

令和元年度 印西市民アカデミーだより

第10号

第10回 印西市民アカデミー〈7月27日〉

講座18《健康》

講座名：順天堂大学～キャンパス訪問・運動効能等の講義～
 講師：順天堂大学健康科学部健康学科 准教授 大久保 菜穂子氏
 会場：順天堂大学さくらキャンパス



印西市平賀地区にある順天堂大学を訪問。本学は、多くのオリンピック選手を輩出し、日本のスポーツ界をリードしてしています。



健康とは何か？考えてみましょう。

はじめに、「健康管理と運動」というテーマで大久保准教授の講義を受講。自転車や徒歩での通勤と健康利益の間の因果関係についての最新研究のお話は大変ためになりました。



新設の体操競技専用の体育館

講義後、女子学生のガイドにより、体育館や陸上競技場、サッカー場等を見学。炎天下の中、練習に励む学生の姿に感動しました！



フルトラックの陸上競技場



通常の3倍のカレーライス

見学後は、学生食堂と一緒に直行し、思い思いのランチを楽しみました。

講座19《歴史》

講座名：印西の歴史を学ぶ⑥「印旛沼」
 講師：印旛歴史民俗資料館長 鈴木 圭一氏
 会場：印旛歴史民俗資料館～泉福寺～師戸城址



このあたりから遺跡が出て…



薬師堂前での記念写真



雄大な景色は一見の価値あり！

午後から、印西市宗像地区にある印旛歴史民俗資料館を見学。鈴木館長から、展示物の丁寧な説明を受けました。見学後、近くにある国指定重要文化財の泉福寺薬師堂を見学。この堂は、茅葺寄棟造の三間堂で室町時代末期の建立と推定されています。続いて、師戸城址を見学。二の丸跡から見下ろす印旛沼の絶景に感動しました。

第11回の予定

■日時：8月3日(土)10:00～15:30
 ◇講座20〈文化〉10:00～12:00
 講座名：異文化について学ぶ「韓国」
 講師：李 明淑氏 (イ ミョンスク)
 会場：小林公民館 (小林コミュニティプラザ内)
 ◇講座21〈健康〉13:30～15:30
 講座名：健康と運動～ピラティスの初歩～
 講師：スポーツインストラクター 土井 さやか氏
 会場：小林公民館 (小林コミュニティプラザ内)