

令和5年度

神戸大学大学院保健学研究科市民講座



「最新の研究から家庭の保健・医療へ」

開講期間: 令和5年10月7日(土)・10月8日(日) 計2日間  
※名谷祭(学園祭)と同日に開講します。

開講場所: 神戸大学大学院保健学研究科  
※対面・オンライン配信での同時開催

受講対象者: 一般市民・学生(高校生以上)

募集人数: 100名程度

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、対面での開催を中止し、オンライン視聴のみの開催となりますので、ご了承願います。(オンライン視聴の定員はありません)

受講料: 無料

受講申込受付: 令和5年 8月21日(月) ~ 10月 2日(月)  
(土曜日・日曜日・祝日は除く)



応募フォーム

応募フォームからの受付	【 <a href="http://www.ams.kobe-u.ac.jp/citizen/contact_PL_2023.html">http://www.ams.kobe-u.ac.jp/citizen/contact_PL_2023.html</a> 】より必要事項を入力の上、応募願います。
申し込み用紙からの受付	上記の受付期間内に受講申込書に必要事項を記入の上、郵送・FAXにて下記申込先へ送付願います。

フェスタ  
国立大学2023

申込先・問合せ先

神戸大学大学院保健学研究科 総務係  
〒654-0142

神戸市須磨区友が丘 7丁目10番2号

TEL:(078)796-4502

FAX:(078)796-4509

E-mail:ghs-soumu@office.kobe-u.ac.jp

## 講義日程

講義日	時間	講義題目	講師
10月7日 (土)	13:00~13:10	開講式	保健学研究科長 秋末敏宏
	13:10~14:10	コロナに負けない感染対策	医学部附属病院感染制御部 特命教授 宮良高維
	14:20~15:20	発達の気になる子どもの身体活動	保健学研究科 講師 小野くみ子
10月8日 (日)	13:00~14:00	ウェルビーイングという考え方	保健学研究科/ ウェルビーイング先端研究センター 特命准教授 園田悠馬
	14:10~15:10	アイシングをするのか、しないのか。それが問題だ	保健学研究科 准教授 荒川高光

※受付は、両日とも12時30分から始めます。

## 講義要旨

### 『コロナに負けない感染対策』

医学部附属病院感染制御部 特命教授 宮良高維

新型コロナ流行禍の大変な3年間を過ごしましたが、幸いワクチンを3回以上接種された方が重症化することは少なくなり、新しい治療薬も開発されました。このウイルスの感染の仕方もだいぶ分かってきましたので、屋外では比較的安心してマスクを外して歩ける様になりました。今後、私達が注意すべき点は、海外と比べてわが国ではあまり強調されていない屋内の換気となります。また、新型コロナ変異体に対応した秋冬接種に用意される新しいワクチンがお勧めである点などについてもお話しいたします。

### 『発達の気になる子どもの身体活動』

保健学研究科/パブリックヘルス領域 講師 小野くみ子

神戸大学は、令和4年度にこうべ市民福祉振興協会が実施した「ふれあいスポーツチャレンジ事業」に参画しました。当該事業は、運動を通じた障害者の居場所づくりとして、様々なスポーツにチャレンジする機会を設け、競技への興味、関心及び仲間づくりのきっかけをつくることで、卒業後の運動習慣や余暇活動の向上につなげることを目指すものです。本講演では、小学1・2年生、小学3～6年生、中高生の3つの学年区分で展開した事業成果について報告し、神経発達症などを抱える子どもの身体活動についてお話ししたいと思います。

### 『ウェルビーイングという考え方』

保健学研究科/ウェルビーイング先端研究センター 特命准教授 園田悠馬

人生100年時代を生きる私たちと、これからの社会にとって、健康は不可欠です。高齢期に医療や福祉、家族のお世話にならず、イキイキと社会参加活動していただけることを「健康な状態、幸せなこと」だと考えている方は多いと思います。近ごろ「well-being(ウェルビーイング)」という言葉が聞かれるようになりましたが、これは「よく生きる、うまく生きる」という意味をもつ、健康に関する新しい考え方です。本講演で

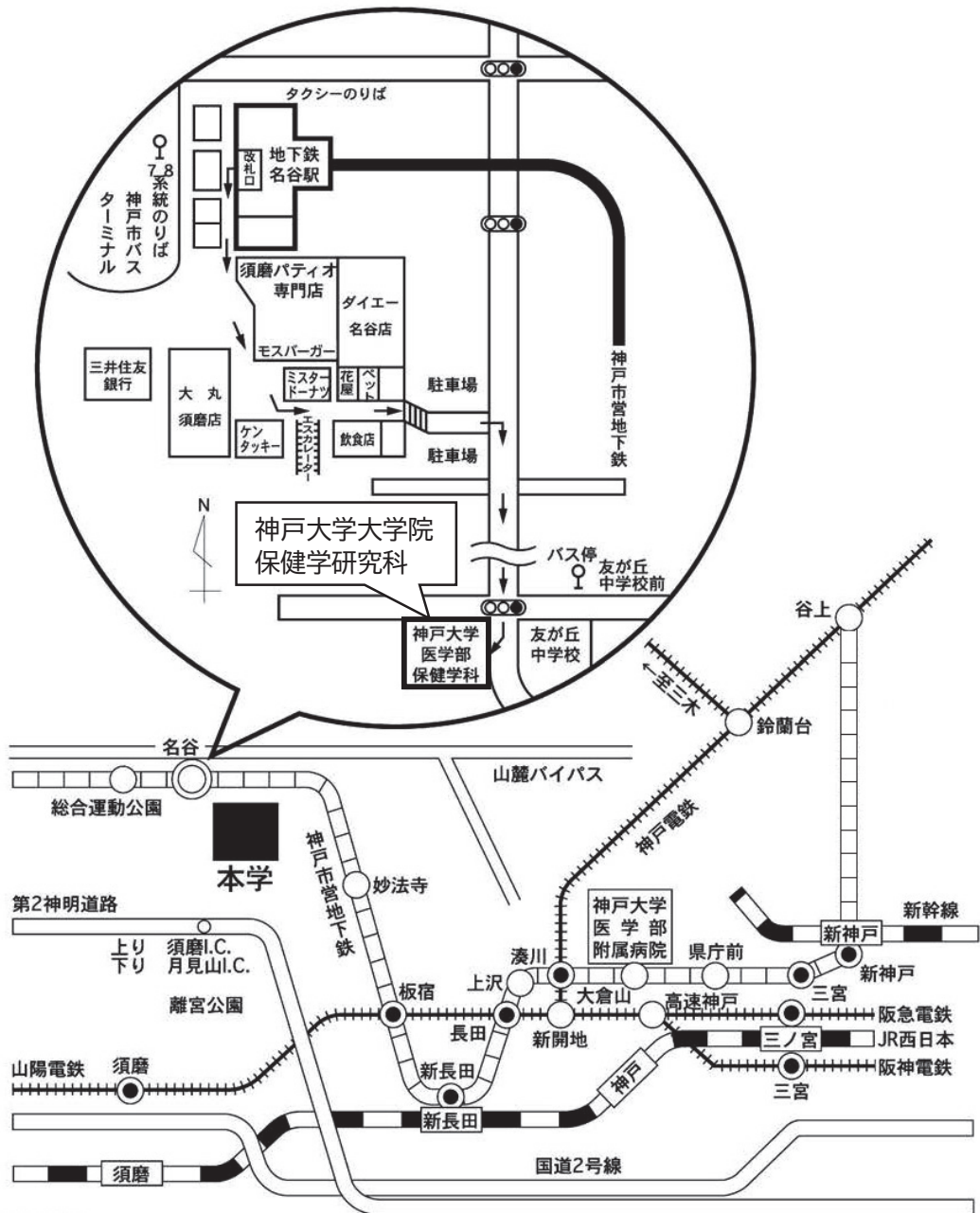
は、頭と体をケアしなくても元気な時期から始める予防医学の実践例として、「ウェルビーイングを目指したセルフケア」を紹介します。

『アイシングをするのか、しないのか。それが問題だ』

保健学研究科／リハビリテーション科学領域 准教授 荒川 高光

生涯にわたって長く、楽しくスポーツを行っていただくこと、それは現代において大切な課題です。しかし、スポーツにはケガがつきものです。ケガの急性期に痛いところを冷やす「アイシング」を、一度は経験したことがあるのではないのでしょうか。果たして「アイシング」は本当に効くのでしょうか？今回、動物実験で明らかになってきた成果の一端を紹介し、「アイシングすることで悪化するケガがある」「アイシングで回復がよくなるケガもある」ことを知っていただきたいと思います。

会場



利用交通機関

- ▶ 神戸市営地下鉄「名谷駅」下車、南へ徒歩約15分。  
(神戸市営地下鉄「三宮駅」～「名谷駅」間約20分)
- ▶ 市バス・78系統「友が丘中学校前」下車徒歩3分。

神戸大学大学院保健学研究科(医学部保健学科)  
〒654-0142 神戸市須磨区友が丘7-10-2

●印は他線との乗換え可能な駅を示す

※ 駐車スペースがありませんので、公共交通機関にて来学願います。