

富山大学

「自分の『つい』に気が付こう —身近にできる肥満・メタボ対策」

日時 平成27年9月5日(土) 14:00~17:00

会場 富山駅前CiCビル5階 いきいきKAN多目的ホール(富山市新富町1-2-3)

*事前申込は必要ありません。当日は直接、会場の受付までお越しください。

コーディネーター ● 戸邊 一之 富山大学医学薬学研究部(医学)内科学第一教授

講演① 「生活習慣病予防のための食生活」

徳丸 季聡 金沢大学附属病院栄養管理部・栄養管理室長・管理栄養士

生活習慣病は長年にわたっての不適切な生活習慣の積み重ねが、発症の大きな要因となります。様々な生活習慣のうち、食習慣は発症に深くかかわります。

今回のメインテーマは「自分の“つい”に気が付こう」ですが、食習慣は“つい”が出やすい習慣です。「つい食べ過ぎた・つい呑みすぎた」など、思い当たることが多いと思います。講演と簡単なクイズをとおしてご自身の食習慣を振り返り、適切な食事量・塩分摂取について理解を深めましょう。

講演② 「運動って、からだにどんなイイコトあるの?」

山本 勝司 福井大学医学部附属病院内分泌・代謝内科・医師・日本プライマリ・ケア連合学会認定家庭医療専門医

みなさん、運動してますか? からだを動かすと、ちょっと気持ちよくなりますよね? 運動すると、こころにくわえ、「からだ」にも、いろんな良いことがおこります。体重が減ってメタボ改善され、糖尿病のような「生活習慣病」にもなりにくくなりますし、筋肉がふえると、転倒しにくくなります。

「運動がどれくらいからだによいのか」について、「生活習慣病とは何か」から、最近の「サルコペニア(いろんな原因で筋肉がへること)」という考えかたまで、わかりやすく説明させていただきます。

講演③ 「不老長寿、いま・むかし」

石木 学 富山大学医学部第一内科・医学教育学・医療人教育室・教育准教授

不老長寿は秦の始皇帝の時代から現代に至るまで多くの人々の関心事ですが、これまでその特効薬は発見されていません。最近、寿命を調節する因子が次第に明らかになると共に、メタボリックシンドロームや糖尿病に代表される糖・脂質代謝障害を改善する物質の中に、もしかしたら寿命を長くするかもしれない作用がある物がいくつかわかってきました。最新の科学研究の結果から、「寿命に影響する可能性のある物質」のお話をします。

お問合せ ● 富山大学 地域連携推進機構 生涯学習部門

〒930-8555 富山県富山市五福3190 TEL:076-445-6956 FAX:076-445-6033 E-mail:lifelong@ctg.u-toyama.ac.jp

北陸発、知的探求の旅。北陸3県で実施しています。

大学とは何をすることでしょくか?教育、研究、それだけではありません。地域の皆さんの多様な生涯学習ニーズに応えることも大学の大事な使命です。富山大学、金沢大学、福井大学、北陸先端科学技術大学院大学共催で、「知」との出会いの場を提供しています。



「大学における工学と医学とのコラボレーション」

日時 平成27年10月24日(土) 14:00~16:30

会場 金沢大学サテライト・プラザ(金沢市西町三番丁16番地 金沢市西町教育研修館内)

コーディネーター●横山 壽一 金沢大学地域連携推進センター長

講演 「日常動作におけるリスクと対策」

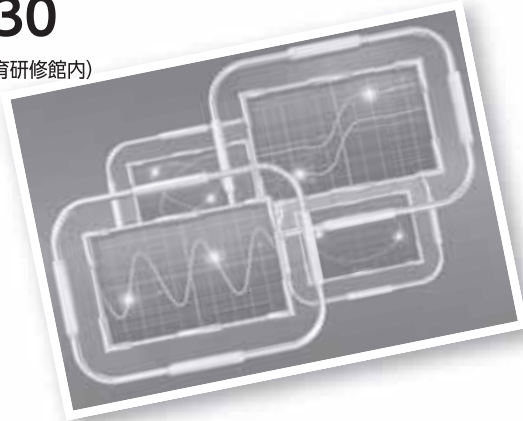
長宗 高樹 福井大学大学院工学研究科・准教授

「血圧計のしくみと正しい測り方」

田中 志信 金沢大学理工研究域・教授

「機械で臓器が作れるか」

中村 真人 富山大学大学院理工学研究部・教授



お問合せ●金沢大学 地域連携推進センター

〒920-1192 石川県金沢市角間町 TEL:076-264-5272~3 FAX:076-234-4045
E-mail:kaihou@adm.kanazawa-u.ac.jp

「LEDで変わった世の中」

日時 平成27年11月3日(火) 14:00~16:30

会場 福井大学アカデミーホール(福井市文京3-9-1)

コーディネーター●中根 幸治 福井大学大学院工学研究科・教授

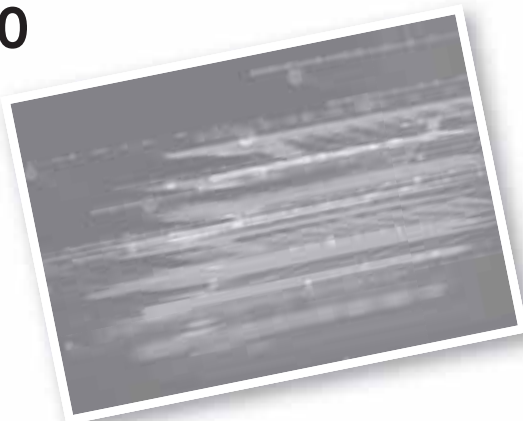
川戸 栄 福井大学大学院工学研究科・准教授

講演 「LEDが拓く明るい未来」

丸山 武男 金沢大学理工研究域電子情報学系・准教授

「紫外LEDで超モノづくり」

瀧 健太郎 金沢大学理工研究域自然システム学系・准教授



お問合せ●福井大学 地域貢献推進センター

〒910-8507 福井県福井市文京3-9-1 TEL:0776-27-8060 FAX:0776-27-8878
E-mail:koken@ad.u-fukui.ac.jp

「工芸とアートによるまちづくり:高岡市と能美市の現場から」

日時 平成27年11月8日(日) 13:00~15:30

会場 しいのき迎賓館3階セミナールームA(金沢市広坂2丁目1番1号)

コーディネーター●

緒方 三郎 北陸先端科学技術大学院大学地域イノベーション教育研究センター・特任准教授

講演 「まちづくり、誰のため? なんのため?」

松原 博 富山大学・客員教授, 一般社団法人CREP4・代表理事

「ウルトラアートと九谷焼」

北野 道規 株式会社マシロ・代表取締役

クリエイティブディレクター, プロデューサー, 能美市ウルトラアート統括ディレクター



お問合せ●北陸先端科学技術大学院大学 総務課総務係

〒923-1292 石川県能美市旭台1-1
TEL:0761-51-1042,6 FAX:0761-51-1088
E-mail:soumuka@jaist.ac.jp