

退職後の豊かな暮らしに向けた「ケアウィル」講座

令和4年1月22日(土)～3月5日(土) (計4日間 14時間)

〈講座概要〉

富山大学で研究開発した退職後の第2の人生をサポートする「ケアウィル」プログラムを公開します。居場所や役割が大きく変わる退職期にどのような取り組みが人生を豊かにするのかについて学び、人生100年時代の豊かな暮らしを実現する退職後を設計します。

募集定員	20名
受講対象者	退職前後5年以内の方
実施場所	富山駅前 CiC ビル5階 大学コンソーシアム富山「駅前キャンパス」研修室
受講料	7,300円
テキスト	なし
申込期限	～令和4年1月7日(金)まで
問合せ先	杉谷キャンパス

〈講座内容〉

回数	期日	時間	題目	講師氏名	所属・職名
1	1月22日(土)	13:30～14:30	第2の人生と生きがい	立瀬 剛志	医学部・助教(疫学・健康政策学)
		14:40～15:40	地域における繋がりとケア	鏡森 定信	富山大学名誉教授
		15:50～16:50	高齢期の活動を支援する社会の窓口	新鞍真理子	医学部・准教授(老年看護学)
2	1月29日(土)	13:30～14:30	人との関わりとライフケア	野上 睦美	金城大学・講師
		14:40～15:40	退職後の日々の暮らし	藤森 純子	NPO法人みどりの風・理事
		15:50～16:50	ポジティブエイジングに向けたセルフモニタリング		
3	2月5日(土)	13:30～16:50	ケアウィルプランニング	立瀬 剛志	医学部・助教(疫学・健康政策学)
4	3月5日(土)	13:00～16:50	ケアウィル発表会		

〈備考〉

本講座の修了者は希望により、県民カレッジから10単位が認定されます。