



吉備国際大学地域連携センター

吉備国際大学公開講座

平成30年度まちなかゼミナール開講科目

吉備国際大学では、地域の皆様を対象にした「まちなかゼミナール」を開講しております。この「まちなかゼミナール」は高齢者の方の生涯学習の場として、また親子で楽しむ講座を開講いたしますので、是非、受講頂ければと思います。

皆様方のお申し込みをお待ちしております！

☆講義科目は全11講座（第1回から第11回）全て無料。

■お申し込み方法：吉備国際大学庶務課に受講希望科目を連絡（☎0866-22-7404）

■開催場所：ポルカ天満屋ハピータウン 市民交流センター（高梁市平 坊 通り 1084-1）

☆学習観光講座（酒蔵めぐりⅠ・Ⅱ）の受講料については、各4,000円となります。

なお、Ⅰ・Ⅱそれぞれの申込者が11名未満の場合は中止となりますので、ご了承ください。

☆学習観光講座を含め全13講座中、8講座以上を受講された方には『修了証書』を発行いたします。

<講義科目>

【第1回】

日 時	平成30年6月30日（土）10:00~12:00 ※10:00~10:20開講式
担当教員	畷 伊智朗（外国学科 教授）
テ ー マ	リーダーシップ コミュニティ再生の切り札 —アフリカ・コンゴ民主共和国の現場から—
内 容	日本の山村集落は大幅な人口減少と高齢化、それに伴う行政サービスの増大など多くの課題に直面している。高梁川流域も例外ではない。日本国内の先進事例や好事例をもとに、それらの集落の関係者は各種施策に取り組んでいる。紛争後にコミュニティの復興に取り組むアフリカの事例を通じて、全く異なる観点で日本の社会的課題にどのように取り組むと効果的なのか考えるきっかけを提供するもの。公的組織が行うと上手くいかないこともコミュニティに根ざした住民グループがやると上手くいく秘訣は何か？日本の限界集落に応用できるのか？などの疑問に関し、受講者との対話を通じて議論を深める。
受 講 料	無料
定 員	30名
連 絡 事 項	特になし

【第2回】

日 時	平成30年7月7日（土）10:30~12:00
担当教員	竹内 研（スポーツ社会学科 教授）
テ ー マ	タッピングで心の健康と解放
内 容	心と体を脅かすストレス。感じたらすぐに対処するのが重要。そして、心の重荷を外すと日々快適になり希望が湧いてきます。簡単にストレスを解消し、心の重荷を外せるマインドフルネスタッピングをご紹介します。
受 講 料	無料
定 員	30名
連 絡 事 項	特になし

【第3回】

日 時	平成30年7月14日（土）10:30~12:00
担当教員	田中 富子（看護学科 教授）
テ ー マ	あなたの骨は健康ですか？
内 容	骨粗鬆症対策は・・・ 青年期の高い骨量獲得を目指す1次予防 骨量減少の即発見と進行制御の2次予防 骨粗鬆症の合併症としての骨折予防を目指す3次予防が重要です！ 骨密度測定を行い骨の健康度を確認しましょう！
受 講 料	無料
定 員	30名
連 絡 事 項	特になし

【第4回】

日 時	平成30年7月21日（土）10:30~12:00
担当教員	山口 英峰（スポーツ社会学科 教授）
テ ー マ	健康寿命延伸のためのツールを探る
内 容	健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。健康寿命は、平均寿命と比較して10歳程度低い値を推移しています。健康寿命と平均寿命の差である不健康な期間は依然として拡大しており、いかに健康に生活できる期間を伸ばすかが鍵となります。では、健康寿命延伸のためには何をすれば良いのでしょうか。本講座では、健康寿命延伸のツールとしての「運動」について、理論と実践から紹介します。また、本学が取り組んでいる健康寿命延伸のための健康教室や体力測定についても紹介します。
受 講 料	無料
定 員	30名
連 絡 事 項	飲用の水分をご持参ください。

【第5回】

日 時	平成30年9月1日(土) 10:30~12:00
担当教員	狩長 弘親(作業療法学科 講師)
テ ー マ	「し忘れ」の原因と対応について
内 容	「し忘れ」とは、うっかりミス的一种とされ、記憶として蓄えられている情報を思い出す際の失敗です。日常的な「し忘れ」は誰にでも起こることです。しかし、大事な人に頼まれた用事を忘れるとその人の信頼を裏切ることになり、人間関係の悪化を招く恐れがあります。「し忘れ」を防ぐ方法は様々です。しかし、失敗を防ぐ確実な方法はなく、また、個人の記憶力や性格などにより最適な方法は異なります。本講座では、健康な「し忘れ」と病的な「し忘れ」についてお話しし、様々な対処法についてご紹介させていただきます。
受講料	無料
定 員	30名
連絡事項	特になし

【第6回】

日 時	平成30年9月22日(土) 10:30~12:00
担当教員	李 分一(経営社会学科 教授)
テ ー マ	朝鮮半島の危機と平和構築
内 容	いま、朝鮮半島を取り巻く環境は、めまぐるしく変わりつつあります。いわば朝鮮半島の「非核化」および「終戦宣言」、さらには「平和協定」をめぐる様々な論議と動きが始まっているのです。朝鮮半島の南北韓と米中両国、そして日露両国などは、朝鮮半島の「冷戦(休戦)体制」を解体させながら、北東アジアおよび世界平和と繁栄のための新しい歴史づくりを試みています。このゼミナールでは、国際関係論・国際比較論的な視点から見た朝鮮半島の情勢とその構造的変動、さらには和解への動きについて皆様とともに考えていきます。
受講料	無料
定 員	30名
連絡事項	特になし

【第7回】

日 時	平成30年9月29日(土) 10:30~12:00
担当教員	近江 望(子ども発達教育学科 助教)
テ ー マ	親子で楽しむ運動とダンス講座
内 容	幼児期は様々な運動能力の基礎が養われる時期です。そのため、幼児は様々な基礎動作の獲得と動作の質向上を促してあげる時期だと言われています。本講座では、幼児期に必要な動きをいろんな遊びやダンスを通して経験します。また、幼児期は「親子で運動を楽しむ」という経験も非常に大切です。親子で楽しく体を動かして運動やダンスを楽しみましょう！特に今回の講座では「どうぶつヨガ」という幼児向けのヨガ体操も行っていきます。お家の中でも簡単にできて、親子で楽しめる運動を是非体験してみてください。楽しく、有意義で、活動的な講座にしましょう！！
受講料	無料
定 員	20名
連絡事項	動きやすい服装

【第8回】

日 時	平成30年10月6日(土) 10:30~12:00
担当教員	藤吉 晴美(心理学科 教授)
テ ー マ	シニアのための動作法入門
内 容	ひとは心に悩みを抱えていると、からだが重だるくなり、動かすのが億劫になります。肩や背が屈になったり、痛みが出たりしてきます。臨床動作法は、人の動作を手段として、心の悩みの解決を図る心理療法として発展してきました。今では、悩みを抱える前のからだで心のお手入れに使われることも増えてきました。肩こり・腰痛・頸こり・膝の痛み・背中が曲がってきた・姿勢が悪い・何でも無い所でつまづくなどは、お手入れを始めるサインかもしれません。それぞれにあった無理のない動きで、悩み解消・改善を目指しましょう！
受講料	無料
定 員	20名
連絡事項	動きやすい服装。スカート不可。

【第9回】

日 時	平成30年10月13日(土) 10:30~12:00
担当教員	松原 浩一郎(社会福祉学科 准教授)
テ ー マ	古武術で楽々介護
内 容	古武術と言っても闘うわけではありません。いにしへの日本人が普段に行っていた身体の使い方やさばき方を再現するために古い時代の武術を参考にします。「ナンバ」という方法がそれにあたります。これは能や歌舞伎などの伝統芸能にも受け継がれています。身体をねじったりせず、ひねったりせず、あそびをなくします。こうして介護をすると、小さな人が大きな人を負担なく介護でき、腰痛予防などにもつながります。不思議な介護をぜひ体感してみてください。
受講料	無料
定 員	20名
連絡事項	動きやすい服装。必要に応じて水分補給をしてください。

【第10回】

日 時	平成30年11月10日(土) 10:30~12:00
担当教員	平見 勇雄(アニメーション文化学科 准教授)
テ ー マ	ビートルズの深〜い話
内 容	20世紀を代表するポピュラーグループ、ザ・ビートルズ。再来年で解散50年となるのに、いまだに多くのファンを増やし、当事者、関係者、研究者を中心に視点を変えながら毎年多くの本が出版されています。それでも公にはならない裏で出回っているさまざまなもの、間違いが訂正されないままの訳詞、そういった問題を多方面からご紹介したいと思っています。ビートルズのファンの方も、そしてビートルズに関心のない方々も、ビートルズを通して見えてくることについてみなさんと一緒に考えてみたいと思います。
受講料	無料
定 員	30名
連絡事項	特になし

【第11回】

日 時	平成30年11月17日(土) 10:30~12:00 ※12:00~12:15閉講式(修了証書授与)
担当教員	佐藤 三矢(理学療法学科 准教授)
テ ー マ	「認知エアロビクス」で「ロコモ&認知症」を予防しましょう！
内 容	この講座では、私が考案した「認知エアロビクス理論」を駆使して、「簡単/安全/効果的」に全身の筋肉や細胞における適切な活性化を図ります。当日は汗をかいても差し支えない服装で、水分補給用のドリンクを持参してご参加ください。この講座の体験を通じて、真のエアロビクス(有酸素運動)をご体験いただき、ロコモティブシンドローム予防や認知症予防に資するヒントを体得していただきたいと考えております。
受講料	無料
定 員	20名
連絡事項	汗をかいても差し支えない服装。水分補給用のドリンク



※講義科目の申込方法（第1回から第11回）

■申込期限：平成30年6月22日（金）

■申込方法：お電話でのお申し込み（氏名、住所、電話番号、受講希望講座）

吉備国際大学庶務課（☎0866-22-7404）受付時間は平日の午前9時から午後5時まで

■＜個人情報の取り扱いについて＞

取得した個人情報については、個人情報保護の観点から厳重に管理いたします。

また、以下の目的以外では使用しません。

- ・本講座への登録及び受講に関するご連絡
- ・今後の吉備国際大学まちなかゼミナールのご案内及び統計情報の作成

■講義科目会場地図

開催場所：ポルカ天満屋ハピータウン2階

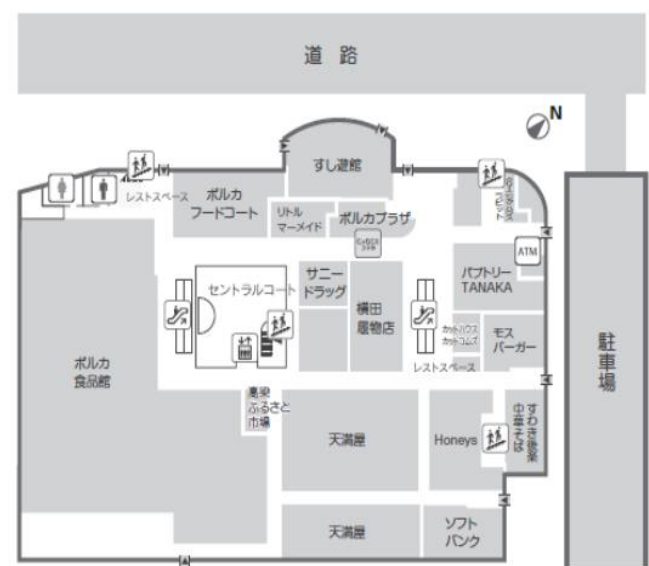
市民交流センター（高梁市ポルカ通り1084-1）

アクセスマップ



館内マップ

1 FLOOR 総合食品、暮らしと生活雑貨、飲食、地域コミュニティのフロア



2 FLOOR ファッション、ファッション雑貨と娯楽、市民交流のフロア



エレベーター
 エスカレーター
 車いす
 トイレ
 AED
 ATM
 コジカチャージ機



<学習観光講座（有料講座）>

「酒蔵めぐりⅠ」では、酒造集積地にある賀茂鶴酒造（東広島市）を訪問します。2017年12月に西条の酒造施設群は、イコモス（国際記念物遺跡会議 International Council on Monuments and Sites）の「日本の20世紀遺産20選」のひとつに選定されました。酒蔵通りを歩き、歴史ある土蔵造りの酒蔵の歴史を探訪しましょう。

「酒蔵めぐりⅡ」では、「永遠に人と人との幸せを結ぶ絆」を社名に込めた千代むすび酒造（境港市）を訪問します。鳥取県産酒造好適米「強力（ごうりき）」、水、そして杜氏の技にこだわった美酒を日本海の海の幸とともに堪能します。酒蔵とまちの歴史に思いを馳せながら、日本酒の魅力を再発見しませんか。

なお、1回の定員を20名とさせていただきます（但し、各回11名未満の場合は不開講とします）。
集合場所は、「吉備国際大学高梁キャンパス」か「JR備中高梁駅」。

【酒蔵めぐりⅠ】

日 時	平成30年10月20日（土）9:00～18:00
担当教員	大下 朋子（外国学科 講師）
訪問先	①賀茂鶴酒造（広島県東広島市西条本町4-31） ②酒蔵通り酒元めぐり
行 程	《バスでの移動》 吉備国際大学⇒JR備中高梁駅⇒訪問先（帰路は逆順） 参加者の状況により、JR倉敷駅を経由する。
受講料	4,000円 ※受講料には、昼食代、バス代、国内旅行傷害保険料が含まれております。

【酒蔵めぐりⅡ】

日 時	平成30年11月24日（土）9:00～18:00
担当教員	大下 朋子（外国学科 講師）
訪問先	①千代むすび酒造（鳥取県境港市大正町131） ②調整中
行 程	《バスでの移動》 吉備国際大学⇒JR備中高梁駅⇒訪問先（帰路は逆順）
受講料	4,000円 ※受講料には、昼食代、バス代、国内旅行傷害保険料が含まれております。

※学習観光講座のお申し込み手順

■申込期限：平成30年9月7日（金）〆切

①吉備国際大学庶務課（☎0866-22-7404）にお電話にてお申込みください。

受付時間は、平日の午前9時から午後5時まで。

※先着順とさせていただきますので、定員に達した時点で募集を締め切ります。

②お申込者に詳細スケジュールおよび受講料の振込先口座をお送りいたします。

③受講料を指定日（9月中旬）までにお振り込みください。（振込手数料はご負担いただきます）

※注意事項

酒蔵めぐりⅠ・Ⅱともに参加者が11名未満の場合は中止といたします。また、訪問先については、参加人数、気象状況等の関係により変更する場合がございますので、ご了承ください。



お問い合わせ先

・吉備国際大学 庶務課・地域連携センター

住 所：岡山県高梁市伊賀町8

T E L : 0866-22-7404

F A X : 0866-22-7560