

ケア研通信

コミュニティケア教育研究センターとは

名寄市立大学の理念の一つである社会連携・社会貢献の基盤を整備・充実するとともに、教育—実践—研究の橋渡しにより本学の教育研究活動のさらなる充実を支える組織です。

名寄市を中心とした道北地域との連携協働により、保健医療福祉、保育、教育、産業振興ならびに地域活性化等に関する課題発見および解決に取り組み、地域貢献に資する教育・研究の充実・発展を図ります。

実践

なよろ子ども支援プロジェクト

コミュニティケア教育研究センターでは、地域の子どもの成長及び地域社会の形成に寄与することを目的に「なよろ子ども支援プロジェクト」を行っています。大学生のスタッフを中心に、子どもの学習支援「もっちもち」、子どもの居場所づくり「スピカ」を行います。

小中学生の皆さん、大学生と一緒に学んで、遊んで、語り合いませんか？

参加は無料です。当日直接会場にお越しください。

と き 令和2年10月18日（日）
10:00～12:00

ところ 名寄市民文化センター

対象 小学生、中学生

持ち物 勉強道具、筆記用具、マスク

内容 学習支援、子どもの居場所
※子ども食堂は行いません。



ボランティア依頼や地域交流イベントの情報提供はこちらへお願いします。まずはお気軽にお問い合わせください！

TEL 01654-8-7661 FAX 01654-2-0070

Email tiiki@nayoro.ac.jp



地域交流

Nスポ健康ステーションでお待ちしています

健康をテーマとした運動教室、食や健康・スポーツなどの様々な講座、健康相談を通じ、楽しみながらいきいきした毎日を過ごす健康づくりの拠点として「Nスポ健康ステーション」が開設されました。

名寄市立大学では、この「Nスポ健康ステーション」にサービス提供する形で参加します。ご利用は無料ですので、お気軽にご参加ください。

ところ 名寄市西1条南7丁目6Y・Y1・7ビル (naniro BASE&Lab.内)

開館日 令和3年1月末までの火・水・木曜日10時～15時

主催 Nスポーツコミッション

問い合わせ 電話050-5436-6404 (10時～15時)

【フレイル予防教室】

「フレイル」とは、加齢に伴う心身機能の低下により、要介護状態に徐々に近づいていく状態を指します。いつまでも生き生きと元気に暮らし続けることができるよう、高齢者を対象とした筋力づくり体操や、認知症予防体操などを行っていきます。開始時刻に直接会場にお越しください。

とき 10月7日～1月27日の毎週水曜日10時～11時

定員 10名※超えた場合はご参加いただけないことがあります。

担当 看護学科 講師 澤田 知里



【体組成計で自分の身体を知ろう！】

プロフェッショナル体組成計でカラダまるごとチェックします。

体脂肪率、脂肪量、除脂肪量、筋肉量、体水分量、推定骨量、BMI、肥満度、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、脚部筋肉量点数などを測定し、名寄市立大学生がわかりやすく説明。適正体重維持のための健康ミニ講話も行います。開設時間内に直接会場へお越しください。

とき 10月22日～12月3日の毎週木曜日

13時30分～15時 (11/5、11/19を除く)

※所要時間は15～20分程度です。

担当 栄養学科 講師 笠井 寛和



名寄市立大学コミュニティケア教育研究センター

〒096-8641 北海道名寄市西4条北8丁目1

TEL 01654-8-7661 FAX 01654-2-0070

Email community@nayoro.ac.jp

URL <https://nayoro.ac.jp>

ホームページは
こちらから→



<https://nayoro.ac.jp>