

本リリースは11月14日15:00に株式会社ドコモ gacco から報道機関各社に配信されています。



NTT  
docomo  
gacco

2018年11月14日  
立命館大学  
株式会社ドコモ gacco

News Release

## 立命館大学の講師陣が解説！

### 生き方を構想する「生存学」講座、健康づくりのための「運動生理学・栄養学」講座 オンライン講座「gacco®(ガッコ)」にて2019年1月15日(火)開講決定

立命館大学(京都府京都市、学長 吉田美喜夫)と株式会社ドコモ gacco(東京都港区、代表取締役社長 嶋本由紀子)は、ドコモ gacco が運営する IT 環境があれば誰でも無料で受講できる大規模公開オンライン講座「gacco(ガッコ)」にて、「生存学の企て 病い、老い、障害とともに」、「健康づくりのための運動と栄養摂取の実践」の2講座を2019年1月15日(火)より同時開講いたします。また、受講者募集は11月14日(水)15時より開始します。

#### ■ 「生存学の企て 病い、老い、障害とともに」 講座について

##### ● 様々な身体を生きていく人たちの生の様式・技法に触れ、生存学の営みの一端を見る。

人は病気になったりする。障害がもともとあったり、障害がある状態になったりする。形がそれぞれ異なり、その姿形やその他についての好みもなぜだかいろいろある。人の身体が、みな同じだったら、それでみんながずっと同じように生活できるなら、生きるために必要なこと／ものをいくらでも工面できるなら、どうだろう。もしかしたら社会はいらないかもしれない。面倒がなくてよいかもしれないが、しかしそれでは、つまらないかもしれない。本講座では、様々な身体を生きていく人たちの生の様式・技法を知り、人々のこれからの生き方を構想し、あるべき社会・世界を実現する手立てを示す、「生存学」の営みの一端をお伝えします。

##### ● 講座概要

【講座名】 生存学の企て 病い、老い、障害とともに

【内容】

様々な身体を生きていく人たちの生の様式・技法を知り、人々のこれからの生き方を構想し、あるべき社会・世界を実現する手立てを示す、「生存学」の営みの一端をお伝えします。

第1週 生存学の企て

第2週 障害・病をもつ人びとによる当事者運動

第3週 障害学の取り組み

第4週 生存をめぐる医学技術

【学習期間】 4週間程度(週1時間程度)

【受講申込先】 受講方法・受講申込などは、以下のホームページをご覧ください。

[https://lms.gacco.org/courses/course-v1:gacco+ga124+2019\\_01/about](https://lms.gacco.org/courses/course-v1:gacco+ga124+2019_01/about)



#### ■ 「健康づくりのための運動と栄養摂取の実践」 講座について

##### ● 健康寿命の延伸に向けた、日常生活で実施可能な運動と栄養摂取の実践を学ぶ

超高齢化社会を迎えている日本では、昨今、健康寿命の延伸の重要性が強調されていますが、運動や食事を含む生活習慣を変えることによって、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームなどの疾患を予防・改善し、健康寿命を延ばせることが明らかになっています。そこで本講座では、健康寿命の延伸において重要な鍵を握っている運動と栄養摂取について、科学的なエビデンスに基づいた基礎知識と実践方法について講義を行います。

具体的には、受講生が講座で紹介する運動プログラムや栄養摂取を実践することで、自らの健康状態の改善を実感することが可能な、「理論と実践」を兼ね備えた講座を提供します。

## ● 講座概要

【講座名】健康づくりのための運動と栄養摂取の実践

【内 容】

生活習慣病などの疾患を引き起こす要因を運動生理学と栄養学の観点から学習し、健康寿命の延伸に向けた、日常生活で実施可能な運動と栄養摂取の実践を目的とした講座です。

第1週 筋トレのサイエンス

第2週 栄養と筋トレ

第3週 健康寿命を延ばすための食生活 1

第4週 健康寿命を延ばすための食生活 2

【学習期間】 4週間程度(週1時間程度)

【受講申込先】 受講方法・受講申込などは、以下のホームページをご覧ください。

[https://lms.gacco.org/courses/course-v1:gacco+ga123+2019\\_01/about](https://lms.gacco.org/courses/course-v1:gacco+ga123+2019_01/about)



## ■ 立命館大学について

立命館大学は、15 学部、22 研究科を擁する総合大学です。キャンパスは、京都府(衣笠、朱雀)、滋賀県(びわこ・くさつ)、大阪府(大阪いばらき)に展開し、大阪梅田、東京に社会人向けの講座や公開講座等の拠点を持っています。100 年余り育んできた地域、産業界、国際社会とのネットワークを活かし、学部や専攻の枠を超えて、人類的課題に応える研究に取り組んでいます。

【学 校 名】 立命館大学

【学 長】 吉田 美喜夫(よしだ・みきお)      【設 立】 1900 年 5 月 19 日

【所 在 地】 〒604-8520 京都府京都市中京区西ノ京朱雀町 1      TEL : 075-813-8137(代)

【U R L】 <http://www.ritsumei.ac.jp/>

## ■ 株式会社 ドコモ gacco について

『ドコモ gacco(ガッコ)』は、NTT ドコモの教育事業の中核子会社として、無料で大学レベルの講義を受けられる MOOC※(大規模公開オンライン講座)プラットフォーム「gacco」の運営を通じ、人生 100 年時代をより豊かに過ごすために学び直しをしたい方々を応援しています。また法人向けには、「gacco ASP」や「gacco Training」として、受講者を限定した法人オリジナル研修の配信サービスや研修コンテンツのご提供もしています。

【社 名】 株式会社ドコモ gacco

【代 表 者】 嶋本由紀子(しまもと・ゆきこ)      【設 立】 2009 年 9 月 18 日

【所 在 地】 東京都港区南麻布 1-6-15      TEL : 03-3456-1200(代)

【U R L】 <http://gacco.co.jp/>

【事業内容】 無料で学べる大学講座「gacco」の運営、映像企画・制作、法人向け研修コンテンツの提供

【株 主】 株式会社 NTT ドコモ、エヌ・ティ・ティラーニングシステムズ株式会社、株式会社デジタル・ナレッジ

※ MOOCとは：Massive Open Online Courses の略称で、「大規模公開オンライン講座」と訳されます。Web 上で誰でも無料で参加可能な大規模な講座を提供し、修了者に対して修了証を発行する教育サービスです。2012 年より米国を中心として、主要大学および有名教授により公開され、2017 年末現在で、世界中から 8,100 万人以上が受講しています。

\*「gacco」は株式会社ドコモ gacco の登録商標です。

報道関係の皆様のお問い合わせ先

立命館大学 総務部 社会連携課 担当：豊島  
TEL : 075-813-8166

株式会社ドコモ gacco コンテンツ事業部：劉、横山  
TEL : 03-3456-1200 E-mail : company-info-ml@gacco.co.jp