

徳島大学
大学開放実践センター
2018年 秋冬期
公開講座ガイドブック

《ホームページ掲載版》

※このガイドブックの配布版はございません。

(30. 8. 1現在)

申込締め切り
8/24(金) 《当日必着》

入金受付期間
9/7(金)～9/18(火)

目次

受講申し込み方法（受講申込書の記入例）	P2
2018年 秋冬 公開講座リスト	P6
2018年 秋冬 公開講座時間割	P8
公開講座 講座内容詳細	
社会連携分野	P9
人間・社会分野	P10～P21
情報・技術分野	P22～P26
芸術分野	P27～P32
語学・国際交流分野	P33～P46
健康・スポーツ分野	P47～P62
その他	P63～P64
2018年 秋冬 公開授業リスト	P65

受講申込方法

「公開講座パンフレット」に折り込みの受講申込書を提出またはインターネットからお申込みください。

1 内容確認

本ガイドブックで、受講を希望される講座内容、受講料、日程などをご確認ください。
(受講料には、消費税が含まれています。)

2 申込書提出

「公開講座受講申込書」を申込締切日までに、大学開放実践センター事務室へ持参または郵送してください。
(8月13日(月)～15日(水))は夏季休業のため休館、及び日曜・祝日は休館 ※8/11～15は閉館しています。)

大学開放実践センター事務室
〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地

インターネットからお申込みされる場合は、下記 URL にアクセスしてください。

URL <http://kouza.cue.tokushima-u.ac.jp>

■申込締切日 8月24日(金) 当日17時必着

インターネットでのお申し込みも、8月24日(金)17時をもって受付終了といたします。

■締切日以降のお申込みについては、事務室までお問い合わせください。

申込人数が少ないなど、状況によっては受講できない(開講しない)場合もあります。

■スポーツ講座及び課外実習を伴う講座については、公益財団法人スポーツ安全協会の「スポーツ安全保険」の加入をお奨めしています。(対象講座は、P9以降の各講座内容の保険欄に「スポ保」「レク保」の表示があります。)

保険期間は、お支払い後、銀行での処理を経た後から平成31年3月31日までとなります。

保険料は、下表を参照ください。

保険区分	加入時の年齢※1	年間掛金(保険料)	傷害保険金額				賠償責任保険 支払限度額 (免責金額なし)	突然死葬祭 費用保険 支払限度額
			死亡	後遺障害 (最高)	入院 (日額)	通院 (日額)		
スポーツ保険	64歳以下	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償合算 1事故5億円 ただし、対人賠償は 1人1億円※2	突然死 (急性心不全 脳内出血など) 葬祭費用 180万円
	65歳以上	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
レクリエーション保険	全年齢	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		

※1 お支払い後、銀行での処理を経た日を基準とします。

※2 自動車事故によって賠償責任を負った場合は、補償の対象となりません。

◆保険の詳細は、別途チラシを参照ください。または、インターネットから「スポーツ安全保険」で検索してください。

■駐車許可を希望される方は、「公開講座受講申込書」裏面の「駐車許可申請書」をご記入ください。

駐車許可の条件は、①遠距離から来られる方(片道概ね5km以上)、②特別な理由により自動車での受講が必要とされる方となります。

上記①または②の条件を満たす方には、「駐車許可証」を発行します。ただし、駐車許可証は駐車を保証するものではありません。収容台数には限りがあります。また、公開講座以外の用務で来られる方にも駐車許可証を発行することがあり、リアルタイムでの駐車台数の管理はできません。満車のため、駐車できないこともありますので、予めご了承ください。

「公開講座受講申込書」の記入例（表面）

2018年 秋冬 公開講座受講申込書

※太枠部分のみご記入ください。

受講者番号 ※センター記入	受付番号

フリガナ ジッセン タロウ		
氏名 実践 太郎	昭和 40年 5月 10日 平成	(男) ・ 女

住所 〒

7	7	0
-		
8	5	0
2		

 ※マンション等の名称及び部屋番号まで記入してください。
徳島市南常三島町1丁目1番地 徳島マンション 102号室

連絡先：休講時の連絡時に使用しますので、連絡の取れやすい番号を記入してください。

自宅電話番号 (088) 656 - 7276 携帯電話番号 (090) 1234 - 5678	※今後センターからの情報を受け取りたい方は、メールアドレスを記入ください。(配付開始未定)
---	---

講座番号	講座名等	料 金	備 考
1 1 1 0 2	またまた阿波弁講座	9,000 円	
2 3 1 0 1	PowerPoint で学ぶプレゼンテーション	10,000 円	
3 4 1 0 3	写真講座 (初級) 楽しめる写真創り	9,000 円	
4 6 1 1 5	ホノルルマラソンを走ろう2018 II	11,000 円	
5		円	
ス ポ ー ツ 保 険		1,850 円	
レクリエーション保険		800 円	
教 材 費 ・ 材 料 費		円	
合計		41,650 円	

講座申込期限：平成30年8月24日（金）当日必着 ㊦ 受講を取り止める場合は、必ず、ご連絡ください。

いずれかに 印をつけてください。(全項目に記入漏れがないかご確認ください。)

①職 業	<input type="checkbox"/> 会社員 <input checked="" type="checkbox"/> 公共関係 <input type="checkbox"/> 自営業 <input type="checkbox"/> 医療・福祉 <input type="checkbox"/> 教育関係 <input type="checkbox"/> 団体・NPO <input type="checkbox"/> 主婦 <input type="checkbox"/> 無職 <input type="checkbox"/> 高校生・学生 (学校名:) <input type="checkbox"/> その他 ()
②受講区分	<input type="checkbox"/> 新規 <input checked="" type="checkbox"/> 受講歴有
③マラソン講座	<input type="checkbox"/> 受講しない <input checked="" type="checkbox"/> 受講する → <input type="checkbox"/> 新規 <input type="checkbox"/> マラソンクリニックに登録する (銀行振込不可) <input checked="" type="checkbox"/> 受講歴有 (17) 期生 ※新規の方はマラソンクリニックの登録が必須です。
④入金方法	<input checked="" type="checkbox"/> 銀行振込 (保険料・教材費・材料費・マラソンクリニック登録料は銀行振込不可) <input type="checkbox"/> 現金書留 <input checked="" type="checkbox"/> 窓口持参 <input type="checkbox"/> 無料講座
⑤保 険	<input type="checkbox"/> 保険不要講座を受講 <input checked="" type="checkbox"/> 保険が必要な講座を受講 → <input type="checkbox"/> 平成30年度春夏加入済 (スポーツ保険) <input type="checkbox"/> 平成30年度春夏加入済 (レクリエーション保険) <input checked="" type="checkbox"/> スポーツ保険に加入する <input checked="" type="checkbox"/> レクリエーション保険に加入する
⑥2019年春夏期の公開講座パンフレットの郵送を希望しますか?	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
⑦センターの公開講座を何でお知りになりましたか?	<input type="checkbox"/> パンフレット <input type="checkbox"/> インターネット <input checked="" type="checkbox"/> 家族、知人等からの紹介 <input type="checkbox"/> その他
⑧交通手段	<input checked="" type="checkbox"/> 車 (駐車許可希望) <input type="checkbox"/> 自転車・バイク <input type="checkbox"/> 徒歩 <input type="checkbox"/> その他 () ↳ 下記「駐車許可申請書」をご記入ください。(次のページを参照)

※領収書番号 (センター記入)	①	②	③	確認欄
	1	2		

「公開講座受講申込書」の記入例（裏面）

公開講座受講生 駐車許可申請書	
氏名	実践 太郎
① 出発地 いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> 印をつけ、自宅以外 の場合は住所を記入してください。	<input type="checkbox"/> 自宅
	<input checked="" type="checkbox"/> 自宅以外（ 勤務先 ） 住所： 鳴門市鳴門町高島 1234-5
② 出発地（自宅・勤務先等）から大学 までの距離（片道）	自動車の場合： 1 8 km 時間： 4 0 分 交通機関の場合： km 時間： 分
③ 許可条件を満たさない場合は、受講 に際し自動車を必要とする理由 （交通機関、自転車等では不都合な 理由を詳しく記入してください。）	
④ 車両番号 （例：徳島 500 あ 1234）	徳島 500 あ 1234

3 受講決定

すべての講座に定員を設けています。定員数を超えた講座についてのみ抽選し、抽選の結果、受講不可となった場合のみご連絡させていただきます。

窓口で申し込まれた方

申込書と引き換えに受付票をお渡しします。

入金方法について銀行振込ご希望の方には、銀行振込用紙を後日お送りします。

（振込手数料は各自のご負担となります。）

現金書留、窓口持参ご希望の方には何も送付しません。

郵便・インターネットで申し込まれた方

受付票を後日郵送します。

入金方法について銀行振込ご希望の方には、銀行振込用紙を後日お送りします。

（振込手数料は各自のご負担となります。）

4 受講料の入金

（1）センター窓口持参 （2）現金書留 （3）銀行振込 のいずれかの方法でご入金いただきますが、銀行振込が出来ない講座があります。また、保険料や材料費は銀行振込が出来ませんので、銀行振込ができない項目をご希望の方は、（1）及び（2）を選択ください。また、銀行振込は現在のところ、阿波銀行のみです。

■入金受付について

講座内容	受付期間
10月から開講の公開講座	9月7日(金)～9月18日(火)
1月から開講の公開講座	11月26日(月)～11月30日(金)
公開授業	初回授業受講日

なお、講座番号6111及び6114の講座については、9月7日～9月12日の間にご入金下さい。

入金受付時間 9:00～16:30 (土曜・日曜・祝日を除く)
※上記時間以外のお受付はできませんので、ご注意ください。

■受講料は、入金受付期間中にお支払ください。

入金締切日までにご入金いただけない場合は、受講できなくなる場合がございます。

■保険料または教材費・材料費が必要な講座は、センター窓口持参または現金書留でご入金ください。銀行振込は選択いただけません。

■受講申込後、キャンセル(受講取消)される場合は、必ず事務室までご連絡ください。

■受講料入金手続き後の受講料の払い戻しや講座の変更はできません。

■銀行振込で入金の手続きをされた場合は、銀行窓口で領収印を押印されるB票が領収書になりますので、大学開放実践センターからは、領収書は発行しません。

5 手続完了

ガイドブック等のスケジュールをご確認の上、各講座の初回受講日に受講会場へお越しください。
ご不明な点がございましたら事務室へお問い合わせください。

お問い合わせ

徳島大学 大学開放実践センター 事務室

〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地(徳島大学常三島キャンパス)

TEL 088-656-7276

《個人情報取扱いについて》

ご記入いただいた情報については、個人情報保護の観点から厳重に管理します。
また、下記の目的以外には使用しません。

- 1.当該講座への登録、受講に関する連絡及び講座の実施に必要なこと
- 2.今後の公開講座等の案内及び統計情報の作成

※大学開放実践センターの公開講座は、徳島県立総合大学校「まなびーあ徳島」の連携講座になっています。
必要な方には、単位認定シールをお渡しします。

「まなびーあ徳島」
お問い合わせ先 TEL 088-672-7770
(徳島県立総合教育センター)

2018年 秋冬 公開講座リスト

分野	講座番号	講座名 (定員数)	定員	講師氏名	頁
社会連携	A101	徳島も途上国も元気！ ～JICAの国際協力×地方創生～	50	長田 有加里 他	9
	A102	阿波踊り体操マイスター認定講座	各30	田中 俊夫	10
人間・社会	1101	みんなで学ぶお金の話	20	臼杵 肇	11
	1102	またまた阿波弁講座	30	仙波 光明	12
	1103	英語の詩の世界へようこそ ～ハーディの詩から人生を考える～	30	宮崎 隆義	13
	1104	徳島の風景再発見 -モラエスとハーン-	30	宮崎 隆義	14
	1105	内村鑑三の著作を読む	20	三浦 博	15
	1106	軍記物に歴史を読む - 古代・中世の戦争と記録 -	30	衣川 仁	16
	1107	藤原定家撰『小倉百人一首』講読—付、成立の謎—	30	堤 和博	17
	1108	ベートーヴェン歌劇『フィデリオ』と『第九』	40	石川 榮作	18
	1109	読・書コミュニケーション入門	15	依岡 隆児	19
	1110	生涯学習としての回想法 ～豊かな地域づくりを目指す初心者に向けて～	10	鈴木 尚子	20
	1111	語り合うキオク ～回想法から見えてくる私～	8	鈴木 尚子	21
情報・技術	3101	Power Point で学ぶプレゼンテーション	10	金西 計英	22
	3102	教養としてのデータ分析(2) —データ間の差に関する分析法を中心に—	20	川野 卓二	23
	3103	教養としてのデータ分析(3) —データ間の差に関する分析法を中心に—	20	川野 卓二	24
	3104	フリーソフトウェア活用によるデジタル写真入門(応用編)	15	辻 明典	25
	3105	IoT/センサーのしくみを知ろう—無線で動くロボットの製作—	15	辻 明典	26
芸術	4101	楽しみながら学ぶ書道Ⅱ(秋)	30	東 國恵	27
	4102	楽しみながら学ぶ書道Ⅲ(冬)	30	東 國恵	28
	4103	写真講座(初級) 楽しめる写真創り	20	上野 照文	29
	4104	写真講座(中級) 身近なものから写真を撮ろう	20	上野 照文	30
	4105	たのしい女声コーラス【Ⅱ】	80	吉森 章夫 他	31
	4106	たのしい男声コーラス【Ⅱ】	80	吉森 章夫 他	32
語学・国際交流	5101	Remarkable Accounts 2	20	Don Sturge	33
	5102	In Translation 2	20	Don Sturge	34
	5103	News Chat	20	Angus A. McDonald	35
	5104	Let me tell you about……	20	Angus A. McDonald	36
	5105	Introductory English Conversation(英会話入門) 秋	20	Wade Lewis	37
	5106	Introductory English Conversation(英会話入門) 冬	20	Wade Lewis	38
	5107	ドイツ語を学びましょう!(ドイツ語入門Ⅰ)	15	シードゲス・オラフ	39
	5108	ドイツ語を学びましょう!(ドイツ語入門Ⅱ)	15	シードゲス・オラフ	40
	5109	ポルトガル語を楽しもう～VAMOS FALAR PORTUGUÊS～	15	松尾 ドウルシー	41
	5110	中国語(初級)《対話でたのしむ中国語》(秋)	30	張 偉	42
	5111	談笑風生中国語(初級)《中国語のおもてなし》(冬)	30	張 偉	43
	5112	中国語(中級)《時事中国語》(秋)	20	張 偉	44
	5113	談笑風生中国語(中級)(冬)	20	張 偉	45
	5114	多文化共生のまちづくり(『生活者としての外国人』のための日本語教育)	15	Gehrtz 三隅 友子	46
健康・スポーツ	6101	お口から食べて 健康寿命を伸ばそう!	45	松尾 敬志 他	47
	6102	フリー・フィットネスⅡ	30	—	48
	6103	フリー&エンジョイフィットネス	35	吉田 みつる	49
	6104	健康法としての空手道入門	20	ヘルベルト、ウルガング	50
	6105	基礎から始めるバドミントン	16	川島 歩	51
	6106	カラダいきいきフィットネス	16	川島 歩	52
	6107	KOBA 式体幹☆バランストレーニング	15	河野 磨	53
	6108	経路ヨガストレッチ	18	和田 佳那	54
	6109	チャレンジ!長距離ウォーク&空海と歩く準備編(初心者)	20	田中 俊夫 他	55
	6110	チャレンジ!長距離ウォーク&空海と歩く準備編(ウォーキング経験者)	20	田中 俊夫 他	56
	6111	空海と歩く～土佐遍路2018Ⅱ(歩き&ボランティア遍路実習編)	25	田中 俊夫 他	57
	6112	空海と歩く～伊予遍路2019(学習&トレーニング編)	30	田中 俊夫 他	58
	6113	空海と歩く～伊予遍路2019(歩き&ボランティア遍路実習編)Ⅰ	30	田中 俊夫 他	59
	6114	シカゴマラソンを走ろう!	25	田中 俊夫 他	60

2018年 秋冬 公開講座リスト

分野	講座番号	講座名 (定員数)	定員	講師氏名	頁
健康・スポーツ	6115	ホノルルマラソンを走ろう 2018 II	40	田中 俊夫 他	61
	6116	ホノルルマラソンを走ろう 2018 III (ホノルル実習編)	25	田中 俊夫 他	62
その他の講座	8101	シニア世代のいきいきライフ講座 (孫育て支援を考えてみませんか)	15	新開 英毅 他	63
	8102	体&頭の体操でアンチエイジング!	10	西木 よし子	64

六一会へ入会し交流の場を広げよう

★ 六一会とは(徳島大学 大学開放実践センター 同窓会)

昭和61年センター設立と同時に発足した「六一会」は、公開講座で学ぶ受講生と大学開放実践センターによって構成された組織です。本会は、会員相互の学習や親睦を主眼としながら、センターとの相互支援の関係を構築することによって、受講生・学生との交流、さらには地域貢献を目指し様々な社会・文化活動を実施しています。徳島大学同窓会連合会の一員で、センター受講生なら誰でも参加できる開かれた組織です。この機会に入会して出会いの喜びと共に楽しい学び、健康で文化的な豊かな人生を送りませんか。

★ 多彩な社会・文化活動

1. センター主催事業へのサポート・参加 公開研究会、講演会、自主防災・防犯委員会、学びのコミュニティ等
2. 徳島大学教員等による講演会、研究室探訪
3. 徳島大学同窓会連合会(びざん会)活動
4. 大学祭への参加、学生との交流・連携
5. 研修旅行、ハイキング
6. 会報の発行(年1回)
7. 同好会活動(現在、7倶楽部が活動)

美術館倶楽部

俳句倶楽部 彩雲

読書倶楽部

朗読倶楽部 はしばみの会

パソコン倶楽部

ハイキング倶楽部

英会話倶楽部

中国語倶楽部

入会方法

申込書はセンターのロビーにあります。講座入金期間中に六一会担当者がセンターロビーで受付します。年会費2,000円 夫婦会員は2人で3,000円になります。10月1日以降の初回会費は1,000円です。期間は入会からその年度の3月31日までです。

2018年 秋冬 公開講座時間割

	午前	午後	夜間
月	10:00~12:00 4101 楽しみながら学ぶ書道Ⅱ (秋) 4102 楽しみながら学ぶ書道Ⅲ (冬) 10:00~11:30 6104 健康法としての空手道入門	13:30~15:00 5112 中国語 (中級) (秋) 5113 談笑風生中国語 (中級) (冬) 8102 体&頭の体操アンチエイジング!	18:30~20:00 4104 写真講座 (中級) 身近なものから 写真を撮ろう 5101 Remarkable Accounts2
火	10:00~11:30 5103 News Chat 5104 Let me tell you about…… 6106 カラダいきいきフィットネス	13:00~14:30 6103 フリー&エンジョイフィットネス 14:30~16:00 1106 軍記物に歴史を読む - 古代・中世の戦争と記録 - 15:00~16:30 6101 お口から食べて健康寿命を伸ばそう	18:00~19:30 1102 またまた阿波弁講座 18:00~20:00 5114 多文化共生のまちづくり 18:30~20:00 5109 ポルトガル語を楽しもう
水	10:00~11:30 6004 運動でヘルスアップ! 10:30~12:30 4105 たのしい女声コーラス【Ⅱ】	13:00~14:30 1101 みんなで学ぶお金の話 1107 藤原定家撰『小倉百人一首』講読 一付、成立の謎—	18:00~19:30 3101 PowerPoint で学ぶプレゼンテー ション 5107 ドイツ語を学びましょう! (Ⅰ) 5108 ドイツ語を学びましょう! (Ⅱ) 18:30~20:00 5110 中国語 (初級) (秋) 5111 談笑風生中国語 (初級) (冬)
木	8:30~14:00 6110 チャレンジ!長距離ウォーク&空海 と歩く準備編 (ウォーキング経験者) 9:00~12:00 6109 チャレンジ!長距離ウォーク&空海 と歩く準備編 (初心者) 10:30~12:00 1103 英語の詩の世界へようこそ ~ハーディの詩から人生を考える~ 1104 徳島の風景再発見 — モラエスとハーン —	13:00~14:30 6105 基礎から始めるバドミントン 13:30~15:00 6108 経路ヨガストレッチ 14:00~16:00 1111 語り合うキオク ~回想法から見えてくる私~	18:00~19:30 1109 読・書コミュニケーション入門 18:30~20:00 A101 徳島も途上国も元気に! ~JICAの国際協力×地方創生~ 19:00~21:00 4106 たのしい男声コーラス【Ⅱ】
金	10:30~12:00 5102 In Translation2	13:00~14:30 5105 Introductory English Conversation (英会話入門) 秋 5106 Introductory English Conversation (英会話入門) 冬 13:30~15:00 6107 KOBA 式体幹☆バランストレーニン グ	18:00~19:30 3104 フリーソフトウェア活用によるデ ジタル写真入門 (応用編) 18:50~20:20 1108 ベートーヴェン歌劇『フィデリオ』 と『第九』
土	9:00~12:00 6111 空海と歩く~土佐遍路2018Ⅱ (歩き &ボランティア遍路実習編) 9:00~13:00 6112 空海と歩く~伊予遍路2019 (学習& トレーニング編) 10:00~11:30 1105 内村鑑三の著作を読む 3105 IoT/センサのしくみを知ろう—無 線で動くロボットの製作— 10:30~12:00 4103 写真講座 (初級) 楽しめる写真創り	13:00~17:00 6115 ホノルルマラソンを走ろう2018Ⅱ 13:30~15:00 3102 教養としてのデータ分析 (2) 3103 教養としてのデータ分析 (3)	

募集定員はそれぞれのガイドページを参照ください。1日完結講座や遍路実習、マラソン実習等若干記載していない講座もあります。

《社会連携分野》

講座番号	A101	定員	50名	受講料	無料
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 18:30~20:00				
講 座 名	徳島も途上国も元気に！ ~JICAの国際協力×地方創生~				
担当講師（所属）	長田 有加里 他（JICA 四国国際協力推進員） 他 鈴木尚子（徳島大学大学開放実践センター）				
概 要	JICAは、本部東京の他、海外96拠点、国内15拠点をもち、開発途上国に資金的・技術的な協力を行っています。昨今は、国際社会の共通のテーマである「持続可能な開発目標（SDGs）」の実現を目指し、日本の地域の特色を活かした国際協力を推進するとともに、国際協力を通じて地域の発展にも貢献する活動を進めています。本講座では、世界の現状を学び、徳島の特色を活かした国際協力について考えていきます。講師は、徳島県出身のJICA海外ボランティア経験者と県内在住のアフリカからのJICA研修員です。毎週、異なる講師を招き、海外で活動した徳島人、徳島で生活する外国人の両者の講義から、これからの国際協力と徳島の地方創生について考えます。				
達 成 目 標	①徳島と世界との繋がりを知り、共生について考える。 ②「持続可能な開発目標（SDGs）」について知り、世界のために出来ることを考える。 ③日本の国際協力「JICA海外ボランティア」の活動を知る。 ④世界の多様な生活習慣、文化、価値観を知り、異文化理解を深める。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 10/4 1部：イントロダクション：国際協力ってなんだろう？ 持続可能な開発に向けて／アフリカでの基礎学力の向上を目指して ~徳島との経験交流~ 2部：JICA海外ボランティア事業説明会 講師：長田有加里（JICA 四国 国際協力推進員）、鈴木 尚子（徳島大学） ② 10/18 高齢化社会を生きる 講師：岡生子（元シニア海外協力隊／ブラジル・ネパール） ③ 11/1 美術教育を伝える -未来の教師に夢を託して- 講師：森本美鶴（元シニア海外協力隊／ヨルダン・フィジー） ④ 11/15 異文化理解／アフリカの産業開発 講師：JICA研修員 ⑤ 11/29 マンゴーの木から柚の木へ エコで持続可能なおいしさとグローバル市場 vs 地域 講師：中川朋子（元青年海外協力隊／「株式会社きとうむら」）				
対 象 者	国際協力、持続可能な開発目標（SDGs）、JICA ボランティア、世界の文化にご関心のある方ならどなたでも。				
講 座 の 方 法	講義、メディア教材上映、ミニ体験等				
テ キ ス ト	なし（各回、資料を配布します）				
キ ー ワ ー ド	国際協力、国際理解、文化、海外ボランティア				
備 考	隔週の開講となりますので、ご注意ください。 講義のスケジュールは入れ替わる場合があります。国際協力について知り考える機会として、お気軽にお越しください。				

《社会連携分野》

講座番号	A102	定員	各会場30名	受講料	無料
保険	なし				
開講曜日・時間帯	下記スケジュール参照				
講座名	阿波踊り体操マイスター認定講座				
担当講師（所属）	田中 俊夫（大学開放実践センター教授）				
概要	徳島県との社会連携講座です。阿波踊り体操を活用して地域の健康づくりに貢献出来る「阿波踊り体操マイスター」を認定します。基本知識の習得と主要4バージョンを正しく実施できること、月1回以上の指導や運営に関わっている方をマイスターとして認定し、今後の地域活動のサポートを提供します。				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ①基本編、チェア編、トレーニング編、リハビリ編を正しく実施できる。 ②提供資料による「運動の効果」や「運動の注意点」などを習得する。 ③活動場面の活性化や広報活動などの援助を得る。 				
スケジュール	<p>※①～④は同じ内容です。1回以上受講してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 9/17（月・祝） 9：00～12：00（徳島市ふれあい健康館） ② 9/27（木） 9：00～12：00（徳島県立西部防災館（美馬市）） ③ 10/21（日） 13：30～16：30（徳島大学大学開放実践センター） ④ 11/9（金） 9：00～12：00（阿南サンアリーナ） 				
対象者	阿波踊り体操を実施する教室や行事の指導者・運営者、体操をきちんと学習したい方。				
講座の方法	講義と実習				
テキスト	資料配付、希望者はDVD（500円）など				
キーワード	阿波踊り体操、マイスター認定				
備考	申込みの際に備考欄に受講希望日（複数可）を必ずお書きください。（例：①③希望）				

《人間・社会分野》

講座番号	1101	定員	20名	受講料	無料
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 13:00~14:30				
講 座 名	みんなで学ぶお金の話				
担当講師（所属）	臼杵 肇（野村証券（株）投資情報部 証券学習開発課 シニアファイナンシャル・アドバイザー）				
概 要	<p>少子高齢化・人口減少の環境下、公的年金の状況を踏まえると、一人一人が金融商品の基礎、少額投資非課税制度、国際分散投資の意義等を理解して、ライフプランに応じた資産形成を自己責任で行うことが必要な時代です。</p> <p>これまで「常識」と思っていたことが、大きく変化していることに気づき、非課税制度を活用した分散投資を考える機会になればと思います。</p>				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① 経済環境の変化について理解する ② 資産形成と投資非課税制度を理解する ③ 多極化時代における国際分散投資を理解する 				
ス ケ ジ ュ ール	<ol style="list-style-type: none"> ① 10/24 経済環境の変化、ライフプランと相続・贈与 ② 10/31 資産形成と投資非課税制度 ③ 11/7 多極化時代における国際分散投資 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	一部参加型講義				
テ キ ス ト	不要、資料を配付します				
キ ー ワ ー ド	人口減少、公的年金、投資非課税制度、国際分散投資				
備 考					

《人間・社会分野》

講座番号	1102	定員	30名	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 18:00~19:30				
講 座 名	またまた阿波弁講座				
担当講師（所属）	仙波 光明（徳島大学名誉教授）				
概 要	<p>「〇〇は阿波弁でしょうか？」という質問があると、私は答えに窮することが多い。この講座では、①よく知られている阿波弁、②阿波独特の言葉、③阿波弁かどうか分からない言葉の三つに分けて、毎回、数語ずつを取り上げ、その言葉が日本語全体の中で、どのような位置づけになるのかを見て行こうと思う。</p> <p>また、受講生の皆さんから、疑問に思っている言葉、気になる言葉などについて質問をしていただき、それを調べたり考えたりすることができれば、面白くなるのではないかと期待している。</p>				
達 成 目 標	<p>① 阿波弁について、知識を増やす。</p> <p>② 言葉の調べ方、辞書の利用の仕方についての知識を増やす。</p> <p>③ 日本語を考える筋道を理解する。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 10/9 初めに：草をナグル、ハザード（ランプ）をタク等</p> <p>② 10/16 眼の病気：メーボ、マロード。その他病の阿波弁。</p> <p>③ 10/23 身体のおちこち：ヤネはどこ？ イビ、スポケ等。</p> <p>④ 10/30 阿波独特の方言：イヤウチ、キノメモヤシ、ハブチャ等</p> <p>⑤ 11/6 マケマケイッパイと言えるのはなぜ？ その他。</p> <p>⑥ 11/13 星と風の阿波弁等</p> <p>⑦ 11/20 未定</p> <p>⑧ 11/27 未定</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	資料配付の予定				
キ ー ワ ー ド	阿波弁 地域共通語 全国共通語				
備 考					

《人間・社会分野》

講座番号	1103	定員	30名	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 10:30~12:00				
講 座 名	英語の詩の世界へようこそ～ハーディの詩から人生を考える～				
担当講師（所属）	宮崎 隆義（徳島大学教養教育委員教授）				
概 要	英語に親しまれている人は多いかと思います。英語という言語で作られている芸術作品、英文学の世界、英詩の世界に入って、イギリスの詩人・小説家トマス・ハーディという人の詩を味わってみましょう。講座では、ゆっくりと言葉を味わいながら、時代や言葉が異なっても決して変わることのない人間の心のあり方、私たちの人生を考えてみましょう。				
達 成 目 標	①トマス・ハーディという人を知る ②英文学・英詩の世界を知る ③言葉の面白さと豊かさを味わう ④詩を味わう				
ス ケ ジ ュ ール	① 10/4 イン트로ダクション：英文学と英詩 ② 10/11 トマス・ハーディの詩を味わう（1） ③ 10/18 トマス・ハーディの詩を味わう（2） ④ 11/1 トマス・ハーディの詩を味わう（3） ⑤ 11/8 トマス・ハーディの詩を味わう（4） ⑥ 11/15 トマス・ハーディの詩を味わう（5） ⑦ 11/22 トマス・ハーディの詩を味わう（6） ⑧ 11/29 英文学、英詩と私たち、まとめ				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講読、討論				
テ キ ス ト	『ハーディ詩選』（東京：研究社、1,404円、税込）講座初回時に販売				
キ ー ワ ー ド	英文学・英詩・ハーディ・鑑賞				
備 考	自由な雰囲気、昔学んだ英語などを思い出しながら、人生のことや詩の面白さと味わい深さをみんなで話しましょう。				

《人間・社会分野》

講座番号	1104	定員	30名	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 10:30~12:00				
講 座 名	徳島の風景再発見 —モラハスとハーン—				
担当講師（所属）	宮崎 隆義（徳島大学教養教育院教授）				
概 要	<p>地方創生ということが久しく声高に叫ばれています。ですが、徳島の魅力を見出すのは、そこに住んでいる人々よりはむしろ遠方からやってきた人たちかもしれません。今から100年以上も前にひとりのポルトガル人モラエスが、徳島の風景を眺めて書き残しています。モラエスは、ラフカディオ・ハーン、小泉八雲を尊敬していたようですが、ふたりを比べながら、見慣れている徳島の風景を、モラエスという人の目を通して見ると、違ったものに見えてきます。一緒に徳島の風景の再発見をしましょう。</p>				
達 成 目 標	<p>①モラエスという人を知る ②著作の世界を知る ③異邦人のまなざしと心を知る—ハーンとの比較から ④風景を通して徳島の魅力を再発見する</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 1/10 モラエスとハーン ② 1/17 モラエスが見た「盆踊り」：ハーンが見た「盆踊り」（1） ③ 1/24 モラエスが見た「盆踊り」：ハーンが見た「盆踊り」（2） ④ 1/31 モラエスが見た「盆踊り」：ハーンが見た「盆踊り」（3） ⑤ 2/7 モラエスが見た「日本」：ハーンが見た「日本」（1） ⑥ 2/14 モラエスが見た「日本」：ハーンが見た「日本」（2） ⑦ 2/21 モラエスが見た「日本」：ハーンが見た「日本」（3） ⑧ 3/7 モラエスとハーン：風景論からを考える</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義, 討論				
テ キ ス ト	『徳島の盆踊り』（徳島県立文学書道館刊, 500円, 税込）は徳島県立文学書道館、書店で、初回までに各自ご購入ください。ラフカディオ・ハーン『新編日本の面影』（角川文庫, 842円, 税込）も書店でご購入ください。参考書として『日本精神』（徳島日本ポルトガル協会刊, 500円, 税込）は講座初回時に希望者に直接販売します。				
キ ー ワ ー ド	モラエス, ハーン, 徳島の風景, ふるさと再発見				
備 考	自由な雰囲気、昔の徳島の姿やモラエスのことをご存じの方にはいろんなことを教えていただきながら、モラエスが見た徳島の風景、ハーンが見た日本の風景をみんなでお考えましょう。				

《人間・社会分野》

講座番号	1105	定員	20名	受講料	9,000円
保険	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 10:00 ~ 11:30				
講座名	内村鑑三の著作を読む				
担当講師（所属）	三浦 博(徳島県立総合看護学校)				
概要	内村鑑三(1861-1930)の生涯を概観しつつ、彼の人生の諸段階における彼の著作を学習し検討する。				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ① 内村鑑三の著作を読む ② 内村鑑三の思想を知る ③ 内村鑑三が体験し、思索し、提案したことが今日に生きるわれわれにどう関わってくるかを考える 				
スケジュール	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/6 後世への最大遺物 ② 10/13 デンマルク国の話 ③ 10/20 地人論 ④ 10/27 代表的日本人(西郷隆盛) ⑤ 11/17 武士道について ⑥ 12/1 いかにして大文学を得んか ⑦ 12/8 ローマ書の研究(1) ⑧ 12/15 ローマ書の研究(2) 				
対象者	一般市民、大学生、高校生				
講座の方法	講義、討論、研究発表				
テキスト	プリントを配布します。参考文献を講座中に配布します。テキストは希望者のみ購入。				
キーワード	内村鑑三の著作に親しむ				
備考	徳島大学常三島キャンパス図書館には『内村鑑三全集』(全40巻)があり、これにはこの講座で使用する内村の著作が全て収められているので利用するとよい。				

《人間・社会分野》

講座番号	1106	定員	30名	受講料	5,500円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 14:30 ~ 16:00				
講 座 名	軍記物に歴史を読む ―古代・中世の戦争と記録―				
担当講師（所属）	衣川 仁（徳島大学大学院社会産業理工学研究部）				
概 要	<p>軍記物とは、主として平安中期以降の合戦を、それにかかわった人物のみならず社会まで視野に入れて描いた叙事文学で、軍記物語とも呼ばれています。あくまでフィクションをまじえた「物語」ではありますが、戦場で起こったことを詳細に「記録」しているため、軍記物は歴史の史料としても大変貴重なものです。</p> <p>この講座では、平安時代の戦争を描いた軍記物を読み、他の様々な史料とも比較検討しながら、当時の戦争と社会について歴史的に考えます。</p>				
達 成 目 標	<p>①平安時代の戦争の歴史について知る。 ②歴史的に考察することができる。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 10/2 承平・天慶の乱と軍記物 ―将門記を読む― ② 10/9 奥州の戦争と軍記物 ―軍記と絵巻物― ③ 10/16 保元・平治の乱と軍記物 ―物語と日記― ④ 10/23 平家物語を読むⅠ ⑤ 10/30 平家物語を読むⅡ</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	プリント等を配布する。				
キ ー ワ ー ド	日本史 軍記物語 戦争				
備 考					

《人間・社会分野》

講座番号	1107	定員	30名	受講料	8,500円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 13:00~14:30				
講 座 名	藤原定家撰『小倉百人一首』講読 一付、成立の謎—				
担当講師（所属）	堤 和博（徳島大学大学院社会産業理工学研究部）				
概 要	<p>昨年のこの講座では、藤原定家撰『小倉百人一首』の成立問題について解説し、次いで、なるべく定家の意識に沿って1番天智天皇歌から順次解釈を施していった。本年は昨年に引き続き、下記のテキストを用いて14番河原左大臣歌から解釈を行っていく。また、随時成立の問題にも触れる。同時に、『小倉百人一首』を編んだ定家晩年の和歌に対する意識と、その和歌文学史上における意味づけも試みるつもりである。</p>				
達 成 目 標	<p>①『小倉百人一首』所収歌を定家の意図に沿って解釈する。 ②時代背景を踏まえて『小倉百人一首』の成立を考察する。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>①10/3 百人一首の成立問題について ②10/17 各歌解釈（1） ③10/24 各歌解釈（2） ④10/31 各歌解釈（3） ⑤11/7 各歌解釈（4） ⑥11/21 各歌解釈（5） ⑦11/28 各歌解釈（6） ⑧12/5 各歌解釈（7） ⑨12/19 各歌解釈（8）</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	『新版百人一首』（島津忠夫訳注）角川ソフィア文庫 691円 講座初回時販売				
キ ー ワ ー ド	『百人一首』、藤原定家、和歌				
備 考	毎月第二週目は休み、計9回となります。				

《人間・社会分野》

講座番号	1108	定員	40名	受講料	5,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 18:50~20:20				
講 座 名	ベートーヴェン歌劇『フィデリオ』と『第九』				
担当講師（所属）	石川 榮作(放送大学徳島学習センター所長)				
概 要	<p>昨年(2018年)は板東俘虜収容所でドイツ俘虜たちによってベートーヴェンの『第九』が日本初演されてからちょうど百周年ということで、徳島は『第九』一色の年でしたが、来年(2020年)はベートーヴェン生誕250年でまだまだベートーヴェン・ブームは続きます。</p> <p>そこで本講座ではベートーヴェンの『第九』成立過程に重要な役割を果たしているベートーヴェン唯一の歌劇『フィデリオ』を取り上げて、両者を比較しながら、それぞれの特徴を探り出していきます。歌劇『フィデリオ』が夫婦愛を謳っているのに対して、『第九』は人類愛にまで高められていることを理解し、『第九』の魅力に迫ります。</p>				
達 成 目 標	<p>①歌劇『フィデリオ』の成立過程を理解する。 ②シラーの詩『歓喜に寄せて』と『第九』の関係を理解する。 ③ドイツ俘虜たちにとって『第九』は何だったのかを理解する。 ④『第九』の魅力を探り出す。</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 2/1 ベートーヴェンの生涯と歌劇『フィデリオ』（第一幕） ② 2/8 歌劇『フィデリオ』（第二幕） ③ 2/15 シラーの詩『歓喜に寄せて』とベートーヴェン『第九』の成立 ④ 3/1 板東俘虜収容所のドイツ俘虜たちと『第九』 ⑤ 3/8 ベートーヴェン『第九』第四楽章「歓喜に寄せて」の魅力</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	プリントを配付します。参考文献として石川栄作・石川晶子・柳瀬朋子「板東俘虜収容所『第九』百年の国際交流」を推薦しますが、購入は必須ではありません。				
キ ー ワ ード	ベートーヴェン、シラー、歌劇、『第九』合唱、歓喜の歌、夫婦愛、人類愛				
備 考	芸術のすばらしさ、芸術の力を感じ取っていただければ幸いです。				

《人間・社会分野》

講座番号	1109	定員	15名	受講料	9,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	読・書コミュニケーション入門				
担当講師（所属）	依岡 隆児（徳島大学大学院社会産業理工学研究部）				
概 要	<p>本講座は、読み書きの方法を紹介しながら、インプットとアウトプットを連動させた「読・書」活動によるコミュニケーションを実践していきます。従来、読むことと書くこと、あるいはインプットとアウトプットという二つの行為を切り離してきたために、それらの相互作用が十分に認識されてこなかったのではないのでしょうか。ここでは両方をつなげ連動させることで、より実践的な「読・書」活動を行いたいと思います。</p> <p>本講座では、読書によるインプットをそのアウトプットと連動させることを「読・書コミュニケーション」と称して、そのための読み書きの方法を身に着け、読書会などの実践活動も試みていきます。</p>				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① インプットとアウトプットを連動させる読み書きの仕方を身につける。 ② 読書を通じたコミュニケーションのための実践力を養成する。 ③ 読解力をつける。 ④ 読書エッセイを書けるようにする。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ol style="list-style-type: none"> ① 1/31 導入 自己紹介文を書く ② 2/7 3色ボールペン方式で読む (1)：読書のポイント 読書のステップ 寺田寅彦「科学者とあたま」「団栗」など ③ 2/14 3色ボールペン方式で読む (2)：森鷗外「サフラン」、宮沢賢治「どんぐりと山猫」など ④ 2/21 3色ボールペン方式で読む (3)：芥川龍之介「トロッコ」、北条民雄「いのちの初夜」など ⑤ 2/28 文章の書き方 文章の型を知る：文章の基本型 アウトラインを書いてみる ⑥ 3/7 読書エッセイを書いてみよう (1)：エッセイとは 読書エッセイの例 まずは書いてみよう ⑦ 3/14 読書エッセイを書いてみよう (2)：論理的な文章の書き方 読書レポートのフォーマット 文章チェックリスト ⑧ 3/21 読書会をやってみよう：読書コミュニケーションのポイント 読書会のやり方 おすすめの本持ち寄り式読書会 				
対 象 者	学生、一般社会人				
講 座 の 方 法	ワークショップ形式（一緒に文章を読んだり、書いたりします）				
テ キ ス ト	教科書：依岡隆児『読・書コミュニケーション入門～読み書きの方法から読書会のやり方まで』教育出版センター、2018年（700円） 初回の授業で直接販売する				
キ ー ワ ー ド	文章、エッセイ、読書、作文				
備 考					

《人間・社会分野》

講座番号	1110	定員	10名	受講料	2,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	11/17 土曜日 12:30~17:00				
講 座 名	生涯学習としての回想法 ~豊かな地域づくりを目指す初心者に向けて~				
担当講師（所属）	鈴木 尚子（大学開放実践センター准教授）				
概 要	近年、回想法という手法が、医療・介護施設に限らず、教育施設や地域の様々な活動の場等でも全国的に多く取り組まれるようになってきました。回想法とはいかなるもので、地域で導入・実践していくにはどのような点に留意する必要があるのでしょうか。この講座では、主体的に地域づくりに取り組む初心者が、回想法の基礎を学ぶことにより、自身の活動に活かせるようになることを目指します。 <u>受講希望者は、他の受講者に語ることでできる思い出深いモノ（五感に訴えるものなら何でも）を二つ程度、当日持参してください。</u>				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① 地域における回想法について、国内外の事例から概略を把握し、主体的に取り入れるためのノウハウを身につける。 ② 回想法を体験する。 ③ 自分の地域での適用のあり方を考える。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	11/17（土曜日） 12:30-17:00 （進行状況により、適宜10~15分程度の休憩をはさみます。）				
対 象 者	地域における生涯学習の一環として回想法を導入したい初心者（社会教育関係者・ボランティア活動従事者・回想法に取り組みたい一般市民）				
講 座 の 方 法	講義、演習、傾聴、他				
テ キ ス ト	なし（必要に応じ、資料を配布します。）				
キ ー ワ ー ド	生涯学習、回想法、地域づくり				
備 考	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域における生涯学習の一環として、回想法の導入に関心のある初心者（社会教育関係者・地域のボランティア活動従事者・一般市民等）を対象としています。すでに内容を理解している方や経験者はご遠慮ください。 ・ 医療・介護施設等での導入を目指したのではなく、社会教育施設や地域の諸活動等に活かすための回想法です。 ・ <u>当日は、他の受講者に紹介できるご自身にとって思い出深いモノ（五感に訴えるものでしたらなんでも）を二つ程度ご持参ください。</u>それに関わる過去の出来事を、他の受講者に話していただきます。 ・ 昼食休憩はありません。早めに済まされてからお越しください。 				

《人間・社会分野》

講座番号	1111	定員	8名	受講料	3,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 14:00～16:00				
講 座 名	語り合うキオク ～回想法から見えてくる私～				
担当講師（所属）	鈴木 尚子（大学開放実践センター准教授）				
概 要	<p>この講座では、参加者が特定のテーマにもとづいた自身の過去を回想し、他者に語るとともに、同じテーマによる他者の話にも耳を傾けます。</p> <p>初回はこの授業のもとになる回想法について解説するとともに、授業のルールを説明します。2回目以降は、参加者で初回に決めたテーマにもとづき、なるべくご自身の過去を想起しやすいものを持参して頂き、各自の過去を振り返ってもらいます。講師は、受講者の語り合いを促すほか、インターネットを用いて当時のキオクを映像・音楽・静止画等により振り返るお手伝いをさせていただきます。ご自身のキオクを他者に語り、また他者のキオクにも耳を傾ける中で、多様な生き方に向き合ってみませんか。</p>				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ・ご自分の生き方を振り返り、他者に話すとともに、他者の経験に耳を傾ける中で、様々な生きざまに接する。 ・生活の質を高め、より良い毎日を送るきっかけとする。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 11/8 オリエンテーション～この授業の説明とテーマ設定～</p> <p>② 11/15 キオクを語り合おう①～皆で決めたテーマをもとに～</p> <p>③ 11/22 キオクを語り合おう②～皆で決めたテーマをもとに～</p> <p>④ 11/29 キオクを語り合おう③～皆で決めたテーマをもとに～</p>				
対 象 者	他者のキオクを聴くとともに、自身のキオクを語ることに興味のある一般市民				
講 座 の 方 法	参加者の発話と傾聴、映像・音楽視聴、意見交換、講師による若干の説明等				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	キオク、過去、回想法				
備 考	<ul style="list-style-type: none"> ・初回の授業で、受講者同士の話し合いにより、次週以降のテーマを決めていきます。各回のテーマ例：小学校時代の思い出、昔口ずさんだ歌、思い出の曲、懐かしい風景、初めての旅行、私のライフワーク、思い出の品、懐かしい匂い等 ・記憶の客観的な正確性を競うものではなく、互いに楽しみながら過去を想起し合うことをねらいとしていますので、お気軽にご参加ください。 ・参加者の年代は問いません。多様な年齢層の方を歓迎します。 ・参加者の人数により、多少内容が変更になる場合があります。 				

《情報・技術分野》

講座番号	3101	定員	10名	受講料	10,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	Power Point で学ぶプレゼンテーション				
担当講師（所属）	金西 計英（徳島大学総合教育センター教授）				
概 要	まず、Power Point を使った簡単なスライドの作り方を学びます。次に、写真を貼り込んだり、アニメーションを設定した効果的なスライドの作り方を学びます。その後、何かを伝えるために何ができるのかといった視点から、プレゼンテーションについての基本的な理解を深めます。最終的に、実際に Power Point を用いた発表を行います。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① Power Point の基礎的な操作ができる。 ② Power Point を使って生涯学習に関する簡単な発表ができる。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/3 オリエンテーション・Power Point の基礎（1） （Power Point に慣れよう） ② 10/10 Power Point の基礎（2）（基本的なスライドとは） ③ 10/17 Power Point の基礎（3）（表の作成） ④ 10/24 Power Point の基礎（4）（グラフの作成） ⑤ 10/31 Power Point の基礎（5）（図の作成） ⑥ 11/7 発表スライドの作成（図の挿入） ⑦ 11/14 発表スライドの作成（アニメーションの設定） ⑧ 11/21 効果的なプレゼンについて考えよう（1） ⑨ 11/28 効果的なプレゼンについて考えよう（2） ⑩ 12/5 まとめ（発表練習をしてみよう） 				
対 象 者	生涯学習に関心のある一般市民				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	よくわかる Microsoft Power Point 2016 基礎（FOM 出版、2,000 円＋税）をテキストとして使用予定です。テキストは講座初回時に販売予定です。				
キ ー ワ ー ド	生涯学習、Power Point、プレゼンテーション				
備 考					

《情報・技術分野》

講座番号	3102	定員	20名	受講料	7,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	教養としてのデータ分析（2）— データ間の差に関する分析法を中心に —				
担当講師（所属）	川野 卓二（徳島大学総合教育センター教授）				
概 要	前期の「教養としてのデータ分析（1）」に引き続き、収集したデータを統計的な目で眺め、分析する方法について学びます。後期（2）は、前期（1）の復習を行うとともに、 3変量以上のデータ間の差について 、エクセルやSPSS（統計分析専用プログラム）使って分析する方法を中心に学びます。（学部生がこの講座を学部授業の演習科目として活用することを歓迎します）				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① エクセルやSPSSを使って、さまざまな方法で集計計算、統計分析ができる。 ② エクセルを使って3変量以上の差に関する検定を行うことができる。 ③ 3変量以上の差に関する検定を、SPSSを利用して行うことができる。 ④ エクセルやSPSSによる分析結果を正しく解釈できる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/20 前期（1）の復習：エクセル・SPSSで行う基本的なデータ分析 2変量に関する統計的検定の復習 ② 10/27 独立した3変量以上の平均間の差の検定：一要因分散分析法 ③ 11/17 対応がある3変量以上の平均間の差の検定：乱隗法 ④ 12/1 より進んだ分散分析法：2要因分散分析の基本 ⑤ 12/15 3変量以上の順序データの分析：対応がある場合、ない場合 ⑥ 12/22 3変量以上のカテゴリーデータの分析、まとめ 				
対 象 者	学生・看護師・教員・一般市民及び備考欄参照				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	適宜、参考書やウェブ・サイトを紹介し、資料、練習問題を配布します。				
キ ー ワ ード	エクセル分析ツール、SPSS、分散分析、ノンパラメトリックな分析				
備 考	基本的な統計分析についてすでに知っている方、または、前期の「教養としてのデータ分析（1）」を受講した（エクセルの基本的操作をすでに身につけている）方を対象としています。				

《情報・技術分野》

講座番号	3103	定員	20名	受講料	6,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	教養としてのデータ分析（3） — データ間の関連に関する分析法を中心に —				
担当講師（所属）	川野 卓二（徳島大学総合教育センター教授）				
概 要	<p>「教養としてのデータ分析（1）」「教養としてのデータ分析（2）」に引き続き、収集したデータを統計的な目で眺め、分析する方法について、特に、多変量データの関連に関する分析法について、重回帰分析（階層的重回帰分析を含む）や因子分析（SPSSを使った探索的因子分析、AMOSを使った確証的因子分析）の基本について学びます。（学部生がこの講座を学部授業の演習科目として活用することを歓迎します）</p>				
達 成 目 標	<p>①重回帰式モデルを利用したデータの理解と分析法の基本が理解できる。 ②SPSS、AMOS を使って行う、多変量データの統計分析の基本手順が説明できる。 ③媒介変数と調整変数を区別して、データ間の関係をモデルで図示できる。 ④さまざまな分析結果が解釈できる。</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 1/5 これまでの講座（1）（2）の復習 2変量間の回帰分析から多変量回帰分析への拡張の基本概念 ② 1/12 重相関係数や重回帰分析を使って変量間の関連を理解 偏相関係数や部分相関係数を使って変数間の関係を理解、分析 ③ 2/2 階層的重回帰分析法を用いた研究を理解 ④ 2/16 重回帰分析を使って、媒介変数や調整変数を含んだモデルを理解 潜在変数（因子）を含んだ統計分析手法（因子分析）の基本を理解 ⑤ 3/2 探索的因子分析と確証的因子分析の基本概念への導入 まとめ：（測定法、研究デザイン、分析法の統合）</p>				
対 象 者	学生・看護師・教員・一般市民及び備考欄参照				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	適宜、参考書やウェブ・サイトを紹介します、資料、練習問題を配布します。				
キ ー ワ ード	SPSS、AMOS、媒介変数、調整変数、				
備 考	<p>エクセルやSPSSの基本的操作をすでに身につけている方で、基本的な統計分析についてすでに知っている方、または、「教養としてのデータ分析（1）、（2）」を受講した方を対象としています。</p>				

《情報・技術分野》

講座番号	3104	定員	15名	受講料	7,500円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	フリーソフトウェア活用によるデジタル写真入門（応用編）				
担当講師（所属）	辻 明典（徳島大学技術支援部 技術専門職員）				
概 要	デジタル写真の活用に興味を持たれている初心者の方向けの講座です。本講座では、フリーソフトウェアを活用して、デジタル写真の修整・加工等の基礎技術を習得します。今回は、写真の基本的な補正方法を復習した後、高度な切り抜き、レイヤー操作、写真の合成を行います。さらに、習得した技術を応用して年賀はがきを作成します。本講座は春夏講座の基礎編に続く応用編ですが、今回からの受講もできます。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① フリーソフトウェアの活用 ② 写真の修整と加工 ③ 写真の整理 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/5 講座の概要, ソフトウェアのインストール ② 10/12 写真の補正（復習） ③ 10/19 写真の高度な切り抜き（領域選択） ④ 10/26 写真に文字入れ（レイヤー基礎） ⑤ 11/2 写真の合成（レイヤー応用） ⑥ 11/30 写真の応用（年賀はがき） 				
対 象 者	デジタル写真の活用に興味を持たれている初心者の方				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	この講座に使用する資料は各回に配布します。				
キ ー ワ ー ド	デジタルカメラ、デジタル写真、写真の修整・加工				
備 考	この講座では、 <u>ノートパソコン（Windows）</u> を使います。原則として各自でご用意ください。環境設定は講座の初回に行います。デジタルカメラやスマートフォンなどで撮影した写真をお持ちください。				

《情報・技術分野》

講座番号	3105	定員	15名	受講料	8,500円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	IoT/センサのしくみを知ろう—無線で動くロボットの製作—				
担当講師（所属）	辻 明典（徳島大学技術支援部 技術専門職員）				
概 要	IoT や AI, 車の自動運転をはじめとした情報技術が世間で話題になっています。講座では、センサ、LED、モーターが搭載された無線で動く 2 輪駆動型ロボットを教材として活用し、ロボットのしくみやセンサの使い方を基本から習得します。さらに、スマートフォンやタブレットで、センサの情報を遠隔より確認したり、無線リモコンでロボット操作を行うなど、最新の IoT 技術にも対応しています。本講座は春夏講座と連動していますが、この講座から受講して頂くことも可能です。はじめての方でも、特別な準備や予備知識なしでご参加いただけます。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① IoT/センサのしくみについて理解する。 ② ロボットやセンサの動作原理を理解する。 ③ ロボットを動作させるプログラムを作成できる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ol style="list-style-type: none"> ① 10/6 講座概要, ロボットの開発環境 ② 10/13 ロボットのモーター1 (基本動作) ③ 10/20 ロボットのモーター2 (応用動作) ④ 10/27 ロボットのセンサ1 (距離センサ, LED) ⑤ 11/17 ロボットのセンサ2 (フォトリフレクタ) ⑥ 12/1 ロボットの制御1 (モータ・センサの協調動作) ⑦ 12/8 ロボットの制御2 (ライントレース) 				
対 象 者	IoT やセンサ, ロボット, プログラミングに興味のある方				
講 座 の 方 法	講義, 実習				
テ キ ス ト	この講座の資料は各回に配布します。受講料とは別にロボットの部品購入費として別途 3,000 円（秋冬講座より受講の方は 6,000 円）を受講料納入の際にお支払いください。				
キ ー ワ ード	IoT, センサ, ロボット				
備 考	<u>この講座ではノートパソコン (Windows, Mac, Linux など) を使用します。原則として各自で用意してください。</u> 環境設定は講座の初回に行います。				

《芸術分野》

講座番号	4101	定員	30名	受講料	12,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 10:00 ~ 12:00				
講 座 名	楽しみながら学ぶ書道Ⅱ（秋）				
担当講師（所属）	東 國恵 [東 南光]（徳島大学名誉教授）				
概 要	この講座は、書道の伝統的な古典を学びながら、実生活に生かせる基礎学習を行います。Ⅱでは行書古典作品を学びながら、基本的な行書を書けるようになり、実用的な書表現に応用出来るよう習熟をはかります。さらに行書で一行書、二行書の条幅作品に先ず臨書し、進んで創作作品も作れるよう学習を行います。特に多くの参考資料を直に鑑賞し、興味と関心を高め、基礎的な表現技術の習熟を行います。そして東晋の代表的な行書古典作品を講義と実習を通して楽しく学びます。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①北魏の時代性と書的特徴を学び楷書古典作品の概略を理解する。 ②北魏の力溢れ、重厚な楷書古典作品の表現技法を学び習得する。 ③条幅に臨書し、さらに各自好みの語句・詩を作品に作る。 ④楷書による小作品を作り、ギャラリー新蔵で作品発表を行う。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ①10/1 北魏の時代性と書的特徴を学ぶ。ビデオも鑑賞。 ②10/15 北魏の鄭道昭「鄭文公下碑」を習う。横画について。 ③10/22 北魏の鄭道昭「鄭文公下碑」を習う。はねについて。縦画について。 ④10/29 北魏の鄭道昭「鄭文公下碑」を習う。払いについて。折れについて。 ⑤11/5 北魏の「始平公造像記」を習う。横画について。 ⑥11/12 北魏の「始平公造像記」を習う。はねについて。縦画について。 ⑦11/19 北魏の「始平公造像記」を習う。払いについて。折れについて。 ⑧11/26 北魏の「張猛龍碑」を習う。横画について。縦画について。 ⑨12/3 北魏の「張猛龍碑」を習う。折れについて。はねについて。払いについて。 ⑩12/10 北魏の「張猛龍碑」を習う。楷書で条幅に臨書し、創作をする。 ⑪未定 出来上がった作品を、ギャラリー新蔵で展示し、互評会を行う。 				
対 象 者	初心者～中級者。初心者歓迎				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	指導者が作成したものを配布する。				
キ ー ワ ー ド					
備 考	<p>道具は各自ご用意ください。</p> <p>〔教材費〕 材料費として約5,000円～10,000円が別途必要です。講座内で集金します。</p>				

《芸術分野》

講座番号	4102	定員	30名	受講料	10,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 10:00 ~ 12:00				
講 座 名	楽しみながら学ぶ書道Ⅲ（冬）				
担当講師（所属）	東 國恵 [東 南光]（徳島大学名誉教授）				
概 要	この講座は、書道Ⅰ・Ⅱを修了した方が望ましい。この講座で伝統的な古典を学び、基礎的技法や書の変遷を学んだ後、各自好みの作品を仕上げ、創作の喜びを体験し、かつ生活の場に生かせる作品づくりを行う。先ず一字・二字・三字・四字・五字・七字・十字・十四字・二十字と進み、半紙・短冊・色紙・条幅半切・扇面・各自紙漉を体験した紙に各自好みの語句・漢詩を作品に仕上げる。終了後作品展示発表を行う。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①古典や先人の作品を鑑賞し、書に感情が露出している。その表現技法を学び習得する。 ②それぞれの作品形式で写経や紙漉の紙に作品づくり。 ③条幅に臨書し、さらに各自好みの語句・詩を作品に作る。 ④楷書・行草による小作品を作り、ガレリア新蔵で作品発表を行う。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ①1/7 王羲之の「十七帖」・孫過庭の「書譜」の草書の双壁について学び、半紙に書く。くずし方の基 ②1/21 王羲之の「十七帖」の草書について学び、半紙に臨書 ③1/28 王羲之の「十七帖」の草書について学び、画仙紙に一行で臨書 ④2/4 王羲之の「十七帖」を、画仙紙に二行で臨書 ⑤2/18 孫過庭の「書譜」の草書を、半紙紙に臨書 ⑥3/4 孫過庭の「書譜」の草書を、画仙紙に一行で臨書 ⑦3/18 孫過庭の「書譜」の草書を、画仙紙に二行に臨書 ⑧3/25 好きな語句を「十七帖」か「書譜」の調子で作品作り ⑨未定 出来上がった作品を、ガレリア新蔵で展示し、互評会を行う。 				
対 象 者	初心者～中級者。初心者歓迎。当講座のⅠ・Ⅱを受講した方が望ましい。				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	二玄社出版の中国法書14王羲之の「十七帖」と同38孫過庭「書譜」を購入する。				
キ ー ワ ー ド	草書古典の代表作「十七帖・書譜」の習熟。写経・紙漉・漢字創作				
備 考	道具は各自ご用意ください。 【教材費】材料費として約5,000～10,000円が別途必要です。講座内で集金します。				

《芸術分野》

講座番号	4103	定員	20名	受講料	9,000円
保 険	レク保				
開講曜日・時間帯	土曜日 10:30 ~ 12:00				
講 座 名	写真講座（初級） 楽しめる写真創り				
担当講師（所属）	上野 照文（公益社団法人日本写真家協会会員）				
概 要	デジタルカメラの普及で写真撮影は誰でも撮影できる時代になりました。そこで、「今まで以上に上手く撮りたい」「一緒に撮影する仲間を増やしたい」等々楽しく撮影しながら、少し上手になろうとする人と、一緒に写真を楽しみましょう。				
達 成 目 標	①写真により仲間と共有できる楽しみ ②自分の写真に対する目標を達成 ③カメラ全般の知識を得る				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 10/6 教室 ② 10/13 教室 ③ 10/27 撮影会 ④ 11/17 教室 ⑤ 12/1 教室 ⑥ 12/15 撮影会 ⑦ 2/2 教室 ⑧ 2/16 撮影会 ⑨ 3/2 撮影会 ⑩ 3/16 教室				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	教室での講義と屋外での撮影会				
テ キ ス ト	特にありませんが、必要に応じてその都度用意します。				
キ ー ワ ー ド	写真講座				
備 考	4月5日（金）～8日（月）に修了展開催予定(会場：阿波銀プラザ臨時ギャラリー)				

《芸術分野》

講座番号	4104	定員	20名	受講料	11,000円
保 険	レク保				
開講曜日・時間帯	月曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	写真講座（中級） 身近なものから写真を撮ろう				
担当講師（所属）	上野 照文（公益社団法人日本写真家協会会員）				
概 要	カメラを持って街に出よう。普段見慣れた風景でも、新しい発見を。今までとは違った視点で写真を撮れるようになることを目指します。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① カメラの理解を深める ② カメラとPCとの関係を理解する ③ コンテストにも挑戦してみよう 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/1 教室 ② 10/15 教室 ③ 10/27 撮影会（土曜日） ④ 11/5 教室 ⑤ 11/19 教室 ⑥ 12/3 教室 ⑦ 12/10 教室 ⑧ 12/15 撮影会（土曜日） ⑨ 1/7 教室 ⑩ 2/16 撮影会（土曜日） ⑪ 3/2 撮影会（土曜日） ⑫ 3/18 教室 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	教室での講義（互選会）				
テ キ ス ト	特にありませんが、必要に応じてその都度用意します。				
キ ー ワ ー ド	写真講座				
備 考	4月5日（金）～8日（月）に修了展開催予定（会場：阿波銀プラザ臨時ギャラリー） 決まり次第お知らせします。				

《芸術分野》

講座番号	4105	定員	80名	受講料	29,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 10:30 ~ 12:30				
講 座 名	楽しい女声コーラス【Ⅱ】				
担当講師（所属）	吉森 章夫（徳島大学名誉教授）				
概 要	<p>「たのしい女声コーラス」は、4月からの講座を【Ⅰ】、10月から始まる講座を【Ⅱ】として年間に約50回行いますが、内容は継続的に行っています。2018年10月10日に「徳島県音楽協会コンサート」（於：あわぎんホール）、2019年3月24日には「ジョイント・コンサート」（於：あわぎんホール）に出演し、日頃の練習の成果を発表します。また、毎年6月におかあさんコーラス大会、県合唱祭などに出演しています。合唱の好きな方、ステージで歌ってみたい方、大歓迎!!</p>				
達 成 目 標	<p>① 発声のための正しい呼吸法を身につけ、歌唱力を高め感性を磨く。 ② ルネサンスから現代曲まで実技演習によって表現する喜びを体験する。 ③ 合唱を通して音楽の鑑賞力を高め、音楽全般の知識と状況を知る。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>①10/3 ②10/10(水)徳島県音楽協会コンサート ③10/17 ④10/24 ⑤10/31 ⑥11/7 ⑦11/14 ⑧11/21 ⑨12/5 ⑩12/12 ⑪12/19 ⑫2019年1/9 ⑬1/16 ⑭1/23 ⑮1/26(土)特別練習 ⑯1/30 ⑰2/6 ⑱2/13 ⑲2/20 ⑳2/27 ㉑3/3(日)特別練習 ㉒3/6 ㉓3/13 ㉔3/21(木・祝)特別練習 ㉕3/23(土)特別練習・リハーサル ㉖3/24(日)ジョイント・コンサート</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>■下記の作曲家の作品を順不同で繰り返し練習し、次期の講座につなげていきます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鈴木憲夫 作曲「茜の空に」「今が美しい」「永遠の一日」 ・さだまさし 作曲「天まであがれ」「北の国から」「無縁坂」 ・三善 晃 作曲「麦藁帽子」「小鳥の旅」 ・三善 晃 作曲「唱歌の四季」全曲 ・Amazing grace その他 愛唱歌 </div>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	実技実習、ステージ演奏体験、音楽鑑賞				
テ キ ス ト	テキストの楽譜は各自で購入していただきますが、当方でお世話します				
キ ー ワ ー ド	音楽、合唱、ハーモニー、リズム、表現、呼吸法、発声法				
備 考	練習曲は上記掲載の曲目以外に随時追加します。				

《芸術分野》

講座番号	4106	定員	80名	受講料	30,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 19:00 ~ 21:00				
講 座 名	楽しい男声コーラス【Ⅱ】				
担当講師（所属）	吉森 章夫（徳島大学名誉教授）				
概 要	「たのしい男声コーラス」は、4月からの講座を【Ⅰ】、10月から始まる講座を【Ⅱ】として年間に約50回行いますが、内容は継続的に行っています。2018年10月10日に「徳島県音楽協会コンサート」（於：あわぎんホール）、2019年3月24日には「ジョイント・コンサート」（於：あわぎんホール）に出演し、日頃の練習の成果を発表します。合唱の好きな方、男声合唱の醍醐味を体験してみませんか？ 初心者大歓迎!!				
達 成 目 標	① 発声のための正しい呼吸法を身につけ、歌唱力を高め感性を磨く。 ② ルネサンスから現代曲まで実技演習によって表現する喜びを体験する。 ③ 合唱を通して音楽の鑑賞力を高め、音楽全般の知識と状況を知る。				
ス ケ ジ ュ ール	①10/4 ②10/10(水)徳島県音楽協会コンサート ③10/18 ④10/25 ⑤11/1 ⑥11/8 ⑦11/15 ⑧11/22 ⑨11/29 ⑩12/6 ⑪12/13 ⑫12/20 ⑬2019年1/10 ⑭1/17 ⑮1/24 ⑯1/26(土)特別練習 ⑰1/31 ⑱2/7 ⑲2/14 ⑳2/21 ㉑2/28 ㉒3/3(日)特別練習 ㉓3/7 ㉔3/14 ㉕3/21(木・祝)特別練習 ㉖3/23(土)特別練習・リハーサル ㉗3/24(日)ジョイント・コンサート				
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>■下記の曲を順不同で繰り返し練習し、次期の講座につなげていきます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グリークラブアルバムから ・多田武彦 作曲「登のうへ」「早春」 ・中田喜直 作曲「スカンク・カンク・プー」 ・清瀬保二 作曲「蛇祭り行進」 ・三善 晃 作曲「唱歌の四季」全曲 ・Amazing grace ほか 愛唱歌 </div>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	実技実習、ステージ演奏体験、音楽鑑賞				
テ キ ス ト	テキストの楽譜は各自で購入していただきますが、当方でお世話しします。				
キ ー ワ ー ド	音楽、合唱、ハーモニー、リズム、表現、呼吸法、発声法				
備 考	練習曲は上記掲載の曲目以外に随時追加します。				

《語学・国際交流分野》

講座番号	5101	定員	20名	受講料	9,000円
保険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 18:30 ~ 20:00				
講座名	Remarkable Accounts 2				
担当講師（所属）	Don Sturge（徳島大学大学院社会産業理工学研究部准教授）				
概要	This course focuses on texts written originally in English or translated into English. Class activities consist mainly of reviewing those texts and discussing their historical and social contexts. The class may be divided into smaller groups so that students of similar ability and taste can learn more effectively.				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ① Improving English reading and listening ability ② Improving reasoning and discussion ability ③ Broadening perspectives ④ Improving social interaction skills 				
スケジュール	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/15 Course Introduction ② 10/22 The Remains of General Santa Anna ③ 10/29 Genuine as a Three-Dollar Bill ④ 11/05 Sweet Kiss ⑤ 11/12 The Old Clock in the George Hotel ⑥ 11/19 To Be Advised ⑦ 11/26 To Be Advised ⑧ 12/03 To Be Advised ⑨ 12/10 To Be Advised ⑩ 12/17 To Be Advised 				
対象者	Adults who are confident in their English communication ability				
講座の方法	Reading, Translation, Discussion				
テキスト	Handouts will be provided by the instructor				
キーワード	English, Reading, Translation, Discussion				
備考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5102	定員	20名	受講料	8,500円
保険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 10:30 ~ 12:00				
講座名	In Translation 2				
担当講師（所属）	Don Sturge（徳島大学大学院社会産業理工学研究部准教授）				
概要	Reading of texts written originally in English or translated into English provides a basic structure for the course and there may be translation, review and discussion of other texts in English or Japanese, depending on student interest. The class may be divided into smaller groups so that students of similar ability and taste can learn more effectively.				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ① Improving English reading, writing and translation ability ② Improving reasoning and discussion ability ③ Broadening perspectives ④ Improving social interaction skills 				
スケジュール	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/12 Course Introduction ② 10/19 Translation/Discussion ③ 10/26 Translation/Discussion ④ 11/02 Translation/Discussion ⑤ 11/16 Translation/Discussion ⑥ 11/30 Translation/Discussion ⑦ 12/07 Translation/Discussion ⑧ 12/14 Translation/Discussion ⑨ 12/21 Translation/Discussion 				
対象者	Adults who are confident in their English communication ability				
講座の方法	Reading, Translation, Discussion				
テキスト	Handouts will be provided by the instructor				
キーワード	English, Reading, Translation, Discussion				
備考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5103	定員	20名	受講料	9,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	News Chat				
担当講師（所属）	Angus A. McDonald（徳島大学工学部非常勤講師）				
概 要	During this ten week course of Mac's Chat Room we will look at recent news topics. Both domestic and international news topics in addition to local events may be presented. Topics selected by the instructor and topics selected by students will be chatted about.				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①To develop spoken English. ②To stimulate learning by yourself and for yourself. ③To foster self confidence in spoken English. ④To enjoy! 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/2 Introduction. Some big news stories from this year. ② 10/9 Topics related to recent news. ③ 10/16 Topics related to recent news. ④ 10/23 Topics related to recent news. ⑤ 10/30 Topics related to recent news. ⑥ 11/6 Topics related to recent news. ⑦ 11/13 Topics related to recent news. ⑧ 11/20 Topics related to recent news. ⑨ 12/4 Topics related to recent news. ⑩ 12/11 Topics related to recent news. 				
対 象 者	Adults who want to practice and improve their English.				
講 座 の 方 法	Listening and discussion				
テ キ ス ト	There is no text necessary for this course.				
キ ー ワ ー ド	Enjoy, News, English, Communication, Chat, Environment, Opinion, Listening, Relax, Events, Happenings.				
備 考	Students are asked to prepare something related to the week's theme.				

《語学・国際交流分野》

講座番号	5104	定員	20名	受講料	8,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	Let me tell you about...				
担当講師（所属）	Angus A. McDonald（徳島大学工学部非常勤講師）				
概 要	People have a trove of their own, original memories about places they have been and things they have done. During this ten weeks of Mac's Chat Room, we will share our own memories in a relaxed learning environment.				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①To develop spoken English. ②To stimulate learning by yourself and for yourself. ③To foster self confidence in spoken English. ④To enjoy! 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 1/8 Introduction. Let me introduce myself. ② 1/15 Let me tell you about my home town. ③ 1/22 Let me tell you about a childhood memory. ④ 1/29 Let me tell you about an interesting place in Tokushima. ⑤ 2/5 Let me tell you about a memorable trip I went on. ⑥ 2/12 Let me tell you about one of my friends/acquaintances. ⑦ 2/19 Let me tell you about a famous person I have seen/met. ⑧ 3/5 Let me tell you about something I love. ⑨ 3/19 Let me tell you about my favorite place in Japan. 				
対 象 者	Adults who want to practice and improve their English.				
講 座 の 方 法	Listening and discussion				
テ キ ス ト	No Text				
キ ー ワ ー ド	Enjoy, Myself, English, Communicate, Chat, Environment, Opinion, Listening, Relax, Original				
備 考	Students are asked to prepare something related to the week's theme.				

《語学・国際交流分野》

講座番号	5105	定員	20名	受講料	9,000円
保険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 13:00 ~ 14:30				
講座名	Introductory English Conversation (英会話入門) 秋				
担当講師(所属)	Wade Lewis (英会話スクール講師)				
概要	<p>以前に英会話を勉強したことがあるけど、またもう一度基本的に学びなおしたいと考えたことはありませんか。このクラスの目的は、基本的な英会話（紹介、質問等）能力を楽しみながら身につけることです。 受講資格、アルファベットの読み書きが出来ることです。</p>				
達成目標	<p>① 楽しく英語を学ぶ ② 前に習った英語を思い出す</p>				
スケジュール	<p>①10/5 Getting to know the class (自己紹介の英語①) ②10/12 To Be Announced ③10/19 Where did you do last week? (先週の出来事) ④10/26 To Be Announced ⑤11/2 Tell me about your friends (自分の家について) ⑥11/16 To Be Announced ⑦11/30 How often do you..? (頻度) ⑧12/7 Why? (理由を述べる) ⑨12/14 Don't? (否定表現) ⑩12/21 I should have.. (後悔の表現)</p>				
対象者	初級者				
講座の方法	講義、ロールプレイなど				
テキスト	教材となる資料を配布します。				
キーワード	基礎英会話、やり直しの英語、海外旅行の英語				
備考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5106	定員	20名	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 13:00 ~ 14:30				
講 座 名	Introductory English Conversation (英会話入門) 冬				
担当講師 (所属)	Wade Lewis (英会話スクール講師)				
概 要	<p>以前に英会話を勉強したことがあるけど、またもう一度基本的に学びなおしたいと考えたことはありませんか。このクラスの目的は、基本的な英会話（紹介、質問等）能力を楽しみながら身につけることです。 受講資格、アルファベットの読み書きが出来ることです。</p>				
達 成 目 標	<p>① 楽しく英語を学ぶ ② 前に習った英語を思い出す</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 1/11 Who are you ? (自分の事を紹介する) ② 2 /1 Tell me about your past (過去形) ③ 2 / 8 What are you r goals ? (未来系) ④ 2 /15 TBA ⑤ 3 / 1 Finding someone that.. (疑問系。～しますか) ⑥ 3 / 8 Do you ever.. ? (～する時ありますか) ⑦ 3 /15 Have you ever.. ? (～した事がありますか?) ⑧ 3 /22 How do you feel about.. ? (～はどう思いますか?)</p>				
対 象 者	一般市民, 初級者				
講 座 の 方 法	講義、 ロールプレイなど				
テ キ ス ト	教材となる資料を配布します				
キ ー ワ ー ド	基礎英会話、やり直しの英語、 海外旅行の英語				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5107	定員	15名	受講料	9,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	ドイツ語を学びましょう！（ドイツ語入門Ⅰ）				
担当講師（所属）	シードゲス・オラフ（徳島大学大学院社会産業理工学研究部教授）				
概 要	<p>今回のドイツ語入門は、ドイツ語を初めて学習する方が親しみをもって学習を進めていけますよう、基本的なアルファベットやドイツ語独特な発音、文法事項などをわかり易く解説し、同時に、パートナーやグループでの会話練習を通してドイツ語への興味を同じにする方々とのコミュニケーションを取りながら楽しく学んでいただけるように構成されています。教材を用いたヒアリング練習や内容理解等を繰り返し行い、テーマごとに日常の様々な場面で用いられる実用的な表現を音と文字の両面から身につけています。折に触れドイツ語の文化などもご紹介します。みなさん、新しい発見に満ちたドイツ語の世界に足を踏み入れてみませんか？</p>				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① ドイツ語の基本文法 ② ドイツ語の発音 ③ ドイツ語で簡単なテキストを理解できる ④ ドイツ語で自己紹介できる 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ol style="list-style-type: none"> ① 10/3 オリエンテーション、アルファベットの発音 ② 10/10 アルファベットの発音（続き）、挨拶、自分の名前を教える ③ 10/17 ドイツ語の動詞変化入門、文章の語順 ④ 10/24 教室に役に立つ表現、ゲームで数字を繰り返す、お元気ですか du と Sie の違い、疑問詞、疑問文（自己紹介） ⑤ 10/31 発音の練習、代名詞、動詞の変化、疑問詞、疑問文 ⑥ 11/7 趣味や職業(Hobby、Beruf)について話す ⑦ 11/14 ドイツ語で時刻（Zeit）を聞く・教える ⑧ 11/21 定冠詞と不定冠詞（Artikel）、4格（Akkusativ） ⑨ 11/28 まとめ（これまでのドイツ語の文法や語彙について） ⑩ 12/5 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	簡単なドイツ語の導入、文法の説明、発音の練習、ペアで会話練習する				
テ キ ス ト	講座初日に販売 Angela Braun/Antje Seidel: Ach so! neu 同学社、東京、2015 ISBN 978-4810209525、¥2500				
キ ー ワ ー ド	外国語、ドイツ語、発音、会話、読解、文法				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5108	定員	15名	受講料	9,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:00~19:30				
講 座 名	ドイツ語を学びましょう！（ドイツ語入門Ⅱ）				
担当講師（所属）	シードゲス・オラフ（徳島大学大学院社会産業理工学研究部教授）				
概 要	<p>今回のドイツ語入門は、ドイツ語を初めて学習する方が親しみをもって学習を進めていけますよう、基本的なアルファベットやドイツ語独特な発音、文法事項などをわかり易く解説し、同時に、パートナーやグループでの会話練習を通してドイツ語への興味を同じにする方々とのコミュニケーションを取りながら楽しく学んでいただけるように構成されています。教材を用いたヒアリング練習や内容理解等を繰り返し行い、テーマごとに日常の様々な場面で用いられる実用的な表現を音と文字の両面から身につけています。折に触れドイツ語の文化などもご紹介します。みなさん、新しい発見に満ちたドイツ語の世界に足を踏み入れてみませんか？</p>				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① ドイツ語の基本文法 ② ドイツ語の発音 ③ ドイツ語で簡単なテキストを理解できる ④ ドイツ語で自己紹介できる 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 1/9 秋の復習、定冠詞、不定冠詞、食べ物について話す ② 1/16 複数形、値段を聞く、不規則動詞 ③ 1/23 分離動詞、話法の助動詞（möchten, können, müssen） ④ 1/30 時刻を聞く・教える ⑤ 2/6 過去について話す： 現在完了形（Perfekt） ⑥ 2/13 前置詞（in, an, nach, zu） ⑦ 2/20 前置詞 ⑧ 2/27 4格、3格 ⑨ 3/6 形容詞： 比較系、最上級 ⑩ 3/13 まとめ（これまでのドイツ語の文法や語彙について） 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	簡単なドイツ語の導入、文法の説明、発音の練習、ペアで会話練習する等				
テ キ ス ト	秋のコースのための教科書を使用する。新しい教科書は必要ではない。				
キ ー ワ ード	外国語、ドイツ語、発音、会話、読解、文法				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5109	定員	15名	受講料	9,000円
保険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 18:30 ~ 20:00				
講座名	ポルトガル語を楽しもう～VAMOS FALAR PORTUGUÊS～				
担当講師（所属）	松尾 ドゥルシー(ポルトガル語通訳)				
概要	ポルトガル語をCD やテキストを通して基礎から学び、コミュニケーションに役立つ会話と例文を繰り返し練習します。また、ポルトガル語の音楽や文化にふれたり、一人一人のレベルに合わせているので分かりやすく楽しく学ぶことができます。				
達成目標	<ol style="list-style-type: none"> ① あいさつや日常会話ができる。 ② 文化や習慣のイメージを説明できる。 ③ 楽しくポルトガル語を学ぶ。 				
スケジュール	<ol style="list-style-type: none"> ① 10/16 あいさつ・自己紹介 ② 10/23 感謝の言葉 ③ 10/30 動詞 ser, estar の使い方 ④ 11/ 6 ファドの歌について ⑤ 11/13 まとめ・復習 ⑥ 11/20 ポルトガル料理について ⑦ 11/27 フリートーク ⑧ 12/ 4 ポルトガルの習慣について ⑨ 12/11 クリスマスカードや正月の手紙の書き方 ⑩ 12/18 まとめ・フリートーク 				
対象者	一般市民、大学生				
講座の方法	講義、ビデオ鑑賞、実技、音楽、フリートーク				
テキスト	プリントを用意します。				
キーワード	ポルトガル語、楽しく学ぶ				
備考	書くもの（ノート、筆記用具）を持ってきてください。				

《語学・国際交流分野》

講座番号	5110	定員	30名	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	中国語（初級）《対話でたのしむ中国語》（秋）				
担当講師（所属）	張 偉（四国大学非常勤講師、通訳）				
概 要	本講座は中国語の基本的な文法や会話を学習目的とする初心者向けの講座です。教科書やオリンピック、観光、ビジネス資料などの中国語会話をしっかり練習する講座内容で構成されています。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 中国語のピンイン、声調、簡体字の知識を身につける。 ② 中国語で自己紹介できる。 ③ 簡単なあいさつ、日常会話ができる。 ④ 日本の中国語検定試験の4級程度の語学力がつく。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/10 発音編（1）（単母音、声調） ② 10/17 発音編（2）（子音、複母音） ③ 10/24 会話第1回「では、明日また来ます」 ④ 10/31 会話第2回「日本のサッカーチームは素晴らしかった」 ⑤ 11/7 会話第3回「はやく席に戻りましょう」 ⑥ 11/14 会話第4回「ボールペンは見つかりましたか」 ⑦ 11/21 会話第5回「北京の冬は東京より寒い」 ⑧ 11/28 会話第6回「電車は一時間遅れました」 ⑨ 12/5 会話第7回「友人のスピーチに感動しました」 ⑩ 12/12 会話第8回「一曲歌っていただけませんか」 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、会話演技、現地研修				
テ キ ス ト	「対話でたのしむ中国語—初級編—」葉 紅 飯島 啓子 著（駿河台出版社2012年、2,300円+税）テキストは講座初回時に販売予定です。				
キ ー ワ ー ド	中国語発音 中国語基礎文法				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5111	定員	30名	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	談笑風生中国語（初級）《中国語のおもてなし》（冬）				
担当講師（所属）	張 偉（四国大学非常勤講師、通訳）				
概 要	本講座は中国語を学習する初心者向けの講座です。中国語の基礎をしっかりと身に付けられるよう単語や文法、表現などを中心として少しずつステップアップしていきます。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① 中国語のピンイン、声調、簡体字の知識を身につける。 ② 中国語で自己紹介できる。 ③ 簡単なあいさつ、日常会話ができる。 ④ 日本の中国語検定試験の4級程度の語学力がつく（徳島で中国語検定試験準会場が設けられている）。 ⑤ 中国語会話能力を高めるため、仲間と現地実習を楽しめる。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ol style="list-style-type: none"> ① 1/9 発音編Ⅰ 発音と中国語で簡単な自己紹介の練習 ② 1/16 発音編Ⅱ 発音と中国語でやさしい漢詩朗読の練習 ③ 1/23 発音編Ⅲ 発音と中国語の早口言葉の練習 ④ 1/30 (第4回) 10月10日は体育の日 ⑤ 2/6 (第5回) ボランティア志望 ⑥ 2/13 (第6回) もっとエレベーターを！ ⑦ 2/20 (第7回) お待たせしました ⑧ 2/27 (第8回) 夜景が超キレイ！ ⑨ 3/6 (第9回) 北京冬季オリンピック ⑩ 3/13 (第10回) フィギュアスケートが見たい！ 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、会話演技				
テ キ ス ト	<p>「中国語のおもてなし—“問答”ペアワークで会話練習—」</p> <p>監修 相原 茂 著者 本間 由香利 蘇 紅（郁文堂出版社2017年、2,500円＋税）テキストは講座初回時に販売予定です。</p>				
キ ー ワ ー ド	中国語発音 中国語基礎文法				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5112	定員	20名	受講料	9,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	中国語（中級）《時事中国語》（秋）				
担当講師（所属）	張 偉（四国大学非常勤講師、通訳）				
概 要	本講座は中国の過去1年間の出来事を紹介する「時事中国語の教科書」を学習内容とする中国語中級者向けの講座です。内容はいろいろな角度から中国を知り、理解を深めていくことができるものです。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ⑤ 基礎的な知識を身につける。 ⑥ 中国の文化を楽しめる。 ⑦ 中国語学習の魅力を感じる。 ⑧ 日本の中国語検定試験の2級程度の語学力を目指す。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/1 第6課（改变中国人出行方式的两个女性） ② 10/15 第7課（离开家乡上大学，是怎样的体验？） ③ 10/22 第8課（2017 考古二则） ④ 10/29 第9課（我们应该要什么样的中国版《深夜食堂》） ⑤ 11/5 第10課（出境游：从“买买买”到“慢慢慢”） ⑥ 11/12 第11課（人象共处，难题不少） ⑦ 11/19 第12課（今日中国儿童之现状） ⑧ 11/26 第13課（在中国治疗糖尿病——东大医院大夫饭冢阳子自述） ⑨ 12/3 第14課（台湾职场女性的无奈） ⑩ 12/10 第15課（千年大计——雄安新区） 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、解説				
テ キ ス ト	「2018年度版時事中国語の教科書」三瀧正道・陳祖蓓（朝日出版社2018年、1,900円＋税）テキストは講座初回時に販売予定です。				
キ ー ワ ー ド	聴解、読解、新常態				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5113	定員	20名	受講料	9,000円
保 險	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	談笑風生中国語（中級）（冬）				
担当講師（所属）	張 偉 （四国大学非常勤講師、通訳）				
概 要	本講座は中国語学習歴のある方向けの講座です。「やさしく楽しい中級中国語」を使って、中国の料理、地理、歴史、言語、教育等、中国について楽しい会話とやさしい読解文で学べる内容です。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 基礎的な知識を身につける。 ② 中国の文化を楽しめる。 ③ 中国語学習の魅力を感じるため、仲間と現地実習を楽しめる。 ④ 日本の中国語検定試験の2級程度の語学力を目指す（徳島で中国語検定試験準会場が設けられている）。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 1/7 第1課（中国菜） ② 1/21 第2課（中国的飲料） ③ 1/28 第3課（中国的糕点） ④ 2/4 第4課（中国的体育） ⑤ 2/18 第5課（中国的自然地理） ⑥ 3/4 第6課（中国的行政区划） ⑦ 3/18 第7課（中国的人口与民族） ⑧ 3/25 第8課（中国的语言） 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、解読				
テ キ ス ト	「やさしい楽しい中級中国語 中国基礎知識12篇」郭 春貴 郭 久美子 梁 勤（白帝社2017年、2,400円+税）				
キ ー ワ ード	聴解、読解、新常態				
備 考					

《語学・国際交流分野》

講座番号	5114	定員	15名	受講料	5,500円
保 険	レク保				
開講曜日・時間帯	火曜日 18:00 ~ 20:00				
講 座 名	多文化共生のまちづくり（『生活者としての外国人』のための日本語教育）				
担当講師（所属）	Gehertz 三隅 友子（教養教育院教授）				
概 要	<p>私たちの住む地域をどう支えていくのかは、構成員がそれぞれの問題として取り組む必要があります。徳島の実状を共有しさらに解決、改善する方策として「多文化共生のまちづくり」を一緒に考えます。文化庁が進める「『生活者としての外国人』のための日本語教育事業」を実行に移すための講座です。日本語でのコミュニケーションを見直し、地域で生活する外国人学習者がどのように日本語を学ぶのかを知り、そしてどのように支援していくかを一緒に考え、第一歩を進めます。</p>				
達 成 目 標	<p>①自らのコミュニケーションを振り返り改善のヒントをつかむ。 ②異文化コミュニケーションの体験をする。 ③外国語としての日本語（学習者をどのように支援するか）を知る。 ④地域で外国人との共生を目指す活動を企画し実行する</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>①10/16 オリエンテーション ②10/23 コミュニケーションの諸相（言語・非言語） ③10/30 身体的コミュニケーション（インプロヴィゼーション） ④11/6 日本語を学ぶ・教える① ⑤11/13 日本語を学ぶ・教える② ⑥11/20 日本語を学ぶ・教える③ ⑦11/27 文化庁「生活者としての外国人のための日本語教育」事業に関して ⑧12/4 多文化共生のまちづくりの活動① ⑨12/11 多文化共生のまちづくりの活動② ⑩12/18 多文化共生のまちづくりの活動の企画発表</p>				
対 象 者	一般市民、学生、すでに国際交流や日本語教育に関わっている方も				
講 座 の 方 法	講義・ワークショップ・現地研修				
テ キ ス ト	各自書店等で購入参考図書（講座内での販売はありません） 「無理しない地域づくりの学校」竹端他著（ミネルヴァ書房）2500円 「ダイバーシティトレーニングブック」森田ゆり著（解放出版社）2000円				
キ ー ワ ー ド	多文化共生・日本語教育・グローカリゼーション・プロジェクトワーク				
備 考	12月に脇町劇場オデオン座にて留学生との演劇活動及び、その他留学生や地域との交流活動を予定しています。 本講座は文化庁「『生活者としての外国人』のための日本語教育事業」と関連して実施します。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6101	定員	45名	受講料	無料
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 15:00 ~ 16:30				
講 座 名	お口から食べて 健康寿命を伸ばそう！				
担当講師（所属）	松尾 敬志, 田中 栄二, 赤澤 友基, 伊賀 弘起, 桃田 幸弘（徳島大学大学院医歯薬学研究部）				
概 要	<p>“いつまでも自分の口で食べることができて健康長寿を全うしたい。” 人々のささやかな願望です。そのためには、口の中を健康に保ち、また口の健康を体の健康につなげることが必要です。様々な生活習慣が口の健康に影響を及ぼし、また口の働きが体の健康や人の寿命に影響を及ぼします。この講座では、生活習慣と口の健康の関係、口の働きと体の健康の関係を様々な角度からながめ、口の健康を通して健康長寿を全うするためにはどんな工夫ができるのかを考えます。</p>				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① むし歯の病因・病態と治療を理解する。 ② 健康長寿における咀嚼の重要性を理解する。 ③ 子どもたちの口の健康のあり方について理解する。 ④ 健康長寿社会に貢献できる新しい歯科衛生士の役割を理解する。 ⑤ 口内炎体質に対する漢方治療の基礎を理解する。 				
スケジュール	<ol style="list-style-type: none"> ① 11/6 むし歯のでき方と正しい治療法（歯科保存：松尾敬志） ② 11/13 健康長寿のために大切な「咬む」ということ（歯科矯正：田中栄二） ③ 11/20 子どもたちのお口の健康と成育（小児歯科：赤澤友基） ④ 11/27 健康長寿社会での歯科衛生士のしごと（口腔保健：伊賀弘起） ⑤ 12/4 口内炎体質ではありませんか？ －漢方治療の基本－（口腔内科：桃田幸弘） 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義形式				
テ キ ス ト	なし（必要により講義ごとにプリントを配布します）				
キ ー ワ ー ド	口の健康, 健康長寿, 咀嚼, 咬合, 歯と口腔の病気, 歯科衛生士				
備 考					

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6102	定員	30名	受講料	3,000円
保険	スポ保				
開講曜日・時間帯	月～金 9:00～17:00、土 10:00～閉館時間 (講座が実施されない場合は閉館のため利用不可、夜間講座開講中は20:00まで利用可)				
講座名	フリー・フィットネスⅡ				
担当講師(所属)	—				
概要	フィットネスコーナーを利用するための特別コースです。特に指導者につきませんが、エアロバイク・ウォーキングマシン・筋力づくり器具を利用して、自分の体力や目標に合った運動を行えます。自分なりの運動プログラムで無理なく手軽に運動不足を解消していきましょう。				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ① フィットネスコーナーのマシンを利用して運動不足を解消する。 ② 自分の体力や目標に合った運動を無理なく実施する。 ③ 継続して運動する。 				
スケジュール	10/1 ~ 3/31 (但し、12/23～1/6は年末年始のため、また、11/9～11、11/23～25、1/18～20、1/25～27、2/22～26、3/11～12は大学入試等のため、終日使用禁止とさせていただきます。 また、その他使用出来ない場合は、案内します。				
対象者	フィットネスコーナーを利用して運動を希望される方				
講座の方法	フィットネスコーナー利用可能時間内に来て、自分の体力に応じた運動を実施する。				
テキスト	なし				
キーワード	フリー、自分の希望する運動が自由にできる、期間内なら何度も利用可能				
備考	<p>同時に利用できる上限を7人とします。7人に達した場合はお待ちいただいたり、利用時間を制限させていただいたりする場合があります。</p> <p>フィットネスコーナーを初めて利用される方は、利用する前に「フィットネスコーナー利用説明」を予約してください。</p> <p>「フリー・フィットネスⅡ」については、駐車許可証は発行できません。</p> <p>[保険] 保険が必要な講座です。センターが推奨するスポーツ保険に加入する場合は、所定の保険料を受講料と同時に銀行振込以外の方法でお支払ください。</p>				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6103	定員	35名	受講料	5,000円
保険	スポ保				
開講曜日・時間帯	火曜日 13:00 ~ 14:30				
講座名	フリー&エンジョイフィットネス				
担当講師（所属）	吉田 みつる（生涯学習健康マラソニック）				
概要	<p>フリーフィットネスⅡ講座受講者及びマラソニック受講者を対象とした講座です。1人で運動を継続するのは難しいものです。時間を決めて仲間と楽しむことで運動を習慣づけることができます。阿波踊り体操、ストレッチで身体をほぐし、筋力トレーニング、バランス運動などで筋肉の強化を図り、骨年齢をアップし怪我の予防、スポーツパフォーマンスの向上につなげます。週替わりでノルディックポールを使っての城山散策、ひょうたん島ウォークなど自然に触れながら血管年齢もアンチエイジングしましょう。</p>				
達成目標	<p>① 自分の身体への意識を高める。 ② 体力、筋力のアップを図る ③ 日常生活でも運動習慣を取り入れる。 ④ 仲間との交流で運動を楽しみながら継続する</p>				
スケジュール	<p>①10/2 ② 10/16 ③ 10/23 ④ 11/13 ⑤ 11/20 ⑥ 11/27 ⑦ 12/4 ⑧ 12/18 ⑨1/8 ⑩ 1/15 ⑪ 1/22 ⑫ 1/29 ⑬ 2/5 ⑭ 2/12 ⑮ 2/19 ⑯ 3/5</p>				
対象者	医師から運動することを止められていない方				
講座の方法	運動実習				
テキスト	なし				
キーワード	ストレッチ・筋肉トレーニング・有酸素運動・バランス運動				
備考	<p>受講対象はフリーフィットネスⅡ、マラソニック受講者に限ります。 水分補給用の水分、汗拭き用タオルをお持ちください。 ノルディックポール、はお貸しいたします。</p>				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6104	定員	20名	受講料	9,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	月曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	健康法としての空手道入門				
担当講師（所属）	Wolf ヘルベルト（徳島大学大学院社会産業理工学研究部教授）				
概 要	国際松濤館空手道連盟五段・オーストリア大会三連覇の講師が、老若男女を問わず実践できる健康法としての武道空手を指導します。準備体操（ストレッチ）、立ち方から始め、基本的な「突き、打ち、蹴り、受け」の動作から、初級の「型」までを学びます。自由組手（試合形式の格闘練習）は行いませんので、体力に自信のない方も安心して取り組みます。動きやすい運動着でお越しください（空手着は不要）。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①武道空手の楽しさを知る。 ②「太極」「平安初段」「平安二段」「転掌」「鉄騎」という型を表演できるようになる。 ③空手の動作を通じて体力、柔軟性、集中力アップ。 ④空手を健康法として日常生活に取り入れる。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/15 オリエンテーション（開放実践センターで実施）、武道場へ移動 ② 10/22 ③ 10/29 ④ 11/5 【練習の流れ】黙想と礼、準備体操、突き・打ち・蹴り・受けの基本練習、型の練習 ⑤ 11/12 ⑥ 11/19 ⑦ 11/26 ⑧ 12/3 ⑨ 12/10 ⑩ 12/17 				
対 象 者	空手に関心のある初心者（医師に運動を禁止されていない方）				
講 座 の 方 法	武道場（体育館1階）で実技				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	松濤館空手道、健康づくり、武道				
備 考					

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6105	定員	16名	受講料	13,500円
保険	スポ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 13:00 ~ 14:30				
講座名	基礎から始めるバドミントン				
担当講師（所属）	川島 歩（生涯学習健康マラソニック、健康運動指導士）				
概要	バドミントンの初心者・初級者を対象に、健康づくり運動や体操、レクリエーションゲームなども取り入れながらバドミントンを楽しむ講座です。ラケットの握り方や基本の動きから始め、最終的にはダブルスゲームが楽しめる程度のスキルの習得を目指します。日頃の運動不足を解消しストレス発散するために、無心になってシャトルを追いかけ、心地良い汗を流しましょう。				
達成目標	①バドミントンの楽しさを味わう。 ②バドミントンの基本的なスキルを習得し、ダブルスゲームができる。 ③講座の仲間と助け合って楽しい場をつくることことができる。				
スケジュール	<ul style="list-style-type: none"> ① 10/4 ガイダンス／軽く打ってみよう ② 10/11 ストレッチ、筋力トレーニング、フットワーク ③ 10/18 ④ 10/25 ⑤ 11/8 ⑥ 11/15 ⑦ 11/22 ⑧ 11/29 ⑨ 12/6 ⑩ 12/13 ⑪ 12/20 ⑫ 1/10 ダブルスのポジショニング、ルール ⑬ 1/17 ダブルスゲームの戦略を考える ⑭ 1/24 ゲーム形式で楽しむ ⑮ 1/31 ダブルスゲーム大会 <div style="margin-left: 150px;"> <p>【各種ショットの練習、ミニゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドライブ ・クリア ・プッシュ ・ドロップ、カット ・ロブ ・スマッシュ、レシーブ </div>				
対象者	90分程度無理なく身体を動かすことができる方				
講座の方法	実習形式				
テキスト	適宜、資料を配布します				
キーワード	バドミントン、健康・体づくり				
備考	運動ができる服装と体育館シューズをご準備ください。ラケットはご自分のものがあればご持参ください。無い場合は大学のラケットを貸し出します。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6106	定員	16名	受講料	16,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	火曜日 10:00~11:30				
講 座 名	カラダいきいきフィットネス				
担当講師（所属）	川島 歩（生涯学習健康マラソニック、健康運動指導士）				
概 要	<p>この講座では、有酸素運動、筋力トレーニング、柔軟運動などを組み合わせた健康づくりに役立つ運動に取り組みます。全身運動で心と体をリフレッシュし、また様々な筋肉を意識的に動かすことによって体の動きを整え、将来の介護予防にもつながります。自宅で取り組める簡単な体操も紹介しています。認知症予防にも役立つ脳トレ体操なども組み込んでいます。体力の衰えを感じ始めている方、体のあちこちの動きが悪いと感じる方、などにおすすめします。自分の体調に合わせて実施できるので、体力に不安のある方でも大丈夫です。講座で楽しく体を動かして、健康寿命を延ばしましょう！</p>				
達 成 目 標	<p>①体を動かすことが気持ちよいと感じることができる。 ②様々な運動にチャレンジし、自分の体にあった運動を無理なく実施できる。 ③運動を継続し、仲間と楽しく運動する。</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 10/9 ② 10/16 ③ 10/23 ④ 10/30 ⑤ 11/13 ⑥ 11/20 ⑦ 11/27 ⑧ 12/4 ⑨ 12/11 ⑩ 12/18 ⑪ 1/8 ⑫ 1/15 ⑬ 1/22 ⑭ 1/29 ⑮ 2/5 ⑯ 2/12 ⑰ 2/19 ⑱ 3/5</p> <p>※ ステップエクササイズなどの有酸素運動、自分の体重やボールなどの道具を使った筋力トレーニング、ストレッチ体操、ゲームを取り入れた運動や脳トレ体操などを実施。 ※ 飲み物、タオルが必要です。 ※ 体力チェックを適宜行います。</p>				
対 象 者	医師より運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ、ロコモ予防				
備 考	上履き、ヨガマットは必要ありません。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6107	定員	15名	受講料	16,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	金曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	KOBA 式体幹☆バランストレーニング				
担当講師（所属）	河野 磨（健康運動指導士・KOBA 式体幹バランストレーニングマスタートレーナー）				
概 要	<p>この講座では、4つの能力を向上させることで日常生活・スポーツパフォーマンスを大きく向上させます。4つの能力とは「柔軟性」・「安定性」・「バランス」・「運動性」です。これらを向上させることでロコモ予防・腰痛予防・膝痛予防に繋がります。トレーニングの内容は、関節の柔軟性を高めるストレッチ・カラダの歪みをリセットするストレッチポール・上半身をしっかりと支える為に必要な股関節周りの強化が図れるチューブトレーニング、全身のバランス力・コーディネーション能力の強化が図れるマットトレーニングとバリエーションに富んだアイテムを使い、無理なく安全なトレーニングを行います。</p> <p>いつまでも自分の脚で歩ける丈夫な足腰をつくり上げていきましょう！</p>				
達 成 目 標	<p>①カラダの動かしやすさ（軽くなった等）を実感する。 ②腰痛・膝痛等が軽減される。 ③集中力が増す。 ④運動を継続し、仲間と楽しく運動する</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>①10/5 オリエンテーション (KOBAトレとは) ②10/12 体幹Ⅰ ③10/19 体幹Ⅱ ④10/26 体幹Ⅲ ⑤11/2 体幹Ⅳ ⑥11/16 チューブⅠ ⑦11/30 チューブⅡ ⑧12/7 チューブⅢ ⑨12/14 チューブⅣ ⑩12/21 マットⅠ ⑪1/11 マットⅡ ⑫2/1 マットⅢ ⑬2/8 マットⅣ ⑭2/15 アジリティ ⑮3/1 総合Ⅰ ⑯3/8 総合Ⅱ ⑰3/15 総合Ⅲ ⑱3/22 総合Ⅳ</p>				
対 象 者	医師より運動することを止められてない方（一般市民・運動指導者）				
講 座 の 方 法	実習、一部講義				
テ キ ス ト	資料配付				
キ ー ワ ー ド	体幹トレーニング、バランス、ロコモ予防、腰痛・膝痛予防、ストレッチ				
備 考	動きやすい服装・飲み物・筆記用具				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6108	定員	18名	受講料	18,000円
保 険	エネ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	経絡ヨガストレッチ				
担当講師（所属）	和田 佳那（健康運動指導士）				
概 要	<p>からだがだるい、疲れやすい、不眠など、からだの不調はありませんか？東洋医学から学ぶ、ツボとツボを結ぶライン（経絡）の乱れを整えるようにゆったりと筋肉をストレッチすることで、内臓を刺激し全身を整えます。</p> <p>自分のからだの不調の原因は何かを知り、季節に合った動かし方を知ることができます。</p> <p>からだの硬さは関係ありません。心もからだもメンテナンスしましょう。</p>				
達 成 目 標	<p>① 運動不足を解消する</p> <p>② 経絡を知り、経絡に沿ったからだの動かし方を実践する</p> <p>③ 講座を通じて、仲間との交流をはかる</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 10/4 ② 10/11 ③10/18 ④ 10/25 ⑤11/1 ⑥11/8 ⑦11/15</p> <p>⑧11/22 ⑨11/29 ⑩12/6 ⑪12/13 ⑫12/20 ⑬1/10 ⑭1/17</p> <p>⑮1/24 ⑯1/31 ⑰2/7 ⑱2/14 ⑲2/21 ⑳2/28</p>				
対 象 者	医師から運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法	実技				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	肩こり・腰痛・膝痛・経絡・ツボ・運動不足解消				
備 考	<p>※上履き、ヨガマットは必要ありません。</p> <p>※日程は都合により変更する場合があります。</p> <p>※足指を動かすので、5本指ソックスか裸足になります。</p>				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6109	定員	20名	受講料	9,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 9:00~12:00 (長距離ウォークの日は時間が異なります)				
講 座 名	チャレンジ!長距離ウォーク&空海と歩く準備編 (初心者)				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター) 吉田みつる (生涯学習健康マラソンクリニック)				
概 要	20km 長距離ウォーキングに挑戦する講座の初級者コースです。ウォーキングの基礎からトレーニングを始めます。体力に自信ない方でも長く歩ける力がついてきます。平成31年1月からの歩き遍路講座「空海と歩く」の準備編も兼ねています。初めて遍路講座に参加される方はじっくり準備していきましょう。20kmを歩けるようになれば、歩き遍路の基礎体力がついたといえます。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① ウォーキング習慣を身に付ける ② 歩数計を活用し、運動記録をとる。 ③ 筋トレやストレッチなどの方法を知り、実践する ④ 15—20kmの長距離を歩く。 				
ス ケ ジ ュ ール	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①10/11 講義「ウォーキングの方法とその効果」、良い歩き方、2kmウォーキング ②10/18 障害を予防するトレーニング、5kmウォーク (ひょうたん島1周) ③10/25 12kmウォーク (徳島大学~吉野川~マリニピア) ④11/8 12kmウォーキング (神山森林公園) 8:30~ ⑤11/15 15kmウォーキング (徳島大学~黒岩神社ルート~眉山山頂~徳島大学) 8:30~ ⑥11/29 15kmウォーキング (勝浦~中津峰山) 8:30~ ⑦12/27 20kmウォーキング (蔵本公園~眉周 西回り) 8:30~ 				
対 象 者	ウォーキング初心者				
講 座 の 方 法	実習、一部講義が入ります。				
テ キ ス ト	なし (資料配付)				
キ ー ワ ード	ウォーキング、運動習慣、健康増進				
備 考	第3回より「チャレンジ!長距離ウォーク (経験者コース)」と合同開催となります。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6110	定員	20名	受講料	7,000円
保 険	スポーツ				
開講曜・時間帯	木曜日 8:30~14:00 (一部時間が異なります)				
講 座 名	チャレンジ!長距離ウォーク&空海と歩く準備編 (ウォーキング経験者)				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター) 吉田みつる (生涯学習健康マラソンクリニック)				
概 要	江戸時代は「十里 (40km) 歩いて一人前」と言われていましたが、現代では長い距離を歩く機会も少なくなりました。ウォーキングに「長い距離を歩く」という楽しみを加えてみませんか。長距離を歩けたという達成感は健康や体力に対する自信と実践力にもつながっていきます。1月からの「空海と歩く」受講生の事前トレーニングとしても最適です。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① ウォーキング習慣を身に付ける ② 歩数計を活用し、運動記録をとる。 ③ 筋トレやストレッチなどの方法を知り、実践する ④ 15—20kmの長距離を歩く。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 10/25 12km ウォーク (徳島大学~吉野川~マリンピア) 9:00~ ② 11/8 12km ウォーキング (神山森林公園) ③ 11/15 15km ウォーキング (徳島大学~黒岩神社ルート~眉山山頂~徳島大学) ④ 11/29 15km ウォーキング (勝浦~中津峰山) ⑤ 12/27 20km ウォーキング (蔵本公園~眉山1周 西回り) 				
対 象 者	ウォーキング経験者、公開講座「空海と歩く」受講者				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	ウォーキング、運動習慣、健康増進				
備 考	「チャレンジ!長距離ウォーク (初心者コース)」と合同開催です。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6111	定員	25名	受講料	15,500円
保険	スボ保				
開講曜・時間帯	土曜日 9:00~12:00 (開始時間、終了時間は講座内容によって変更します)				
講座名	空海と歩く～土佐遍路 2018Ⅱ (歩き&ボランティア遍路実習編)				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター) 吉田 みつる(生涯学習健康マラソニック)				
概要	土佐遍路 36 番岩本寺から 39 番延光寺までの 3 カ寺を歩いてお参りします。小グループや個人で歩く日もあります。また、1日1ボランティア活動にも取り組みます。				
達成目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 土佐遍路 37 番岩本寺から 39 番延光寺までの 3 カ寺を歩いてお参りする ② 歩き遍路のためのウォーキングや筋力トレーニングを日常的に実践する。 ③ 遍路の文化や歴史を学び、遍路の旅をより有意義なものとする。 ④ 体調を整えて遍路の旅に臨み、けがなく旅を終える。 				
スケジュール	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 9/15 オリエンテーション、6km ウォーキング ② 9/29 12km ウォーキング(徳島大学～マリンピア) ③ 10/20 土佐遍路の準備、打合せ ④ 10/29 土佐遍路Ⅱ1日目(須崎～土佐久礼) ⑤ 10/30 土佐遍路Ⅱ2日目(土佐久礼～37番岩本寺) ⑥ 10/31 土佐遍路Ⅱ3日目(岩本寺～黒潮町) ⑦ 11/1 土佐遍路Ⅱ4日目(黒潮町～下の加江) ⑧ 11/2 土佐遍路Ⅱ5日目(下の加江～38番金剛福寺) ⑨ 11/3 土佐遍路Ⅱ6日目(足摺～市ノ瀬) ⑩ 11/4 土佐遍路Ⅱ7日目(市ノ瀬～39番延光寺) ⑪ 11/5 土佐遍路Ⅱ8日目(宿毛～愛南町) 				
対象者	1日5時間程度のウォーキングができる方を対象とします。				
講座の方法	実習				
テキスト	なし(資料配布)				
キーワード	四国 88 カ所、歩き遍路、弘法大師、癒しの道				
備考	<p>※この講座は 9/15 から始まりますので、受講料と保険料は 9/12 までに納めてください。旅費が別途必要です。</p> <p>遍路の旅は歩くことを基本としますが、体力や体調に合わせて一部交通機関を利用することも可能です。</p>				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6112	定員	30名	受講料	10,500円
保 険	スポーツ				
開講曜・時間帯	土曜日 9:00~13:00 (開始時間、終了時間は講座内容によって変更します)				
講 座 名	空海と歩く～伊予遍路2019(学習&トレーニング編)				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)、モートン・デビット(徳島大学教養教育院)、高橋 晋一(徳島大学大学院社会産業理工学研究部)、吉田 みつる(生涯学習健康マラソンクリニック)				
概 要	歩き遍路はご自身の身体と心と対話できる「癒し」の時間です。四国固有の文化である遍路について学び、歩き遍路の基礎体力を養い、「お四国さん」になってみませんか。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 遍路の文化や歴史を学ぶ ② 歩き遍路について知り、体力管理、健康管理について学習する。 ③ 歩き遍路旅への準備として、日常のウォーキングや筋力トレーニングを実践する。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 1/5 講演「外国人から見たお遍路」(モートン)、オリエンテーション、体力チェック 2km ウォーク ② 1/12 歩き遍路の基礎知識とトレーニング(田中)、6km ウォーキング(ひょうたん島1周) ③ 1/26 12km ウォーキング(文化の森～方上～植物園～あずり越え～文化の森) ④ 2/9 吉野川ハイウェイオアシス～箸蔵寺(別格15番)往復 15km 歩き遍路 ⑤ 2/16 遍路の民俗学(高橋)、歩き遍路の準備、ボランティア打合せ ⑥ 3/3(日)阿波歴史公園～月ノ宮～童学寺～気延山(別格2番)17km 歩き遍路 ⑦ 3/10(日)鳴門島田島スカイライン1周 22km ウォーク 				
対 象 者	10km以上のウォーキングができる方を対象とします。				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	四国88カ所、歩き遍路、弘法大師、癒しの道				
備 考	「歩き&ボランティア遍路実習編」に参加しない方も歩き遍路やハイキングに関心のある方は受講可能です。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6113	定員	30名	受講料	11,500円
保 険	スポ保				
開講曜・時間帯	3/21(木) ~ 3/27(水)				
講 座 名	空海と歩く～伊予遍路2019(歩き&ボランティア遍路実習編) I				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター) 吉田 みつる(生涯学習健康マラソニック)				
概 要	伊予遍路40番観自在寺から46番浄瑠璃寺までの7カ寺を歩いてお参りします。小グループや個人で歩く日もあります。また、1日1ボランティア活動にも取り組みます。				
達 成 目 標	① 伊予遍路40番観自在寺から46番浄瑠璃寺までの7カ寺を歩いてお参りする ② 体調を整えて遍路の旅に臨み、けがなく旅を終える。				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <p>① 3/21 伊予遍路 I 1日目(愛南町～40番観自在寺) ② 3/22 伊予遍路 I 2日目(愛南町～宇和島) ③ 3/23 伊予遍路 I 3日目(宇和島～43番明石寺) ④ 3/24 伊予遍路 I 4日目(卯之町～大洲) ⑤ 3/25 伊予遍路 I 5日目(大洲～内子) ⑥ 3/26 伊予遍路 I 6日目(内子～45番岩屋寺) ⑦ 3/27 伊予遍路 I 7日目(44番大宝寺～46番浄瑠璃寺)</p>				
対 象 者	「学習&トレーニング編」受講者、1日5時間程度のウォーキングができる方を対象とします。				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし(資料配付)				
キ ー ワ ー ド	四国88カ所、歩き遍路、弘法大師、癒しの道				
備 考	旅費が別途必要です。「学習&トレーニング編」で参加者数が確定した後ご案内します 遍路の旅は歩くことを基本としますが、体力や体調に合わせて一部交通機関を利用することも可能です。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6114	定員	25名	受講料	10,000円
保 険	スポーツ				
開講曜・時間帯	土曜日・日曜日				
講 座 名	シカゴマラソンを走ろう！				
担当講師（所属）	田中 俊夫（徳島大学大学開放実践センター）				
概 要	シカゴはミシガン湖のほとりに高層建築の立ち並ぶ全米第3の都市です。ここで開催されるシカゴマラソンは41回の歴史を誇る世界6大メジャーマラソンの1つです。5万人ものランナーが摩天楼の間を駆け抜ける光景はきっと素晴らしい思い出になるはずです。				
達成目標	<ol style="list-style-type: none"> ① 個人の目標にあった練習計画を作成し、大会に備える ② 体調管理に気を配り、シカゴマラソンを楽しく完走する。 				
スケジュール	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 9/16 オリエンテーション、旅行案内、10K ラン練習 ② 9/22 ランニング練習（2H 走） ③ 10/5 シカゴ市内ランニング練習、コース下見、打ち合わせ ④ 10/6 シカゴ5Kに参加 ⑤ 10/7 シカゴマラソンに参加 				
対 象 者	本年度マラソン講座受講者でシカゴマラソンにエントリーされている方に限ります。				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	なし（資料配布）				
キ ー ワ ー ド	シカゴマラソン、フルマラソン完走				
備 考	<p>※この講座は9/16から始まりますので、受講料と保険料は9/12までに納めてください。</p> <p>シカゴマラソンの参加は別途ツアー経費が必要です。</p>				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6115	定員	40名	受講料	11,000円
保 険	スポ保				
開講曜・時間帯	土曜日（13:00～17:00）※は開始時間が異なる日です				
講 座 名	ホノルルマラソンを走ろう 2018 II				
担当講師（所属）	田中 俊夫 他（大学開放実践センター）、岸本 実（C's Trainer Room+きしもと鍼灸治療院）、加藤順廣（徳島市陸上競技協会） 他				
概 要	各自が目標に設定するフル、またはハーフマラソンに向けて準備を進めていきます。レースまでの練習計画について知り、準備段階やレースでの注意点を学びます。スポーツ栄養や身体のケアについても学習します。また、ランニングについては、徐々に走行距離を伸ばし、長距離を走れる能力を高めます。加えてスピード刺激などのトレーニング方法も体験します。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① 体力に適したペースで長い距離が走れるようになる。 ② ハーフマラソン、フルマラソンのレースに参加する ③ レースに向けた準備について知る 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 10/13 フルマラソン完走に向けて（田中）、60分走※14:10～ ② 10/20 ランニングスキルアップレッスン（加藤）、2時間走 ③ 10/27 身体のケア（岸本）、60分走※14:10～ ④ 11/10 ハーフマラソン記録会※8:30～（吉野川河川敷） ⑤ 11/17 30km フルマラソン予行演習※8:30～ ⑥ 11/24 レースプランの作成・フルマラソン最終準備（田中）、ビルドアップ走※9:00～ ⑦ 12/1 青学式体幹トレーニング①、60分走※14:00～ ⑧ 12/15 ランニングスキルアップレッスン（岸本）、青学式体幹トレーニング②、60分走 ⑨ 12/22 マラソン報告会 				
対 象 者	「ホノルルマラソンを走ろう！2018」ABクラス受講者				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	資料配付				
キ ー ワ ー ド	マラソン、長距離走、トレーニング計画				
備 考					

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6116	定員	25名	受講料	8,000円
保 険	スポ保				
開講曜・時間帯	土曜日・日曜日				
講 座 名	ホノルルマラソンを走ろう2018 III (ホノルル実習編)				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)				
概 要	42.195km 先のフィニッシュラインを目指して、ハワイの眩しい光とさわやかな風の中を走りましょう。大勢の仲間とチャレンジすれば、楽しさも倍増します。あなたにはどんなゴールが待っているのでしょうか。				
達 成 目 標	① ホノルルマラソンを完走する ② フルマラソン挑戦を楽しむ				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>※下記日程は予定です。講座が始まる前に予定を再確認してください。</p> <p>① 12/7 ランニング練習 (アラワイ運河コース) ② 12/8 (午前) コース下見、ラン練習 (午後) 最終講義と打ち合わせ ③ 12/9 ホノルルマラソンに参加 ④ 12/10 ダイヤモンドヘッド・ハイキング (マラソンコース全景展望)</p>				
対 象 者	本年度マラソン講座受講者でホノルルマラソンに参加される方に限ります。				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	なし (資料配布)				
キ ー ワ ー ド	ホノルルマラソン、フルマラソン完走				
備 考	ホノルルマラソンの参加は別途ツアー経費が必要です。				

《その他の講座》

講座番号	8101	定員	15名	受講料	1,000円
保険	なし				
開講曜・時間帯	12月8日(土) 13:00~17:00				
講座名	シニア世代のいきいきライフ講座(孫育て支援を考えてみませんか)				
担当講師(所属)	新開 英毅 他(徳大まなび連(市民活動支援士))				
概要	<p>シニア世代にとって孫は可愛いものですが、お世話をするととても疲れます。この世代の宝の山が子育て中の親に対して支援することは、家庭教育力を向上させます。シニア世代が健康を保ち、孫に、災害時の応急方法や日本の伝統の遊びを伝えることは、地域社会の教育力の向上にもつながりますし、シニア世代の生き甲斐にもなります。</p> <p>当日は身体を動かしやすい格好でお越しください。</p>				
達成目標	<p>① 腰痛体操などセルフケアを学ぶ。</p> <p>② 創意工夫することで災害時に役立つ物を作る楽しさを知る。</p> <p>③ 伝統の遊びや絵本の読み聞かせの楽しさや良さを知る。</p>				
スケジュール	<p>13:00~14:00 腰痛体操やご自宅でできるストレッチなど</p> <p>14:15~15:30 応急担架の作り方 ロープの結び方 チラシで器を作る ズボンでリュックサックの作り方 など</p> <p>15:45~17:00 ヤジロベエを作り楽しい遊びや絵本の読み聞かせについて話し合う</p> <p>時間帯は目安です</p>				
対象者	孫育てに関心のある一般市民				
講座の方法	講義 実習・実技 ワークショップ				
テキスト	プリント配布				
キーワード	健康への工夫 孫と防災 孫と伝統遊び				
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・受講料には材料費を含みます。 ・市民活動支援士は、徳島大学・大学開放実践センターの生涯学習研究院で2年間学んだ者に与えられる称号で現在会員は16名です。それぞれの専門分野(青少年健全育成、健康フィットネス、防災とICT、多文化共生)で活動しています。「徳大まなび連」は会の愛称です。 				

《その他の講座》

講座番号	8102	定員	10名	受講料	無料
保 険	なし				
開講曜・時間帯	月曜日 13:30~15:00				
講 座 名	体&頭の体操でアンチエイジング！				
担当講師（所属）	西木 よし子（徳大まなび連（市民活動支援士））				
概 要	<p>体と頭の単体体操で血流を良くし、足腰・骨の強化、脳を活性化しアクティブライフでアンチエイジングを目指します！</p> <p>① 体の体操：阿波踊り体操、ラッコ運動、イス腹筋・背筋、体前屈等でロコモティブシンドローム、フレイル予防</p> <p>② 頭の体操：健康・運動のワンポイント知識についての脳トレ、脳トレ体操、2ケタかけ算等で脳を鍛え認知症予防</p>				
達 成 目 標	<p>①阿波踊り体操：DVDを見ながら正しく、楽しく踊る。</p> <p>②ラッコ運動、イス腹筋・背筋、片足スクワット等：目標回数。</p> <p>③脳トレ：正答率の達成。脳トレ体操：間違わないで出来る。</p> <p>④2ケタかけ算：実力判定で目標達成(易しいレベルからステップアップ)</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 10/15 } オリエンテーション、運動・計算力の計測、体&頭の単体体操</p> <p>② 10/22 } 阿波踊り体操アクティブチェア編、ラッコ運動、イス背筋等。</p> <p>③ 10/29 } 健康・運動のワンポイント知識、脳トレ体操、</p> <p>④ 11/5 } 2ケタかけ算等。</p> <p>⑤ 11/12 } 前回までの達成度計測。体&頭の単体体操。</p> <p>⑥ 11/19 } 阿波踊り体操基本編、ラッコ運動、片脚立ち等。</p> <p>⑦ 11/26 } 健康・運動のワンポイント知識、脳トレ体操、</p> <p>⑧ 12/3 } 2ケタ1かけ算等。</p> <p>⑨ 12/10 } 前回までの達成度計測。体&頭の単体体操。</p> <p>⑩ 12/17 } 阿波踊り体操、ラッコ運動、イス腹筋、かかと落とし等。</p> <p>⑪ 1/7 } 健康・運動のワンポイント知識、脳トレ体操、</p> <p>⑫ 1/21 } 2ケタかけ算等。</p> <p>⑬ 1/28 } 体と頭の体操達成度計測。各自努力ポイント発表。</p> <p>⑭ 2/4 }</p> <p>⑮ 2/18 }</p>				
対 象 者	健康・運動に関心があり、身体と脳のアンチエイジングに関心のある方				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	なし（資料、プリント配布）				
キ ー ワ ー ド	健康・運動 阿波踊り体操 ラッコ運動 脳トレ 2ケタかけ算				
備 考	初回に たし算、かけ算の自主学習用の市販ノートを紹介します。水分補給用、汗拭きタオル、筆記用具を御持参ください。上履き、マットは不要です。				

2018年 秋冬 公開授業リスト

分野	講座番号	講座名	講師氏名	講義日程	受講料
公開 授業	7101	教養としての統計	川野 卓二	月 10:25～	13,500 円
	7102	ミルクの科学	佐藤 高則	月 10:25～	13,500 円
	7103	バイオテクノロジーの世界	佐藤 高則	月 12:50～	13,500 円
	7104	政治とメディア	饗場 和彦	月 16:20～	13,500 円

留意事項

- ・公開授業の詳しい内容（開講・時間帯）の資料は、大学開放実践センター1階ロビーにあります。
- ・公開授業は、学部学生が受講している教養教育科目及び学部専門科目の授業の中から公開するものですが、学生の授業であるため、受講希望学生が定員を超過した場合は、受講できませんので、予めご了承ください。
受講の可否については、9/28（金）19時以降に連絡します。
- ・高等学校卒業程度の学力があれば、性別、年齢、学歴を問わず、どなたでも申込できます。
- ・公開授業を受講されても単位は取得できません。
単位取得の希望がある場合は、「科目等履修生」の制度を利用してください。
- ・単位取得はできませんので、試験を受ける必要はありません。科目によっては、各授業時に小テスト等が実施されるかもしれませんが、詳しくは授業担当教員にお尋ねください。
- ・申込用紙は、パンフレットに折り込みの「受講申込書」をご利用ください。
- ・電話及びファックスでのお申込みは受け付けておりません。
- ・申込締切：平成30年8月24日（金）当17時必着
- ・受講料は、講座初にお支払いください。
- ・受講手続後の受講料の払い戻しや講座の変更はできません。

〔その他〕

- ・・・受講が決まったら・・・
- ・講義室は、授業開始の直前に正式に決定します。講座初に大学開放実践センター窓口に講義室名を掲示しますので、各自確認の上、移動してください。
- ・休講について
 - ①講師等の都合による、休講情報は、「徳島大学教養教育院」のホームページから随時案内しております。受講生になった方は、各自の管理で休講情報を取得していただきます。大学開放実践センターからは、案内いたしません。

パソコン、インターネット等より

「徳島大学教養教育院」を検索 → メニューから「キャンパスライフ」 → 「休講情報」

- ②昼間に開講する公開授業については、午前7時に「暴風警報と大雨警報」、「暴風警報と洪水警報」、「大雪警報」（以下「警報」という。）又は特別警報（波浪特別警報を除く。以下同じ。）が発表中の場合は、午前の公開授業を休講とします。午前11時に警報又は特別警報が発表中の場合は、午後の公開授業を休講とします。
- ③授業開始後に警報が発表された場合は、次の時限以降の公開授業を休講とします。ただし、特別警報が発表された場合は、直ちに休講とします。
休講時の補講は、上記①の方法や、休講翌週の授業時に担当教員に確認してください。