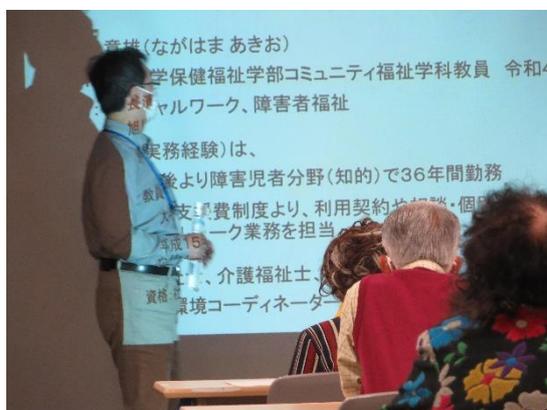


2023年度 AWBC あさひかわオープンカレッジ

「健康とは何か?～高齢者の健康と自己実現を考える～」

10月21日(土) 13:30～15:30 旭川市立大学 教授 長濱 章雄 先生



冒頭、後ろまで声が届くか確認した後、最後までマイクを使わない熱のこもった講義でした。福祉現場での長い経験から「老後」を生活の質を維持しながら過ごすにはどうしたらいいかをわかり易くお話ししていただきました。身体の健康とともに、自分の生きがいを持ちながら、社会との接点（居場所）を見出して生活することが大切だとの話に、参加者も納得の表情でした。受講者は70歳以上の方が多く、それぞれの生活に活かせることの多い、元気の出る楽しい講座となりました。

参加者 26名