

2016 佐久大学公開講座

会場

佐久大学講堂

受講無料
(申込み不要)

賢い患者になるための

「患者学」

急な受診に慌てる前に

自分自身が望む

受診をするために

あなたは健康なうちから

何を気に留めておきますか？

「患者が主役」の視線に立って、

「患者学」公開講座を

開講します。

公開講座プログラム

12/18 日

13:30~15:30

認知症を乗り切るユーモア

※日本笑い学会信州支部共催

講師 日本笑いヨガ協会代表

高田 佳子

【内容の紹介】

病の床にいる人、大切な人を介護中の人は、笑いを忘れがちになります。しかし、つらい時こそ笑いが大切なのです。笑うとストレスが解消でき、生きる力がわいてきます。笑う気分にならない時にどのように笑うのか、不安や怒りにどのように向き合うのか、生活の中に笑いがあふれる知恵と具体的方法を高田佳子氏が語ります。

【プロフィール】

日本笑いヨガ協会 代表

桜美林大学加齢・発達研究所連携研究員。

2009年インドで笑いヨガを学び、日本笑いヨガ協会を設立。笑いヨガを全国で普及させると共に、ケア現場のための“笑いケア”や運動効果が高い“笑トレ”を考案し、日本中に元気を届けるため、全国で講演・研修をおこなっている。著書に『ボケないための笑いヨガ』『笑いヨガで超健康になる』『大人の笑トレ』他多数。



学校法人 佐久学園

佐久大学

大学院看護学研究科
看護学部看護学科
別科助産専攻

● 問合せ先

佐久学園地域連携推進センター

長野県佐久市岩村田2384 TEL: 0267-68-6680 FAX: 0267-68-6687

<http://www.saku.ac.jp>

● 後援/佐久市、佐久商工会議所