

ひらめき☆ときめきサイエンス～ようこそ大学の研究室へ～KAKENHI プログラム概要

課題番号	19HT0174	分野	医歯薬学	キーワード	疲労・食事・体力
研究機関名	関西福祉科学大学				
プログラム名	健康をみる・まもる・つくるを学ぼう				
先生(代表者)	福田早苗(ふくださなえ)・健康福祉学部・教授				
自己紹介	大学で心理学を学んだ後、病気を予防するにはどうしたらいいかについて研究してきました。特にストレスや疲れが何故起こるか、ストレスや疲れが病気とどのように関係するか、そしてその予防策について研究してきました。趣味はフラワーアレンジメントです。香りの研究もしてきましたが、フラワーアレンジメントは花の香りに癒され、また花の色どりに癒され、デザインを考えてアレンジメントを作成すると嫌なことを忘れることができます。				
開催日時・募集対象	2020 年 3 月 22 日(日)	受講対象者	中学生	募集人数	20 名
集合場所・時間	関西福祉科学大学・図書館(大学本館 3 階)		(集合時間)	9:40	
開催会場	学校法人玉手山学園・関西福祉科学大学 住所: 〒582-0026 大阪府柏原市旭ヶ丘 3-11-1 アクセスマップ URL: https://www.fuksi-kagk-u.ac.jp/profile/access.html				
内 容					
何故人はストレスを感じるのでしょうか？同じ出来事を体験してもストレスを感じたり疲れたりする人とそうでない人がいます。それは何故でしょうか？このプログラムでは目に見えないストレスや疲れの正体を最新機器で測定することで、ストレスや疲労とどう付き合うことが正しいかについて学びます。大学での研究に触れることで、ストレスや疲れをコントロールできるスーパー中学生を目指しませんか？					
スケジュール				持 ち 物	
9:40～10:00 受付(集合場所: 関西福祉科学大学図書館)				筆記用具	
10:00～10:20 開講式(挨拶、オリエンテーション、科研費の説明)					
10:20～10:50 講義①「食や香りはどのようにして疲労やストレスとかわるか(講師: 福田早苗)」(終了後 15 分休憩)					
11:05～11:20 講義②「健康測定を体験しよう」(福田早苗等・学部学生も講師役として参加)				特 記 事 項	
11:20～11:45 講義③「毎日の食事について考える」(西村節子等・学部学生も講師役として参加)				スクールバスはご利用になれません。大学までの送迎は保護者が責任をもって行ってください。	
11:45～12:00 質疑応答				活動のための保険に加入頂きます(費用負担はございません)	
12:00～13:00 昼食、休憩(ラーニング・コモンズで参加者・講師・学生スタッフ等と一緒に)					
13:00～14:00 実習①「健康測定—ストレス測定を体験しよう」(終了後 10 分休憩)					
14:10～15:10 実習②「SATを用いて摂取カロリーを知ろう」(学部学生も講師役として参加)					

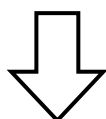
15:10～15:30	おやつタイム	
15:30～16:30	実習③「健康献立を考える」(図書館スタッフも講師役として参加)	
16:30～16:40	ディスカッションとまとめ	
16:40～17:00	修了式	
17:00	終了、解散	

《お問合せ・お申込先》

所 属・氏 名：	関西福祉科学大学 健康福祉学部・福田早苗 (不在の場合は養護・看護実習室宛)
住 所：	大阪府柏原市旭ヶ丘 3-11-1
T E L 番 号：	072-978-0088(福田もしくは養護・看護実習室宛)
F A X 番 号：	072-978-0377(福田宛)
E - m a i l：	kenko-kagaku@tamateyama.ac.jp
申込締切日：	2020 年 3 月 6 日(金)
※当プログラムは先着順にて受付を行います。	
※メールでの連絡が確実ですのでできるだけメールでご連絡ください。	

《プログラムと関係する先生（実施代表者）の科研費》

研究代表者	研究期間	研究種目	課題番号	研究課題名
福田早苗	2012-2015	基盤研究(C)	24500826	身体－精神疾患の相互メカニズムに関する代謝内分泌学的研究



★この科研費について、さらに詳しく知りたい方は、下記をクリック！

<http://kaken.nii.ac.jp/>

※国立情報学研究所の科研費データベースへリンクします。