

PRESS RELEASE

九州医療科学大学

令和7年9月26日

報道関係 各位

九州医療科学大学
総合企画部企画課

人生を豊かにするためのセルフケア、九州医療科学大学オープンアカデミー 神話のふるさと宮崎を巡る、短期ツアーを開講

学校法人順正学園（本部：岡山市北区岩田町 2-5/理事長：加計 勇樹）が設置・運営しております九州医療科学大学（宮崎県延岡市吉野町 1714-1/学長：池ノ上 克）では、一般の方を対象に、2025 年 4 月から「オープンアカデミー」を開講しております。

各界のスペシャリストである 10 名の講師が、心と身体を癒やしで整える、とっておきのセルフケア法を伝授するもので、2025 年度のテーマは「有事（緊急時）におけるセルフケア」です。2025 年 4 月から 2026 年 2 月までの期間、全 36 回のオンラインによる通常講義（各回 60 分）、7 月には対面式の特別講義（東京開催）を開講しております。

そして、10 月に宮崎県延岡市のキャンパスにて、江原啓之先生（スピリチュアリスト／九州医療科学大学・吉備国際大学 客員教授）と一緒に巡る 2 泊 3 日の短期ツアーを開催します。宮崎県北部を中心に天岩戸神社、高千穂神社など神話ゆかりの地を巡るとともに、大学キャンパスでの対面講義を通じて、実践的なセルフケア法を体験していただける内容です。

【本件に関するお問い合わせ】

九州医療科学大学オープンアカデミー事務局

住所：岡山県岡山市北区岩田町 2-5

電話：0086-231-3613

メール：kikaku@kiui.ac.jp

公式サイト：<https://www.phoenix.ac.jp/open-academy/>

日 程；令和7年10月24日（金）～10月26日（日）

10月24日（金）

（昼の部）13：20～16：45 対面講義（九州医療科学大学）

（夜の部）18：30～21：00 座談会・夕食（マリエールオークパイン延岡）

10月25日（土） 8：30～17：30 高千穂ツアー

10月26日（日） 9：30～10：30 対面講義（九州医療科学大学）

《登壇講師と講義概要》

10月24日（金） 13時20分～16時45分 対面式講義（①金丸先生、②圓尾先生、③池田先生）

①金丸勝弘 先生（宮崎県立延岡病院 救命救急センター長）

（テーマ）なりたい自分と理想の宮崎！これがわたしのセルフケア

（概 要）厚生労働省のホームページに「こころと体のセルフケア」の方法として、以下の6つをすすめています。①体を動かす、②今の気持ちを書いてみる、③腹式呼吸を繰り返す、④音楽を聞いたり、歌を歌う、⑤失敗したら笑ってみる、⑥「なりたい自分」に目をむける。私のセルフケアは、この⑥に尽きます。ここ宮崎での医師としての実体験を織り交ぜながら、なりたい自分と理想の宮崎を夢見る私のセルフケアをお話したいと思います。

②圓尾和紀 先生（管理栄養士）

（テーマ）緑茶を飲んで自分をととのえる 健康効果と正しい飲み方

（概 要）緑茶の豊富な抗酸化作用やリラックス効果を活用し、心身の健康維持を目指します。適切な飲み方とそのメリット、日常生活に取り入れる方法を学びます。

③池田明子 先生（フィットセラピスト（植物療法士）／ソフィアフィットセラピーカレッジ 学校長）

（テーマ）日常のケアで緊急時も安心：ボディケアの重要性

（概 要）日頃から心身の健康を維持し、緊急時にも迅速に活用できるフィットセラピーを取り入れた簡単なボディケアを実践的に習得します。

10月26日（日） 9時30分～10時30分 対面式講義（①江原先生）

①江原啓之 先生（スピリチュアリスト／九州医療科学大学・吉備国際大学 客員教授）

（テーマ）癒しのメソッド

（概 要）「有事における癒しのつくりかた」のテーマに沿って、様々な癒しを学びました。自然、信仰、聖地などからの癒しの作り方を探求しましょう。そしてその癒しの斎庭にて、正しい判断法を修得しましょう。