

令和6年度加須市シニアいきいき大学 健康科学部・健康科学コース【1年次】日程表

テーマ：シニアの健康

内 容： 高齢期を心身共に健やかに過ごすための知識や技能を修得する学習

定 員：50名

会 場：101、103、105教室、体育館(アリーナ、多目的ホール)等

	期日(曜日)	時間	講師	講義内容
開校式	6月25日(火)	9:30～10:30	—	—
①	7月10日(水)	10:55～12:25	平成国際大学教授 高野千春	これから一緒に学びましょう！
②	7月31日(水)	10:55～12:25	平成国際大学教授 加藤雄一郎	体力測定
③	7月31日(水)	13:15～14:45	平成国際大学教授 加藤雄一郎	熱中症に気をつけよう
④	9月11日(水)	10:55～12:25	平成国際大学教授 水國照充	eスポーツを学ぼう ～IT時代の新しいスポーツのカタチ～
⑤	10月9日(水)	10:55～12:25	平成国際大学准教授 幅田彩加	ダンスで、いきいき！
⑥	11月13日(水)	10:55～12:25	平成国際大学専任講師 森嶋 修	テニスを楽しもう
⑦	12月11日(水)	10:55～12:25	平成国際大学スポーツ健康学部長 久保潤二郎	高齢者の体力の特徴 ～体力測定の結果をみながら～
⑧	1月15日(水)	10:55～12:25	平成国際大学専任講師 吉田 平	アンチエイジングのための 筋力トレーニング
⑨	2月12日(水)	10:55～12:25	平成国際大学専任講師 秋本成晴	パラスポーツを楽しもう
⑩	3月12日(水)	10:55～12:25	平成国際大学教授 松林秀樹	オリンピックイヤーを振り返る

※「日程」、「講師」、講義「テーマ」(内容)、および「教場」等は、都合により変更される場合がありますので、ご了承下さい。