

# 仏生山 健康実践講座(第2回)

役割をもち、社会参加  
するほど健康

健康実践講座  
ソーシャルキャピタルと  
まちの健康  
Health in All Policies

主催  
香川大学大学院地域マネジメント研究科ポストMBAプログラム  
青年療法士まちづくり塾

平成28年10月9日(日)健康実践講座(第1回)の様子 門前町のまどぐちにて実施。

## 仏生山で観光まちづくりに向けた役割を見つけ、健康維持や介護予防を目指す講座





仏生山住民の皆様が地元地域で、観光への役割をもち社会参加することで健康維持や介護予防を目指すための健康実践講座です。  
先進的な地域づくりの実践者を招き、仏生山での観光まちづくりに求められる「食・歴史・手工芸・移動・交流」の新たな役割を提案し、青年療法士まちづくり塾のメンバーが、今後の活動のきっかけづくりを応援します。青年療法士まちづくり塾のメンバーは理学・作業療法士です。足腰が不安な方なども参加できますので、ご相談ください。

### 2017年 2/11(土・祝), 2/12(日) 開催

**会場** おやこ小学校(高松市仏生山町乙43-5, 仏生山コミュニティセンター前)  
\*④のスナッグゴルフは、高松市立仏生山運動場 多目的広場(高松市仏生山町甲2565番地)

**申し込み期限** 2017年2/3(金)(ただし、定員になり次第、締め切らせて頂きます)

<p>①「仏生山男の食の自立」 実践プロジェクト <b>定員20名</b> ～ドクター石蔵の男のええ加減料理～</p>  <p>&lt;日時&gt; 2017年2/11(土) 10:30-12:30 参加費:1,000円 (材料費として)</p> <p>講師 石蔵文伸氏 医師</p> <p>循環器科専門医。大阪大学大学院医学系保健学専攻准教授を経て、現在は大阪樟蔭女子大学健康栄養学科教授。男性更年期障害外来を大阪、東京で持つ。男性が調理することを推奨し、不定期で料理教室も開催している。定年後の長い人生で夫婦の協力は必要です。まずは男性が食の自立を図ってみませんか。包丁を握ったことの無い男性、大歓迎です。 ※代表的な著書に「57歳からの意識革命 人生を最後まで充実させるために」(双葉社)などがある。実際に土鍋を使い調理実習をします！</p>	<p>②「仏生山歴史応援隊」 実践プロジェクト <b>定員20名</b> ～やる気を引き出す地域活性化～</p>  <p>&lt;日時&gt; 2017年2/11(土) 14:00-16:00 参加費:無料</p> <p>講師 土屋 環氏 地域交流コーディネーター</p> <p>平成13年に社会福祉法人若竹大寿会に入職。横浜市東寺尾地域ケアプラザのオープニングスタッフになり現在に至る。平均経験年数が約4年といわれる職種だが、横浜市内133館あるケアプラザの中で一番長い15年目に突入中。ボランティアコーディネーション力1級検定合格。地域のいわれが書かれた高れづくりを行う。地域住民の繋がりが希薄なまちの町内会長のやる気を引き出し、新しい盆踊りを生むなど、地域活性化にチャレンジしている。仏生山の歴史を通しての地域活性化にチャレンジしましょう！</p>	<p>③「仏生山PR手工芸グッズ」 実践プロジェクト <b>定員10名</b> ～手工芸で地域住民の健康度アップ～</p>  <p>&lt;日時&gt; 2017年2/12(日) 10:30-12:30 参加費:1,000円 (材料費として)</p> <p>講師 加藤 篤氏 作業療法士</p> <p>大阪府豊中市にて障害者の働く「ゆずりは作業所」を設立。身体障害や精神障害などそれぞれの障害特性を考慮した幅広い作業を障害者と共に行っている。作業療法士は病気や障害のある方に対してどのような作業や仕事が適しているのか考える。それは、作業をする、手を動かすことは健康を保ち介護予防にもつながることも意味する。今回はレザークラフト(革細工)を実際行いながら作業する楽しさ、作品に対する愛着、そしてそれを使う喜び、趣味や商いにする可能性も共に考えましょう！</p>	<p>④「スナッグゴルフで健康寿命を延ばそう」実践プロジェクト <b>定員20名</b> ～地域とセラピストの力で寝たきりゼロ～</p>  <p>&lt;日時&gt; 2017年2/12(日) 14:00-16:00 参加費:無料、雨天中止</p> <p>講師 増田能子氏 プロゴルファー</p> <p>プロゴルファーで地域の高齢者障害者に介護予防の活動をしている増田能子氏が、青年療法士まちづくり塾のメンバーの田中裕介氏、藤本弾氏、津川義弘氏らとともに、足腰が不安なシニアの方も地域の人と気軽に交流できるスナッグゴルフを実施する。こどもからおとなまで、誰でも参加できるイベントである。更に、福祉用具などを活用した仏生山での安心な移動・移乗を提案します。お年寄りも子供の参加も大歓迎です！一緒に交流し体験しませんか。</p>
---	--	--	---

FAXかメールで申し込みください。FAX:087-813-3516, メール:primarycare@cap.ocn.ne.jp

希望講座名(複数可, 希望講座に○をつけてください)

氏名(ふりがな)

1 . 2 . 3 . 4

住所

連絡先

お問合せは、プライマリアケア訪問看護ステーション 石浜(087-813-3515)までお気軽にご連絡ください。