担 い 講座番号【1901-17】 定員:25名

浦安で自分を活かし、楽しく生き抜くために - 居場所・つながり・お互い様を通して-

コーディネーター 岩室 紳也 (ヘルスプロモーション推進センター (オフィスいわむろ) 代表)

【科目概要】 現在も患者さんの診療をしながら、全国各地で高齢者を含めた住民の一人ひとりが元気で住みやすい、自ら命を絶つこと のないまちづくりに取り組んでいます。生きづらさを抱えている思春期の若者向けにはこころと性の講演会も行い、エイズ 関連のボランティア活動も行っています。

実は病院の中で、一生懸命患者さんを治療し、教育をしても、それだけでは残念ながら患者さんも、ご家族も元気になれ ません。健康づくりと言えば、個人で気を付けて取り組む「運動」「栄養」「休養」と思っている人が多いですよね。しかし、 実は大事なのが「居場所」「つながり」「お互い様」です。

この講座は「担いの講座」に位置付けられていますが、決して堅苦しい内容ではありません。気楽に受講し、気が付けば 講座の仲間と、講座の OB と、さらには行政の職員と交流し、一人ひとりがこの浦安市でできることを見つけ、自分の居場所、 つながり、そして役割が確認できます。この講座を複数回受講する人が何人もいることも本講座の特徴です。繰り返し受講 することで学びを深め、新たな気づき、新たな仲間と出会えます。参加をお待ちしています。

	日 程	内 容
	2019年6月10日(月) 12:45~13:00	【オリエンテーション】
1	13:00 ~ 14:30	オリエンテーション 自分らしく、楽しく暮らせるために 講座が目指すところを確認し、お互いを知りあう
2	2019年6月24日(月) 13:00~14:30	きょうよう、きょういくの大切さ これからの健康づくりは今日行くところが、今日用があること!?!
3	2019年7月8日 (月) 13:00~14:30	生老病死をどう生き抜くか できる人が、できる時に、できることをする大切さ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
4	2019年7月29日(月) 13:00~14:30	「地域包括ケア」って何? 浦安市が進める地域包括ケアシステムとは <mark>調節 岩室 神也/高齢者包括支援課</mark>
5	2019年8月19日(月) 13:00~14:30	浦安市が目指す高齢化社会と市民への期待 行政が高齢者関連計画に寄せる思いと市民の役割 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
6	2019年9月2日(月) 13:00~14:30	住民力を引き出すファシリテーション ファシリテーションとは何か 議師 NPO 法人国際ファシリテーション協会/岩室 紳也
7 8	2019年9月27日(金) 13:00~14:30 14:45~16:15	「協働」って何? なぜ、市民と行政が一体となって地域づくりをするのか 調節 関谷 昇(千葉大学大学院社会科学研究院教授/うらやす市民大学副学長)/岩室 紳也
9 .	2019年10月11日(金) 13:00~14:30 14:45~16:15	協働の実践事例 各地で市民と行政が一体となっている活動に学ぶ 講師 関谷 昇/岩室 紳也
11	2019年10月21日(月) 13:00~14:30	これからの時代ではこころの健康が不可欠! こころが辛い人が増える理由、減らすコツ 調節 岩室 神也
12	2019年11月11日(月) 10:00~11:30	浦安市民のこころを元気にするための行政の取り組み 行政が仕掛けるこころの健康づくり 調節 岩室 紳也/健康増進課
13	2019年11月25日(月) 10:00~11:30	「福祉」の意味は「幸せ」 支援やサービス提供だけが福祉ではありません 調節 岩室 神也/社会福祉協議会
14	2019年12月9日(月) 13:00~14:30	協働実践者からの報告① 本講座既受講生の実践に学ぶ 議師 岩室 神也
15	2019年12月23日(月) 13:00~14:30	協働実践者からの報告② 介護予防アカデミアの実践に学ぶ □ お

	日 程	内 容
16	2020年1月6日(月) 13:00~14:30	協働実践者からの報告③ 避けて通れないこととどう向き合うか 調節 武元 弘文 (健康管理士一般指導員/エイジレスライフ実践者) / 岩室 神也
17	2020年1月20日(月) 13:00~14:30	医療を上手に活用するために 住民が医療の主役でいるためにできること 試師 岩室 紳也
18	2020年2月3日(月) 13:00~14:30	あなたはどこで最期を迎えたいですか 「最期は家で」を叶えるにはどうすればいいのか 試節 岩室 神也/高齢者包括支援課
19	2020年2月17日(月) 13:00~14:30	オリンピック・パラリンピックのボランティア イベントボランティアと日常的ボランティア、協働の違い 講師 岩室 紳也
20	2020年3月16日(月) 13:00~14:30	私が実践したいこと、実践していること 講座の学びが実践につなげるには 講師 岩室 紳也

備考

○科目の一部内容・スケジュール等は変更になる場合があります。

コーディネーターからのメッセージ 岩室 紳也 先生

何かしてみたいけど、これという特技はない。とりあえず何か面白そうなことはないだろうかとこのメッセージを読み始めたあなた。ぜひこの講座にご参加ください。この講座は参加者一人ひとりを、そして気が付けば浦安市民を元気にすることを目指しています。コーディネーターの私は医者です。「医者?」、「固い、難しい講座」と思うでしょうが、決してそうではありません。いろんな人とつながり、居場所やつながりの大切さが実感できますので皆さんの参加をお待ちしています。

