

～平成 27 年度 第 1 回～

お達者出前講座

2015 年 5 月 16 日 (土) 13:30～16:00

場所：東中才一区振興会館

(〒988-0804 気仙沼市東中才 145-2)

こころも体も動けば笑顔いっぱい！



体が動けば・・・

心も動く

心が動けば・・・笑顔 いっぱい！



司会進行：岡本多喜子（おかもと たきこ）明治学院大学 社会福祉学科教授

介護予防体操（脳レク体操） ……13 時 30 分～14 時

『レクしましょう（からだもこころもリフレッシュ）』

講師：上野 幸（うえの ゆき）余暇問題研究所 主任研究員

ミニ講座 ……14 時～15 時

『こころも動けば、笑顔 いっぱい！』

講師：中村淳子（なかむら じゅんこ）前桜花学園大学教授，臨床発達心理士

座談会 ……15 時 10 分～16 時

『いろいろ話しませんか』

ファシリテーター：岡本多喜子，上野幸，中村淳子，

高橋伸子，坂口佳江，小田博子

- 参加費 無料
- 定員 50名
- 事前申し込み不要
- 問い合わせ先
鹿折地区老人クラブ連合会会長 西村 清
電話 0226-29-5406

講師紹介

<岡本多喜子>

明治学院大学社会学部社会福祉学科教授。東京都福祉サービス運営適正化委員会委員、WHO 高齢者にやさしい街東京調査代表、高齢者施設処遇史研究会代表ほか。著書には『老人福祉法の制定』（誠信書房・1993年）、『養老事業から高齢者福祉への変遷』（青鞥社・2004年）など多数。

現在は、高齢者福祉の歴史、権利擁護、施設でのケア、認知症高齢者の支援などに関心を持っております。大学では児童福祉を専攻しておりましたので、高齢者と孫との関わりにも関心があります。介護保険制度や認知症支援について、わからないことがありましたら聞いてください。いくらかお役にたつこともあるかと思えます。

<上野 幸>

余暇問題研究所上級主任研究員。東海大学体育学部卒業（専攻は社会体育・レクリエーション）。

日本老年行動科学会と日本レジャー・レクリエーション学会所属。現在は主に元気高齢者の介護予防体操教室や脳トレ教室および高齢者施設での体操教室を担当しています。夏の期間は小中学生対象のキャンプの運営も担当しています。楽しくからだを動かすことで皆さんが笑顔になり、心もからだもあたたかくなるよう心がけています。

<中村 淳子>

前桜花学園大学教授。現職は田中教育研究所常務理事、日本老年行動科学会事務局長。臨床発達心理士。

専門は、子どもから高齢者の生涯発達心理学、心理アセスメントです。現在も筑波大学心理教育相談室の非常勤カウンセラーをしています。モットーとしている言葉は「天衣無縫」。子どもと高齢者は似て非なるものです。つまり、似ているようで似ていないのです。私たちは生まれてくるときは身一つでこの世に出でますが、逝くときは着飾られて旅立ちます。それは高齢者が、経験という財産を纏っていることでもあるでしょう。しかし、あの世にはやはり身一つで行くのではないのでしょうか。だから何も飾らないで、「ありのまままで〜！」（アナと雪の女王?）と、生きていたいと思うのです。

<ゲスト> 立命館大学人間科学研究所 高齢者プロジェクトの3名の方

高橋 伸子（たかはし のぶこ） 立命館大学人間科学研究所 客員研究員
坂口 佳江（さかぐち よしえ） //

小田 博子（おだ ひろこ） //

～お誘い合せの上、気軽にご参加ください～



主催：日本老年行動科学会

- 後援
- ◆気仙沼市
 - ◆気仙沼市社会福祉協議会
 - ◆気仙沼市老人クラブ連合会
 - ◆医療法人くさの実会 介護老人保健施設「リバーサイド春園」
 - ◆気仙沼支援 医療・福祉関係5団体