

私たちの 生活と健康を守る 研究と実践

本学大学院では、基礎研究や開発、対人ケアや地域でのヘルスプロモーションに関する研究等を行っています。あなたも、大学院での勉学や研究について触れてみませんか。



大

公

学

開

院

ゼ

参加
無料

三

延期日程決定！

9月4日に開催を予定していた「第3回」「第4回」「研究室見学ツアー」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、延期となりました。この度、延期日程が決定しましたので皆様にお知らせいたします。

学内会場 青森県立保健大学C棟

11/20
(土)

第3回
「適度な運動とは？骨と身体活動」

講師 青森県立保健大学大学院
生体機能学研究室
教授 李相潤

10:30～15:30

第4回
「栄養素としてのたんぱく質の役割
～適切な量 (quantity) と質 (quality) ～」

昼休憩 12:00～13:00

講師 青森県立保健大学大学院
基礎栄養学研究室
准教授 乗鞍 敏夫

▶Zoom配信あり

13:00～「研究室見学ツアー」も開催！

申込締切 令和3年11月15日(月)

講師のプロフィール及び研究内容については、
ホームページ(研究者総覧)を御覧ください。
<https://souran.auhw.ac.jp/search?m=home&l=ja>



対象 高校生以上

申込方法 裏面を御覧ください

定員 各回 20名(先着順)
研究室ツアー 10名程度(先着順)

お問い合わせ

青森県立保健大学キャリア開発・研究推進課
〒030-8505 青森市浜館間瀬58-1
TEL 017-765-4085 FAX 017-765-2021
<https://www.auhw.ac.jp>
E-mail kenkou@auhw.ac.jp

令和3年度 大学院公開ゼミ

8/28 (土)
アスパム 5階白鳥

第1回 13:00~14:30 先着 20名

つながりが健康に効く

人や社会とのつながりが多い健康状態が良好で長寿であることが知られています。このつながりとはどのようなものでしょうか。2事例の研究結果を紹介し、「ソーシャル・キャピタル」という概念について考えます。

青森県立保健大学大学院 産業保健研究室 准教授 千葉 敦子

第2回 14:50~16:20 先着 20名

多層的予防介入による自殺予防対策

保健・医療・福祉の連携のあり方

日本は先進国の中でも自殺死亡率が未だ高い状況にあります。近年、自殺リスクに応じた予防的介入の組み合わせが効果的であることがわかってきています。住民と保健医療福祉の専門家とが協働し、深刻な悩みを抱える人々をサポートする仕組みを考えます。

青森県立保健大学大学院 精神保健福祉研究室 准教授 坂下 智恵

11/20 (土)
保健大学 C棟
Zoom 配信あり

第3回 10:30~12:00 先着 20名

適度な運動とは？骨と身体活動

健康の維持や向上に必要な因子として運動が挙げられますが、運動の実施方法によって生体への影響は大きく変わります。本ゼミでは運動の特性について生体反応を紹介し、「骨と身体活動」について考えてみたいと思います。

青森県立保健大学大学院 生体機能学研究室 教授 李 相潤

第4回 14:00~15:30 先着 20名

栄養素としてのたんぱく質の役割

～適切な量 (quantity) と質 (quality)～

健康的な生活を営むためには、適切な『量』と『質』のたんぱく質を摂取することが重要です。たんぱく質はおもに筋肉など身体の材料となる栄養素ですが、エネルギー源としても利用される栄養素です。基礎研究の成果を交えながら、栄養素としてのたんぱく質の役割について紹介します。

青森県立保健大学大学院 基礎栄養学研究室 准教授 乗鞍 敏夫

11/20(土)13:00~13:50『研究室見学ツアー』（先着10名程度）

大学院での基礎研究はどんなところで行われているのでしょうか？実際に大学院の研究に使用される実験室、機器、装置などを見学してみましよう！
※ツアーの内容は、申し込み状況により変更する場合があります。
※Zoom配信は、行いません。



【新型コロナウイルス感染症対策のお願い】

- ・感染症対策(マスク着用、手洗い、咳エチケット等)をお願いいたします。また、症状(発熱・倦怠感等)のある方は、参加を御遠慮願います。
- ・別紙『「令和3年度 青森県立保健大学大学院公開ゼミ」における新型コロナウイルス感染症への対策』を御覧いただき、裏面の『出席確認・健康状態申告シート』(記載済のもの)を当日受付に御提出願います。また受付での検温にも御協力願います。
- ・状況により、配信によるオンライン開催となる場合もございます。その際は、お申込みの皆様にもメール等で御連絡いたします。

▼申込方法 令和3年11月15日(月)までにFAX又はメールでお申し込みください。

《FAX》 017-765-2021 青森県立保健大学キャリア開発・研究推進課

以下に必要事項を御記入のうえ、切り取らずに送信してください。

受講申込書

申込年月日 令和 年 月 日

区分 ※どちらかに○をつけてください。	一般	高校生	御住所	
お名前	(ふりがな)		〒	
受講希望回	第1回 8/28(土) 13:00~14:30	第2回 8/28(土) 14:50~16:20	職業	年齢 歳
※参加希望の回に○をつけてください。(複数可)	第3回 11/20(土)10:30~12:00 現地参加 Zoom参加	第4回 11/20(土)14:00~15:30 現地参加 Zoom参加	電話番号	
	研究室見学ツアー 11/20(土)13:00~13:50		Eメール アドレス	@

※職業、年齢については、受講者の傾向等を把握するためのものです。支障のない範囲で お答えください。また、御記入いただいた情報は公開ゼミ実施のために利用し、それ以外の目的には一切使用しません。

《メール》 郵便番号・住所、お名前(ふりがな)、年齢、職業、電話番号、メールアドレス、希望する回及びZoom参加か否か(第3・4回のみ)を明記し、kenkou@auhw.ac.jpへお送りください。

お申込み後、当日直接会場(各回30分前より受付開始)へお越しください。
状況により内容が変更・中止となる可能性もございます。本学ホームページを御確認の上、御来場ください。

