 10:00-11:30

健康寿命を延ばすための 身体活動のすすめ

日本では、平均寿命と健康寿命の差が約10年あります。不健康に至る主な要因の一つに、座りがちな生活習慣(不活動)が挙げられます。本講座では、不活動の弊害と身体活動が健康に与える効果について解説し、明日から始められる簡単な在宅運動の方法も具体的にご紹介します。

講師 医療保健学部
武田 広道 助教

8/10(土) 10:00-11:30

アロマの香りが 睡眠の質に及ぼす影響

アロマセラピーとは、精油(アロマ)を用いて、心身の健康やリラクゼーションおよびストレスの解消を目的とする療法です。本講座では、個人の特性やアロマの種類の違いが、睡眠やストレスの改善に及ぼす影響を中心に解説します。当日は実際に数種のアロマを体験していただく予定です。

講師 医療保健学部
清水 慶久 教授

8/24(土) 10:00-11:30

薬膳を知る！ 食養生の智恵で 病気を防ぐ、免疫力UP！

漢方では、食事によって体質を改善し、病気を予防・治療する食養生や医食同源の思想があります。この講座では、心身の健康を手に入れる為、体が本来持っている免疫力や自然治癒力をアップさせる漢方の智恵を紹介します。ウイルスに負けないカラダづくりを目指しましょう！

講師 薬学部
劉 園英 教授

8/24(土) 13:30-15:00

フレイル予防： 薬との上手な付き合い方

フレイルは、加齢や疾患とともに起こる心身の虚弱な状態、健康から介護を必要とする中間の状態を指します。フレイル予防には、「運動」「栄養・口腔機能」「社会参加・こころの健康」の3つをバランスよく実践することが大切です。しかし、薬の副作用がフレイル予防を邪魔することもあります。本講座では、薬との上手な付き合い方についてお話しします。

講師 薬学部
内手 昇 教授

8/28(水) 10:00-11:30

いまからやってみませんか オーラルフレイルの予防

口腔ケア(口の中の清潔を保つこと)は健康寿命の維持・延伸に大変重要です。口腔機能低下をきっかけとして、さまざまな全身疾患が複雑に影響しあうことが明らかとなりつつあるだけでなく、全身状態の指標としても注目されています。この講座では、そのような知識を口腔ケアに活用する具体的な方法をご説明します。

講師 医療保健学部
二ノ倉 欣久 教授

8/28(水) 13:30-15:00

地域で考える 多様な価値観と経済効果

私たちは日常生活を送る中で、「迷惑」と感じることがあります。しかし、何を迷惑と感じるかは人それぞれであり、自分にとっては耐え難いほど迷惑であっても他の人にとっては些末に感じられることもあるでしょう。この講義では「迷惑施設」と呼ばれる施設を取り上げ、どのようにすれば人々が受け入れられるのか考えます。

講師 経済経営学部
斎藤 英明 講師

9/2(月) 10:00-11:30

立山信仰と半島 -能登半島・知多半島・房総半島-

本講座では、江戸時代に立山信仰を日本各地に広めた芦峯寺(あしくらじ)衆徒の勧進布教活動の実態を紹介するとともに、さらに関係史料を提示しながら、立山信仰と能登半島の関係、及び知多半島や房総半島との関係についても紹介します。

講師 国際コミュニケーション学部
福江 充 教授

9/9(月) 10:00-11:30

地域通貨と キャッシュレス経済

本講座では、地域通貨の役割とメリット、そしてキャッシュレス化が地域にもたらす影響について解説します。地域通貨が、地域経済の活性化やコミュニティの強化にどう寄与するか、さらには、地域通貨のこれまでの事例や成功例を踏まえ、キャッシュレス社会の未来像をわかりやすくお伝えします。

講師 経済経営学部
曽我 晃久 教授

