国際医療福祉大学 市民公開講座

参加無料

温泉でずっと元気に過ごす体をつくる
～作業療法士が教える箱根・小田原のお湯と健康づくり～

温泉の入り方で体への効果は大きく変わります。
本講座では、箱根・小田原の温泉の特徴・効能を紹介しながら、健康維持や身体機能の低下予防に役立つ入浴法を、作業療法士の視点から解説します。
安全な入浴方法や転倒予防のポイントなど、
日常生活にすぐに活かせる実践的な内容をお届けします。

要予約
当日参加可

開催日
2026年
（令和８年）
6/13（土）

時間
13:00-14:00

会場
国際医療福祉大学
小田原キャンパス 本校舎
小田原駅西口より徒歩３分



駐車場はございません。
公共交通機関をご利用ください。

講師のご紹介



古舘 卓也 先生
国際医療福祉大学
小田原保健医療学部
作業療法学科 助教

2012年 国際医療福祉大学卒業。2025年 国際医療福祉大学大学院医療福祉学研究科福祉援助工学分野博士課程修了。通所介護、訪問リハビリテーション勤務の後、2019年より国際医療福祉大学小田原保健医療学部に入職。現在に至る。

専門分野での研究活動に加え、「温泉ソムリエ」としての顔を持つ。趣味が高じて取得した資格ながら、温泉の成分分析や温熱効果について研究者の視点で徹底的に追及。本講座では、学術的なエビデンスに基づきつつも、自身の「温泉愛」を交えた分かりやすい解説で、明日から実践できる健康入浴術を伝授する。

お申込み方法
お電話又はQRコードにて受付いたします。

0465-21-6500
お電話受付時間：平日9:00-17:00
こちらよりお申し込みください。➡

主催：国際医療福祉大学小田原保健医療学部　〒250-8588　小田原市城山1-2-25