

平成 28 年度 中央公民館講座一覧

さっそく実践！健康力講座			
回数	開催日	講座名	講師
第 1 回	7 月 14 日（木）	セルフケアを実践 ～ツボ押しで身体のケアをしよう～	九州看護福祉大学助教 浅井福太郎 氏
第 2 回	10 月 13 日（木）	口腔ケアと口腔機能	九州看護福祉大学准教授 淀川尚子 氏
第 3 回	11 月 10 日（木）	高齢者における適度は運動とは	九州看護福祉大学専任講師 中野総太 氏
第 4 回	11 月 16 日（木）	からだをいやす方法	九州看護福祉大学大学院特任教授 田中紀美子 氏
第 5 回	12 月 8 日（木）	こころをいやす方法	九州看護福祉大学助教 緒方浩志 氏
第 6 回	12 月 21 日（水）	介護保険制度の新しい動き	九州看護福祉大学准教授 河谷はるみ 氏
女性のための健康講座～女子力アップのための身体づくり～			
回数	開催日	講座名	講師
第 1 回	3 月 18 日（土）	生活習慣病予防のための食生活	（医）高野会高野病院 栄養管理士 豊田裕輝子 氏
第 2 回	3 月 25 日（土）	大腸がん早期発見のために	（医）高野会高野病院 大腸がん検診普及チームリーダー 日隈忍 氏