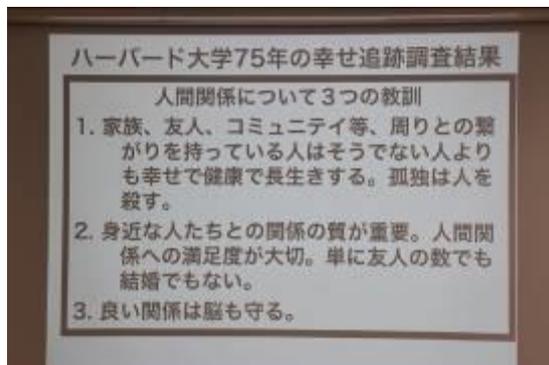
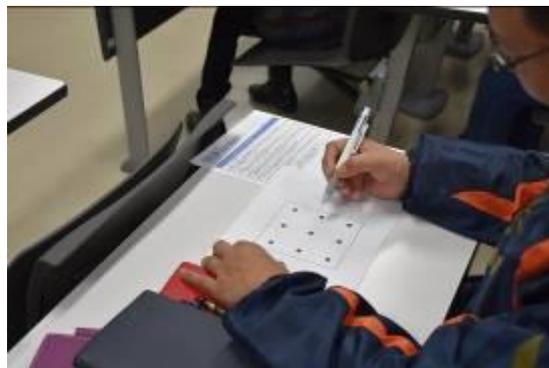


第11回公開講座で赤津晴子教授が講演

2月23日、医学部 医学教育統括センター長の赤津晴子教授による公開講座を開催しました。医学部の教員による公開講座は6回目で、今年度の最終回となりました。テーマは「生活にスパイス（彩り）を加えて毎日をより豊かに楽しく！ ～米国シリコンバレーで学んだこと～」。自身のシリコンバレーで医師として働いた体験に基づいて、日々の暮らしにおける「多様性」の大切さについて解説しました。初対面の参加者同士での会話や頭の体操クイズを通じ、他人とのよい人間関係を保つことや物事を柔軟に考えて行動することによって生活にスパイスが加わり、それが健康の増進に繋がることが紹介されました。



ハーバード大学75年の幸せ追跡調査結果

人間関係について3つの教訓

1. 家族、友人、コミュニティ等、周りとの繋がりを持っている人はそうでない人よりも幸せで健康で長生きする。孤独は人を殺す。
2. 身近な人たちとの関係の質が重要。人間関係への満足度が大切。単に友人の数でも結婚でもない。
3. 良い関係は脳も守る。



医療福祉の多彩なエキスパートを育てる。

国際医療福祉大学