

SDGs:持続可能な未来を目指した 人生100年時代のライフデザイン

受付 14:10 ~

	月/日	講演テーマ・講師名
1	9/26金 14:40~16:10	開講のあいさつ ●秋山 剛克氏(愛媛銀行 常務取締役) ●坂原 明氏(聖カタリナ大学 学長) 中年と高齢者では認知症予防が異なる! ●酒谷 薫氏(東京大学高齢社会総合研究機構 特任研究員)
2	10/3金 14:40~16:10	世界最高齢プログラマーに学ぶ! 人生100年時代の楽しみ方 ●若宮 正子氏(世界最高齢プログラマー)
3	10/10金 14:40~16:10	かつお節の力ー 驚くべき健康効果 ●来島 壮氏 (ヤマキ株式会社 商品開発部 かつお節・だし研究所所長)
4	10/17金 14:40~16:10	健康寿命を延ばすらくらく運動 ●定松 修一氏(聖カタリナ大学 非常勤講師)
5	10/31金 14:40~16:10	魅力UP!エイジレスセルフプロデュースメイク ●星 泰衣氏(日本セルフプロデュースメイク協会 代表理事)
6	11/7金 14:40~16:10	生活を豊かにするお金の知識と習慣 ●森 敬嗣氏(愛媛銀行ソリューション営業部 副調査役)
7	11/14金 14:40~16:10	笑いヨガで健康な毎日をつくる ●穴井 めぐみ氏(前福岡女学院看護大学 教授)
8	11/28金 14:40~16:10	ヘルシー・エイジングのすゝめ ～ 疲労蓄積や睡眠障害の怖さと対策を知ろう ~ ●北野 克宣氏(医療法人菅井内科 副院長) 閉講のあいさつ ●坂原 明氏(聖カタリナ大学 学長)

**参加費
無料**

事前申込不要
お好きな回にお気軽にご参加ください!

駐車場が
ございませんので、
公共交通機関で
お越しください

聖カタリナ
大学

産官学
連携事業

愛媛銀行

松山市

会場

後援

お問い合わせ



公開講座HP

聖カタリナ大学 松山市駅キャンパス
聖ドミニコ館看護学科講義棟 5F 大講義室 052

愛媛県、松山市、(公財)松山市文化・スポーツ振興財団
愛媛県教育委員会、南海放送、愛媛県看護協会

聖カタリナ大学松山市駅キャンパス事務局

〒790-0022 愛媛県松山市永代町10番地1
TEL:089-947-0502(代)
E-mail:kango@catherine.ac.jp

健康社会学部
■現代人間学科(2025年4月設置)
■健康スポーツ学科
看護学部看護学科
大学院看護学研究科
短期大学部保育学科

※講師等の都合により、
講演テーマ等が変更され
る場合があります。
※やむを得ず講座を中止
する場合は、本学HPで
お知らせします。



愛媛銀行

Amor et Veritas
SCU

聖カタリナ大学
聖カタリナ大学短期大学部

講師プロフィール

酒谷 薫

東京大学高齢社会総合研究機構
特任研究員
同大学院新領域創成科学研究科
共同研究員(前特任教授)

医学博士・工学博士で脳神経外科専門医。1981年大阪医大卒業後、NY大・Yale大で助教授を歴任。日大教授を経て、2019年東大特任教授に就任。現在は東京大学高齢社会総合研究機構 特任研究員や、東大発ベンチャー株式会社 AI 予防医学研究所の代表取締役などを兼務。医学と工学の融合分野で活躍し、2010年日本医師会医学研究奨励賞受賞。



若宮 正子

IT エバンジェリスト
Excel Art の創始者
一般社団法人メロウ倶楽部 理事

高校卒業後、三菱銀行に定年まで勤務し、58歳からパソコンを独学で習得する。2017年ゲームアプリ「hinadan」を公開し、2018年国連社会開発委員会のイベントで講演する。その後、内閣府・高齢社会対策大綱策定のための検討会、岸田首相主催・デジタル田園都市国家構想実現会議等のメンバーとしても活動する。著書「やりたいことの見つけ方 - 89歳、気ままに独学」(中央公論社)他多数。



来島 壮

ヤマキ株式会社 商品開発部
かつお節・だし研究所所長

1980年愛媛県生まれ。2004年岡山大学大学院自然科学研究科修了し、2007年ヤマキ株式会社に入社する。入社後は、調味料・機能性素材の開発、業務用・家庭用商品の開発、かつお節カビ・食品の香りの研究に従事する。2025年より、かつお節・だし研究所所長。



定松 修一

運動器専門理学療法士
愛媛県理学療法士会 相談役
元松山赤十字病院リハ科 技師長

1982年愛媛十全医療学院を卒業し、別府リハセンター等に勤務後、1984年6月より松山赤十字病院リハビリテーション科にて、主に脳卒中や術前術後の急性期のリハビリテーションに携わった。また東日本大震災、熊本地震、西日本豪雨での避難所において生活指導等の活動を経験した。2023年に退職後は、まちなかサロン等で転倒予防、健康寿命に関係する運動を中心とした講演活動を行っている。



星 泰衣

メイクアップアーティスト
一社)日本セルフプロデュースメイク
協会 代表理事
株)シンデレラウーマン 代表取締役

2000年に「産後うつ」をメイクで克服したことをきっかけにメイクアップアーティストとなる。「メイクによって女性は見外だけでなく、内面も変わることができる」ことを実感し、愛される女性になるためのメイクレッスン「シンデレラメイクレッスン」が大人気。1万人以上の女性の内外面の魅力を引き出してきたことから「人生を変えるメイクアップアーティスト」として高い信頼を得ている。



森 敬嗣

愛媛銀行ソリューション営業部
副調査役

CFP®、1級FP技能士。2020年愛媛銀行中途入行。主に法個人向け資産運用をはじめとしたファイナンシャルプラン提案業務に従事。入行前はファイナンシャルプランナーとして活動する傍ら、大学等の非常勤講師、金融広報委員会金融広報アドバイザーとして金融教育にも携わってきた。「金融知識の向上が生活の質を高め、ひいては地域の発展につながる」との信念で日々業務に取り組んでいる。



穴井 めぐみ

前福岡女学院看護大学 教授

新日本製鐵株式会社八幡製鐵所病院看護専門学校卒業後、同病院にて看護師として21年勤務する。九州国際大学を卒業後、佐賀医科大学(現・佐賀大学)にて修士課程を修了。その後、西南女学院大学看護学部にて講師・准教授、福岡女学院看護大学で准教授・教授を歴任する。25年間にわたり看護教育に従事し、2025年3月に退職する。2010年に笑いヨガリーダー、ティチャー研修を終了し、地域にて笑いヨガを実施している。



北野 克宣

医療法人菅井内科 副院長
日本抗加齢医学会 評議員
博士(医学)(金沢大学)

すべての人々が心と体はもちろん、社会的にも健やかに暮らせることを願い、外来診療のほか産業医として愛媛県下様々な企業で働く方々を支援中。百年健康を目指して始めたライフワーク『笑顔と健康プロジェクト』を通じ、「ヘルシー・エイジング(健康な高齢化)」を社会実装すべく菅井内科抗加齢センターを開設し、地域社会の健康維持増進の啓発と実践に日々努めている。

