



令和4年度



回覧



# 高知大学出前公開講座

受講料  
**無料**

募集定員  
-各講座-  
**20名**



in 四万十町



日程：令和4年11月19日（土）～令和5年1月14日（土）

開講講座一覧

第1回 11月19日（土）10:00～11:30 【四万十町役場十和地域振興局2階 ホール】

## 子どもが病気に…こんなときどうしたらいい？

高知大学医学部小児思春期医学講座 うえむら ともこ  
上村 智子

第2回 12月5日（月）10:00～11:30 【四万十町農村環境改善センター2階 大会議室】

## フレイルを予防しよう～コロナ禍だからこそ考える～

高知大学教育学部 講師 ゆき あつむ  
幸 篤武

第3回 1月14日（土）13:30～15:00 【四万十町役場大正地域振興局2階 大会議室】

## 食の力で四万十町を元気に～食で稼ぐ人になる～

高知大学土佐FBC 特任講師 まつだ たかまさ  
松田 高政

受講のお申し込みは、電話・メール・QRコードからお申込みください。

- ・お申し込み締切 各講座の1週間前まで（先着順）
  - ・お申し込み先 四万十町役場人材育成推進センター 担当：横山 光一、吉村 愛
- 電話:0880-22-3163 メール:103060@town.shimanto.lg.jp



- 応募フォーム -

# 講座題目・講師一覧

開催日	時間	講座の内容と講師	
第1回 11月19日 (土)	10:00 ～ 11:30	<b>題目</b> 子どもが病気に…こんなときどうしたらいい？	<b>講師</b> 上村 智子
		<p>子どもって、急に熱を出したり吐いたりしますね。すぐに病院を受診した方が良いのか、このまま家で様子を見てもいいのか、どの診療科を受診したらいいのか迷ったりしていませんか？でも大丈夫！慌てずゆったりとした気持ちで行えるホームケアのコツを教えます。</p>	
第2回 12月5日 (月)	10:00 ～ 11:30	<b>題目</b> フレイルを予防しよう～コロナ禍だからこそ考える～	<b>講師</b> 幸 篤武
		<p>新型コロナウイルス感染症によって我々の生活は一変しました。外出機会は減少し、親しい友人や離れて暮らす家族でさえも交流することがままならなくなりました。しかし、実はこのような生活は高齢者にとってフレイル(※)に陥りやすい生活とされています。</p> <p>そこで、フレイルの概念やその危険性について、また日常生活で気をつけたい点について紹介します。自分や家族、友人のフレイルの兆候にいち早く気づき、そして予防へとつなげていきましょう。</p> <p>※フレイルとは…健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のこと。</p>	
第3回 1月14日 (土)	13:30 ～ 15:00	<b>題目</b> 食の力で四万十町を元気に～食で稼ぐ人になる～	<b>講師</b> 松田 高政
		<p>食の6次産業人材を育成している高知大学土佐FBC(フードビジネスクリエーター)は、高知県の食材を活用した新しいビジネス・商品開発を積極的に支援しています。四万十町の食材の魅力を再確認しながら新たな商品づくりを参加者の皆さんと一緒に考えます。農産物、加工品、飲食、食の体験など、高知県内の商品づくりの事例も紹介します。</p>	

※会場にお越しの際は、マスク着用、検温、アルコール消毒へのご協力をお願いします。

※お子様連れの方でも受講できるよう、子どもスペース(託児スペース)をご用意します。

※各講座ではオンライン(Zoom)での受講も可能としております。希望される方は、お申し込み時にその旨をお伝えください。

## ご案内

高知大学ラジオコーナー

『Monthly 高知大学』  
～毎月第4金曜日 午前10時15分から放送中～

Monthly高知大学では、毎月第4金曜日の午前10時15分からの8分間、高知大学の様々な学びや取り組み及び大学の最新情報をお届けします。ぜひお楽しみください！  
「radico」(ラジオ視聴用の無料アプリ)をダウンロードいただくと、FM高知の放送がスマホでお聴きいただけます！

HISIX FM高知 <http://www.fmkochi.com/radico>  
radico <http://radico.jp/>

高知大学次世代地域創造センターでは、  
いろいろな学習の場を提供しています。  
なんでもお気軽にご相談下さい。

お問合せ先：高知大学 次世代地域創造センター  
地域サステナビリティ部門

連絡先 : TEL 088-844-8454 / FAX 088-844-8556

E-mail : kt10@kochi-u.ac.jp

HP URL : <http://www.kochi-coc.jp/>

