

高齢者のメンタルヘルス

心理学者のエリック・エリクソンは、老年期の心理葛藤は「絶望 対 統合」であり、その葛藤の末に人が得るものは英知だと述べています。老年期の絶望につながっていくものとして、例えば、定年を迎える仕事から引退する役割の喪失、心身の健康を損なうことからくる生活の不安、親しい人と死別する孤独感等があります。一方、統合とは、自身の人生を意味あるものとして肯定的に捉えることです。絶望の沼に陥らず抗い統合に向かうには、自分自身の心の健康が一番にあるのではないかでしょうか。今回は、一般的な知識とプラス先輩方から得た知恵を踏まえて、参加者の皆さんと体験を共有しながら考え、シェアする場になればと願っています。

日時: 2025年12月20日(土) 13:30~15:00
場所: 奈良学園大学 1号館 4階 1409教室
定員: 30名(定員に達しましたら、募集を締め切らせていただきます)

開催予定



奈良学園大学
保健医療学部
看護学科
西出 順子 先生

こちらから
申込みください。



第29回登美ヶ丘カレッジ
申込フォーム

いつまでも若々しく! 健康寿命を延ばす姿勢と筋トレ

皆さんは「ぴんぴんこりり」という言葉をご存知ですか? これは「亡くなる直前まで病気に苦しむことなく、元気に長生きし、最後は寝込まらずにコロリと死ぬこと」で「大往生」のことです。では、歳をとると身体はどうなるでしょう? 今回は年齢を重ねることによる身体の変化についてお話しします。そして歳をとっても若々しく元気でいられるコツをお伝えします。実際に体験していただきたいと思いますので、動きやすい服装でお越しください。

日時: 2026年2月7日(土) 13:30~15:00
場所: 奈良学園大学 1号館 4階 1409教室
定員: 30名(定員に達しましたら、募集を締め切らせていただきます)

開催予定



奈良学園大学
保健医療学部
リハビリテーション学科
笹野 弘美 先生

こちらから
申込みください。



第30回登美ヶ丘カレッジ
申込フォーム

ニュースレター第18号 編集後記

秋風と虫の音が心地よい季節となりました。ニュースレター第18号がお手元に届く頃にはさらに金木犀の香りも一緒に届いているかもしれません。

今号では「第26回・第27回 登美ヶ丘カレッジ」の様子をご紹介しました。第26回では地球温暖化防止をテーマに、LCA(ライフサイクルアセスメント)を具体的な数値で解説いただきました。環境の話は少し難しく思えますが、数字で示されると「我が家の大暮らし」へと引き寄せられるから不思議です。第27回では認知症予防につながる生活習慣を取り上げました。会場では熱心にメモを取る方も多く、健康への関心が世代を超えて高まっていることを実感しました。今後は12月20日に「高齢者のメンタルヘルス」、2月7日に「いつまでも若々しく! 健康寿命を延ばす姿勢と筋トレ」を予定しています。先の日程ながら、すでに体調管理を心がけて参加しようと考えてくださる方もいらっしゃるかもしれません。地域連携では生駒市の紹介や「いこま未来lab」の活動を紹介いただきました。本学の学生も今後こうした取り組みに積極的に参加し、地域と共に未来を描いていくことが期待されます。その姿を目にできる日を楽しみにしています。

奈良学園大学は地域の皆様と共に学び合い、時に笑顔を交えながら成長できる場を提供してまいります。



奈良学園大学
社会・国際連携センター長
伊藤 健一

各種公開講座が開催されました

第26回登美ヶ丘カレッジ開催

地球温暖化とライフサイクルアセスメント
日時: 2025年7月12日(土) 13:30~15:00
講師: 保健医療学部看護学科 阪元 勇輝 先生



近年、地球温暖化の影響による大規模自然災害が国内外で頻発しています。まず、この様な災害の現状や将来の予測について説明しました。次に、地球温暖化防止への対応策の一環として、一般にはあまり知られていない評価方法ではあります、ライフサイクルアセスメント(LCA)について紹介しました。

この評価方法は、身近な生活用品から大きな工業製品やサービスについて、原材料の調達から輸送、製造、使用、そして廃棄に至るまでのすべてのライフサイクルを通じて発生する環境への影響を評価する方法です。

本講座では、身近な生活用品や食料品(飲料、野菜、米、肉など)についての環境負荷(二酸化炭素の排出量)を具体的な数値で示しながら説明しました。

講座の最後には、環境問題や地球温暖化に対する日常生活での具体的な対策について、参加者の方々から多くの質問があり、活発な意見交換を行いました。

第27回登美ヶ丘カレッジ開催

いつまでも元気な脳でいるためにー科学が教える脳の健康習慣ー¹
日時: 2025年9月13日(土) 13:30~15:00
講師: 保健医療学部リハビリテーション学科 中田 修 先生

第27回登美ヶ丘カレッジにて、地域で生活されている皆さまを対象に、認知症予防につながる生活習慣について、最近の研究からわかつたことをもとにお話ししました。参加された皆さまが非常に熱心に耳を傾けてください、認知症に対する関心の高さを感じることができました。質疑応答でも多くのご質問をいただき、私自身も改めて考える機会となりました。研究者として、こうした知識を社会に還元していく責任の重さを再認識するとともに、地域の皆さまと直接対話できる貴重な機会が持てたことに深く感謝しております。最後に、ご参加いただいた皆さん、そして準備や運営にご尽力くださった皆さんに、心より御礼申し上げます。



生駒市の紹介

生駒市 広報広聴課
課長補佐 村田 充弘

夜景がきれいな生駒山上遊園地や、バーベキュー施設がある生駒山麓公園など、生駒市には遊べるスポットがたくさんあります。また、近年は働き盛り世代の転入が増加中です。子育て環境の良さだけでなく、生駒山や矢田丘陵に囲まれた自然の豊かさとアクセスの良さが両立した住環境に定評があります。

大学生がまちや地域とつながるきっかけづくりにも力を入れています。地域の大人と一緒に大学生が自分たちで企画したプロジェクトに挑戦する企画「いこま未来lab」。5年目にあたる今年度は、地域で活動しながら解決したい「何か」を抱えている団体にコミットし、アイデアを出し合ったり、イベントを企画したりと、考える力やチャレンジする力を身につけながら、まちへの愛着を形成しています。生駒市の最新情報は市公式SNS「グッドサイクルいこま」がおすすめ。市民PRチーム「いこまち宣伝部」が生駒ならではの魅力をほぼ毎日発信しています。ぜひSNSをチェックして遊びに来てください。



ご寄稿

ひたすら、とことんの職人魂

特別客員教授 磯邊 ゆう

奈良学園大学から特別客員教授の肩書きを頂いて6年余りになります。おかげさまで、2020年以来毎年続けて大学紀要に石造物の論文を発表することができ、講演の依頼を頂いたりしております。元は生物学が専門でしたが、今ではもっぱら石造物に取組んでいます。

主な対象は江戸時代末頃の石造狛犬と名人石工丹波佐吉です。関西では江戸時代中頃から神社の参道に石造狛犬を奉納するようになり、大坂を中心に、幕末に向かってブームが起こり、周辺地域にも波及していきます。最初の頃は腕に覚えのある石工による個性的な作だったのが、ブーム拡大の中でパターン化していきます。それでも愛嬌があったりして面白いものです。また、狛犬各型の伝播の様子から、地域間の経済的な繋がりも見えてきます。

幕末の定型的な狛犬全盛の中で、とことんリアルにこだわったのが丹波佐吉です。主に狛犬と石仏を造りました。特徴が明瞭で、作が多く、努力の道筋を検討できる数少ない石工の一人です。佐吉は店を持たず、ただ「ひたすら」「とことん」を貫き通したようです。私は佐吉の努力の道筋を明らかにしようと努力中ですが、それによってあの頃の庶民文化を支える職人の姿が見えてくることを期待しています。江戸時代に花開いた庶民文化は様々にありますが、狛犬や石仏もその代表の一つに数えられるようになるよう願っています。



下永・八幡神社狛犬(安政六年1859)丹波佐吉作
(奈良県川西町)

奈良学園大学の教員紹介

奈良学園大学 人間教育学部 人間教育学科

草野 剛 先生



私は岐阜県の小中学校で34年間、教師を務めてまいりました。その経験を活かして、大学では主に生徒指導にかかる授業や学生の教育実習の支援をしています。学生には、教師という職業の魅力を存分に伝え、児童生徒とともに成長していく教師の育成に励みたいと思います。奈良には、家族と一緒に引っ越してきました。小学校の修学旅行で訪れることができなかった「奈良国立博物館」に気軽に行けるのが喜びです。



奈良学園大学 保健医療学部 看護学科

高橋 晶 先生

地域のあらゆる場で暮らす、あらゆる人々に対する看護である「地域・在宅看護学」を担当しています。病気をもつ前段階の人々に対する予防的ケアから、病気や障害をもちながら人生の最期まで暮らしていく人への支援まで、幅広い看護を提供する領域です。

現在取り組んでいる研究は、在宅で生活する心不全療養者への訪問看護支援についてです。特に、心不全の状態悪化による再入院を予防し、地域・在宅での暮らしを継続するための看護支援は何か、が主なテーマです。

私は、看護基礎教育(大学在学中)の4年間を除き、奈良県で生活をしてきました。看護職としても奈良県を離れたことは一度もありません。これからも可能な限り、奈良県の看護職養成に微力ながらも携わっていきたいと思っています。



奈良学園大学 保健医療学部 リハビリテーション学科

東 泰弘 先生

リハビリテーション学科作業療法学専攻の東泰弘です。主に日常生活活動学、地域作業療法学の授業を担当しています。学生と共に「暮らしを支える力」を育むことを大切にしています。研究テーマはトイレ動作支援や高次脳機能障害など、日常生活に直結する領域です。臨床現場や研究活動で培った視点を教育に活かし、社会に還元できるよう心がけています。3人の娘の父として家庭でもにぎやかな毎日を過ごしています。今後も学生や地域の方々と共に成長しながら、学びの輪を広げていきたいと考えています。

奈良学園大学 相談室のご紹介

親と子の相談室 ひまわり

「親と子の相談室ひまわり」では、0歳から18歳ぐらいまでの子供のことや子育て、親子・家族関係についてなど、子どもと家庭に関するさまざまな心の相談を受けています。じっくりとお話をうかがいながら、解決に向けて一緒に考えていきます。どこに相談したら良いか分からない時なども気軽にご相談ください。

開室は火曜日の13:00~17:00で、予約制です(0742-95-9800)。秘密は守りますので、安心してご相談ください。

また現在、月に1回「こども子育て講座」を開催しています(12月まで)。詳しくは大学ホームページをご覧ください。



相談室の様子



相談日:原則毎週火曜日

13:00~17:00

1回50分(複数回可)

※祝祭日、年末年始等の大学の閉館日を除きます。

奈良学園大学
人間教育学部
高橋 千香子 先生

特別支援教育 教育相談室 からふる

教育相談室「からふる」は、学校やご家庭で、指導や支援に迷ったり困ったりされている小学校、中学校の子供を対象とした教育相談室です。主に、発達検査等、諸検査の実施と、検査結果を踏まえた、学校や家庭生活における指導支援や対応についての助言を行なっています。ひとまずお電話をいただき、お子さんの様子などについてお話を伺います。来室をご検討された方は、詳しい情報を本学HPよりご覧ください。相談の流れなども確認していただけます。お子さんの生活が少しでも安心できる、よりよいものになればと、ご相談に応じています。興味のある方はご検討ください。

<https://www.naragakuen-u.jp/life/specialsupport/>



心理検査室



特別支援教育演習室



奈良学園大学
人間教育学部
岡野 由美子 先生

お申込み・問合せ: 0742-95-9800(電話番号共通)

卒業生からのメッセージ



奈良学園大学
保健医療学部
リハビリテーション学科
3期生
山家 歩実 さん

私は、奈良学園大学で理学療法士の免許を取得し、2025年3月に卒業しました。三重の国立大学の採用試験に合格し、理学療法士として毎日笑顔で働いています。また、大学時代に書いた卒業論文を11月の学会で発表することが決まっています。

理学療法士として働き始めてから約5か月が過ぎました。責任と臨床の難しさを日々痛感していますが、患者様に「ありがとうございます。」と笑顔で直接言ってもらえる仕事なのでやりがいをとても感じています。

奈良学園大学は授業や研究、就職活動まで幅広く協力してくださる先生がたくさんいます。そのおかげで4年間乗り越えることができました。様々なことに挑戦させていただき本当に感謝です。

在学生からのメッセージ



奈良学園大学
人間教育学部
人間教育学科
3回生
大堀 浩太 さん

私は人間教育学部にて、中高音楽教員免許を主、小学校教員免許を副として取得することを目指して学んでいます。子どもたちに音楽や学ぶことの楽しさを幅広く伝えられる教員となることを志しています。大学では、マーチングバンド部に所属し、副部長として部員のサポートや練習環境の整備に力を注いでいます。仲間と一緒にステージをつくり上げる過程を通して、協調性やリーダーシップの大切さも実感しています。今後も授業だけでなく、課外活動などから得られる経験も大切にしつつ、成長していきたいです。