

私たちは科学的根拠に基づいた健康支援事業を展開します。

ピンピンコロリン村セミナー

開催日時

2024.

6.15

13:30 - 15:30

100歳まで健体康心に生きることが自然な暮らしへ

心豊かに生きるには

ピンピンコロリン村は、「100歳まで健体康心で生きることが自然な暮らしへ」という想いのもと、子供たちから高齢者までが、日々の暮らしのなかにそれぞれの健体康心の至適化を探るためには、「何を知り、何をすれば良いのか」を共有すること、さらには、科学的根拠に基にした健康支援事業をも含めた情報発信の拠点となることを目指しています。

今回、高齢化社会における「心と運動」をテーマにセミナーを開催します。龍谷大学 学長 入澤崇先生と、関西大学 教授 河端隆志先生にご講演いただき、ご参加の皆様と一緒に、健体康心について考えていきたいと思います。

内容

▶ 心豊かに生きるには

入澤 崇 氏
龍谷大学 学長



▶ 歩ける力が健康寿命への第一歩 — 運動効果の理論と実践 —

河端 隆志 氏
関西大学人間健康学部 教授



会場

長浜バイオ大学

大講義室/体育館

(長浜市田村町 1266 / JR 田村駅下車すぐ)

定員

200 名

※ 先着順です。

※ 定員に達し次第締切いたします。

参加費

1000 円 / 世帯

運動ができる服装、運動靴でご参加ください。

主催 一般社団法人 長浜健体康心研究所 (ピンピンコロリン村)

後援 長浜市/長浜バイオ大学/長浜市社会福祉協議会/バイオビジネス創出研究会

協賛 長浜商工会議所 / 社会福祉法人青祥会

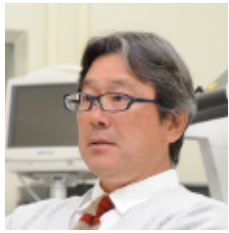
講師紹介



入澤 崇 先生
龍谷大学 学長

略歴

1955 年生まれ
 龍谷大学大学院文学研究科修士課程修了
 龍谷大学大学院文学研究科博士後期単位取得満期退学（文学修士）
 1990 年 龍谷大学文学部講師
 1996 年 龍谷大学文学部助教授
 2000 年 龍谷大学経営学部助教授
 2002 年 龍谷大学経営学部教授
 2010 年 龍谷大学文学部教授
 2013 年 龍谷大学文学部長 仏教文化学（アジア各地域における仏教と受容と変容を研究）
 2017 年 龍谷大学学長



河端 隆志 先生
関西大学人間健康学部 教授／医学博士

体温調節及び運動能力に及ぼす循環血液量の生理学的意義に着目し、スポーツや運動シーンにおける環境および運動ストレスに対する生体の適応能力とパフォーマンスの制限因子に関する研究に従事してきた。

近年では、whole body でとらえた高齢者の健康支援（インターバル速歩＝信州大学能勢教授との共同研究者）やアスリートのパフォーマンスと疲労（中枢性・末梢性）の研究を進めている。ヨーロッパスポーツ医科学会、日本生理学会評議員、日本体力医科学会評議員、日本運動生理学会評議員、および日本フットボール学会理事、日本サッカー協会医科学委員を歴任。

／ ピンピンコロリン村が伝えたいこと ／

「人生 100 年時代」とは、平均寿命で考える人が多い。
 でも平均寿命でなく、自分の年齢であと何年生きられるかという平均余命で考えるべきです。
 平均寿命は男性 81 歳、女性 87 歳ですが、70 歳の平均余命はそれぞれ約 16 年、約 20 年あります。
 病気やケガなどにより不自由になった体で生きる期間が平均して男性で 9 年、女性で 12 年ほどあります。
 元気で生きていく、それは自らの努力への褒美であると思います。



ピンピンコロリン村 村長 若林浩文
(長浜バイオ大学 前理事長)

お申込み
お問い合わせ



一般社団法人
長浜健体康心研究所（ピンピンコロリン村）
 Tel. 0749-65-8808 Fax. 0749-65-8858
 Mail. pinkoro@biobiz.jp

参加申し込み
QR コード



参加申込書

※ 申込書をご記入いただき、Mail (pinkoro@biobiz.jp) または Fax (0749-65-8858)、QR コードでお申し込みください。

	お名前	住 所	連絡先 (電話・メールなど)
1	フリガナ	(〒)	
2	フリガナ	(〒)	
3	フリガナ	(〒)	

※ご記入いただいた情報は（一社）長浜健体康心研究所（ピンピンコロリン村）からの各種連絡・情報提供のほか、参加者の実態調査や分析に使用させていただきます。