

徳島大学 大学開放実践センター

徳島大学 公開講座

秋冬ガイドブック2015

- 社会連携
- キャリアアップ
- 人間・社会
- 自然・科学
- 情報・技術
- 芸術
- 語学・国際交流
- 健康・スポーツ
- 生涯学習研究院
- 公開授業



申込締め切り

8/25 火 (当日必着)

入金受付期間

9/7 月 ~ 9/11 金

徳島大学 公開講座

秋冬ガイドブック2015

公開講座受講者の みなさまへ

徳島大学 大学開放実践センターは、
1986(昭和61)年4月に設置され、
今年30年目を迎えました。
設置以来、センターでは、
高度化・多様化する
地域学習ニーズに応えるとともに、
大学としての独自性を発揮するべく、
講座のテーマや内容・方法等に
工夫を加えてまいりました。
センターでは、各講座のさらなる充実を図るとともに、
講座間の垣根を取り払って、
〈センター・コミュニティ〉が
実現するよう支援して参ります。
センターの力強い歩みに、みなさまの温かい
ご支援をお願いする次第です。

CONTENTS

受講申し込み方法 …… 2

申込書 …… 5

駐車許可申請書 …… 6

各種保険の申し込みについて …… 8

大学開放実践センターの利用・
公開講座について …… 9

公開講座リスト …… 10

公開講座時間割 …… 11

公開講座 …… 12~41

「生涯学習研究院」講座 …… 42~44

公開授業リスト・Q&A …… 45

大学開放実践センター同窓会
六一会入会のご案内 …… 46

施設案内図 …… 47

新蔵地区 地図 …… 49

※申込書は各自で切り離し、持参または封筒にてお送りください。
締め切りは8月25日(火)です。

<i>Social Cooperation</i>	P.12
社会連携	
<i>Career Improvement</i>	P.12~P.13
キャリアアップ	
<i>Humanity and Society</i>	P.13~P.18
人間・社会	
<i>Nature and Science</i>	P.18
自然・科学	
<i>Information and Technology</i>	P.19~P.20
情報・技術	
<i>Arts</i>	P.21~P.25
芸術	
<i>Language study and International exchange</i>	P.26~P.31
語学・国際交流	
<i>Health and Sports</i>	P.32~P.40
健康・スポーツ	
<i>Other</i>	P.41
その他	
<i>Creativity Development</i>	P.42~P.44
生涯学習研究院	
<i>Open Lectures</i>	P.45
公開授業	

社会連携

キャリアアップ

人間・社会

自然・科学

情報・技術

芸術

語学・国際交流

健康・スポーツ

その他

生涯学習研究院

公開授業

受講申し込み方法

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、日程などを確認してください。

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12日～14日は夏季休業のため休館、及び日曜・祝日は休館)
徳島大学開放実践センターのホームページからも申し込みできます。

- 申込締切日 **8月25日(火) 当日必着(午後5時)**
インターネットでのお申し込みは、8月25日(火)午後5時をもって受付終了といたします。
- 締切日以降のお申し込みについては、事務室までお問い合わせください。
申し込み人数が少ない等、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。
- 「公開講座受講申込書(保険非加入確認書)」裏面の「駐車許可申請書」等も忘れず、ご記入ください。

▲「公開講座申込書(保険非加入確認書)(p5)」および「駐車許可申請書(p6)」必要事項を記入して提出してください。

3 受講決定

受講不可の場合のみ
連絡します

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。
9月1日(火)までに連絡のない場合は、受講決定とさせていただきます。

窓口で申し込みされた方

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。
※振込手数料等は各自の負担となります。
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みされた方

受付票を後日郵送します。
銀行振込ご希望の方には、あわせて銀行振込用紙をお送りします。
※振込手数料等は各自の負担となります。

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(不可講座あり)のいずれかの方法で入金してください。

■ 入金受付について

講座内容	受付期間
1 10月から開講される公開講座	9月7日(月)～9月11日(金)
2 1月から開講される公開講座	11月30日(月)～12月4日(金)
3 公開授業	初回授業受講時

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、ご注意願います。

注意!

○ 受講料は必ず、入金受付期間中にお支払いください。

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が必要な講座は、必ず現金書留またはセンター窓口持参にてご入金ください。銀行振り込みの入金方法は、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(キャンセル)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、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

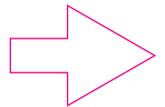
〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地(徳島大学 常三島キャンパス)
tel.088-656-7276

「2015 秋冬 公開講座受講申込書」の記入例

2015 秋冬 公開講座受講申込書

※太枠部分のみご記入ください。また裏面も忘れずに記入してください。

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	生年月日	性別	
氏名 実践 太郎	昭和 平成 50年 5月 5日	<input checked="" type="radio"/> 男 · 女	
住所 〒 770-8502 ※マンション等の名称及び部屋番号まで記入ください。 徳島市 徳島町 徳島マンション I-305			
日中に連絡の取れる番号を記入してください。(休講等の連絡時に使用)			
Tel (088) 656-7276	携帯番号 (090) 1234-5678		
講座番号	講座名	料金	備考
1	1104 モリスの「徳島」	9,000 円	
2	3104 LED(発光ダイオード)を光らせよう	7,000 円	
3	4106 写真講座(初級)	9,000 円	
4	6117 ホリルマリンを走ろう 2015Ⅱ	11,000 円	
5		円	
保 険	スポーツ保険(1,850円)・レクリエーション保険(800円)		円
材 料 費			3,000 円
合 計		39,000 円	
講座申込期限:平成27年8月25日(火)当日必着 ④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 <input checked="" type="checkbox"/> 印を付けてください。(全項目に記入漏れが無いかご確認ください。)			
①マラソン講座	<input type="checkbox"/> 受講しない <input checked="" type="checkbox"/> 受講する (14期生) <input type="checkbox"/> 2015春夏A(初心者)コース受講 <input checked="" type="checkbox"/> 2015春夏B(経験者)コース受講		
②職業	<input checked="" type="checkbox"/> 会社員 <input 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"/> 学生 <input type="checkbox"/> その他()		
③入金方法	<input type="checkbox"/> 銀行振込(保険料・材料費は振り込みできません) <input type="checkbox"/> 現金書留 <input checked="" type="checkbox"/> 窓口持参 <input type="checkbox"/> 無料講座		
④受講	<input type="checkbox"/> 新規 <input checked="" type="checkbox"/> 受講歴有		
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 → ※保険が必要な講座は P.8でご確認ください。 <input type="checkbox"/> 平成27年度春夏加入済み(スポーツ保険 1,850円) <input type="checkbox"/> 平成27年度春夏加入済み(レクリエーション保険 800円) <input type="checkbox"/> スポーツ保険加入 1,850円 <input type="checkbox"/> レクリエーション保険加入 800円 <input checked="" type="checkbox"/> 加入しない → 下記「公開講座 保険非加入確認書」にご署名ください。		
公開講座 保険非加入確認書 ※センターの推薦する傷害保険に加入されない場合は、下記の事項に署名してください。 2015春夏加入済の方は、記入不要です。			
徳島大学 大学開放実践センター長 殿		私は、当センターの公開講座の受講に際し、センターが推薦する傷害保険に加入しません。万一、事故に遭った場合は、自己加入の保険等により対処します。	
平成 27 年 8 月 1 日		実践 太郎	
氏名(署名)			
[裏面も記入してください]			
領収番号 (※センター記入)	①	②	③
確 認 欄			
1	2		



- ※ 受講を希望される方は、必ず8月25日(火)までに申込書を提出してください。(当日必着)
- ※ 必要事項をすべて記入し、申込書を提出する前に記入漏れがないことを必ずご確認ください。(P.2、3「申し込み方法」を必ずお読みください。)
- ※ FAXでの受付は行っておりません。

● 送り先

〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地
徳島大学 大学開放実践センター
TEL 088-656-7276

〈個人情報の取り扱いについて〉

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致します。また、下記の目的以外には使用いたしません。

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

2015 秋冬 公開講座受講申込書

受講者番号 ※センター記入	受付番号

※太枠部分のみご記入ください。また裏面も忘れずに記入してください。

フリガナ	生年月日	性別
氏名	昭和 平成 年 月 日	男 ・ 女
住所 〒 □□□□ — □□□□ ※マンション等の名称及び部屋番号まで記入ください。		

日中に連絡の取れる番号を記入してください。(休講等の連絡時に使用)

Tel() —	携帯番号() —
----------	-----------

講座番号	講座名	料金	備考
1		円	
2		円	
3		円	
4		円	
5		円	
保 険	スポーツ保険(1,850円)・レクリエーション保険(800円)	円	
材料費		円	
合 計		円	

講座申込期限:平成27年8月25日(火)当日必着 ⑨受講を取り止める場合は、必ず、ご連絡ください。

いずれかに印を付けてください。(全項目に記入漏れが無いをご確認ください。)

①マラソン講座	<input type="checkbox"/> 受講しない <input type="checkbox"/> 受講する (期生) <input type="checkbox"/> 2015春夏A(初心者)コース受講 <input type="checkbox"/> 2015春夏B(経験者)コース受講		
②職業	<input type="checkbox"/> 会社員 <input 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"/> 学生 <input type="checkbox"/> その他()		
③入金方法	<input type="checkbox"/> 銀行振込(保険料・材料費は振り込みできません) <input type="checkbox"/> 現金書留 <input type="checkbox"/> 窓口持参 <input type="checkbox"/> 無料講座		
④受講	<input type="checkbox"/> 新規 <input type="checkbox"/> 受講歴有		
⑤保険	<input type="checkbox"/> 保険不要講座を受講 <input type="checkbox"/> 保険が必要な講座を受講 → <table border="0" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td style="font-size: 4em; vertical-align: middle;">{</td> <td> <input type="checkbox"/>平成27年度春夏加入済み(スポーツ保険 1,850円) <input type="checkbox"/>平成27年度春夏加入済み(レクリエーション保険 800円) <input type="checkbox"/>スポーツ保険加入 1,850円 <input type="checkbox"/>レクリエーション保険加入 800円 <input type="checkbox"/>加入しない → 下記「公開講座 保険非加入確認書」にご署名ください。 </td> </tr> </table>	{	<input type="checkbox"/> 平成27年度春夏加入済み(スポーツ保険 1,850円) <input type="checkbox"/> 平成27年度春夏加入済み(レクリエーション保険 800円) <input type="checkbox"/> スポーツ保険加入 1,850円 <input type="checkbox"/> レクリエーション保険加入 800円 <input type="checkbox"/> 加入しない → 下記「公開講座 保険非加入確認書」にご署名ください。
{	<input type="checkbox"/> 平成27年度春夏加入済み(スポーツ保険 1,850円) <input type="checkbox"/> 平成27年度春夏加入済み(レクリエーション保険 800円) <input type="checkbox"/> スポーツ保険加入 1,850円 <input type="checkbox"/> レクリエーション保険加入 800円 <input type="checkbox"/> 加入しない → 下記「公開講座 保険非加入確認書」にご署名ください。		

公開講座 保険非加入確認書

2015春夏加入済の方は、記入不要です。

※センターの推薦する傷害保険に加入されない場合は、下記の事項に署名してください。

<p>徳島大学 大学開放実践センター長 殿</p> <p>平成 年 月 日</p> <p>氏名(署名)</p>	<p>私は、当センターの公開講座の受講に際し、センターが推薦する傷害保険に加入しません。万一、事故に遭った場合は、自己加入の保険等により対処します。</p>
---	--

[裏面も記入してください]

領収番号 (※センター記入)	①	②	③	確認欄
				1 2

(切り取り線)

下記もあわせてご記入ください。

⑥ 2016春夏講座ガイドブックの郵送を希望しますか?	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
⑦ センター公開講座を何でお知りになりましたか?	<input type="checkbox"/> ガイドブック <input type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> 家族、知人等からの紹介 <input type="checkbox"/> その他
⑧ 交通手段 <input type="checkbox"/> 車(駐車場希望) <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。

公開講座受講生 駐車許可申請書

氏名	
① 出発地 いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> を付け、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 type="checkbox"/> 自宅以外() 住所
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 km 時間 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、受講に際し自動車が必要とする理由(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)	

※前回受講時から住所変更がない場合は、②、③は記入不要です。

※駐車許可証の発行を受けても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。

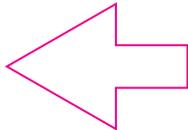
満車のため駐車できないことがありますので、ご承知おきくださるようお願いします。

(切り取り線)

「駐車許可申請書」の記入例

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☑を付け、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 18 km 時間 40 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、受講に際し自動車が必要とする理由(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

P9「大学
開放実践センターの
利用について(駐車場)」を
ご確認ください。



駐車許可申請について

1. 許可条件

- ・ 遠距離にお住まいの方(下図枠外地区)
 - ・ 特別な理由により車での通学が必要とセンターで判断された場合
2. 距離は事前に距離計(トリップメーター等)で計り、できるだけ正確に記入してください。

● 枠外地区(駐車許可申請の基準) 近距離(図枠内)に居住の方は、車での受講をご遠慮ください。



各種保険の申し込みについて

スポーツ講座および課外実習をともなう講座については、センターからスポーツ安全保険をおすすめしています。
保険期間は、お支払い後、銀行での処理を経た後から平成28年3月31日までとなります。
春夏期に保険に加入されている方は、新規申込は不要です。
保険料は、定額(スポーツ傷害保険1,850円、レクリエーション保険800円)です。

※保険に加入する方

公開講座申込書(P.5)の保険欄に「レ」印をつけ、窓口または現金書留でご入金ください。
(保険料は、銀行振込はできません。)

※保険に加入しない方 (ご自身で加入している保険等で対応)

ご自身で加入の保険等で対応される場合は、受講申込書内の保険非加入確認書(P.5)の記載事項をご確認いただき、ご署名の上、提出してください。

保険が必要な講座一覧

保険が必要な講座は、各講座内容の保険欄に スポ保険 レク保険 の表示があります。

●スポーツ保険(1,850円) スポ保険

講座番号	講座名	頁	講座番号	講座名	頁
6103	フリー・フィットネス II	P33	6113	テニスを楽しもう II	P38
6104	健康法としての空手道入門	P33	6114	チャレンジ! 長距離ウォーク&空海と歩く準備編(初心者)	P38
6105	健やかバドミントン	P34	6115	チャレンジ! 長距離ウォーク(ウォーキング経験者)	P39
6106	らっく楽! 体操 II	P34	6116	空海と歩く~四国讃岐遍路2016	P39
6107	サビないカラダの作り方 II	P35	6117	ホノルルマラソンを走ろう2015 II	P40
6109	からだ改善エクササイズ	P36	8101	身体を動かしてみよう (運動デビューおたすけ講座)	P41
6110	経絡(けいらく)ヨガストレッチ	P36			
6111	エイジングケアエクササイズ(女性限定)	P37			
6112	テニスを始めよう II	P37			

●レクリエーション保険(800円) レク保険

講座番号	講座名	頁
1108	博物館の教育活動を学ぶ	P17
1109	生涯学習ボランティア入門	P17
1110	実践まちづくり入門	P18
4106	写真講座(初級) 初歩からの撮影	P23
4107	写真講座(中級) 街歩きを楽しむ	P24

大学開放実践センターの利用について(施設案内図P.47)

駐車場

駐車場トラブルを避け、快適な受講ができますよう下記についてご協力くださるようお願いします。

1. 駐車場の利用を希望される方は、受講申込の際に必ず駐車許可を申請してください。
2. 受講に際しては、近距離(p7枠内地区)に居住の方は、車での受講をご遠慮ください。
(近距離にお住まいの方は、自転車・徒歩、又は公共交通機関等を利用しての受講をお願いします。)
3. 駐車許可条件を満たす方(P.7 枠外地区に居住の方)には、駐車許可証を発行します。
ただし、駐車許可証の発行を受けても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。
満車のため駐車できないことがありますので、ご承知おきくださるようお願いいたします。
講座受講中は必ず、車のフロントガラスの外から見える場所に掲示してください。
*講座終了後は、次の講座の受講者で駐車場が、満車になる場合もありますので、速やかに退出願います。
4. 駐車場における、盗難・事故等については、一切の責を負いません。

駐輪場

* 駐輪場をご利用になられる方は、駐輪許可シールを発行しておりますので、事務室までお申し出ください。

センター学習室

* 学習室には利用可能な図書やパソコン(インターネット不可)がございます。
共同利用のため占有はご遠慮ください。

ロビー

* 公開講座受講の合間にご利用ください。

更衣室

* 専用の更衣室は、特にございませぬ。
必要な方はシャワー室をご利用ください。

公開講座について

休講等について

*公開講座は、担当講師の都合や天候により休講になることがあります。担当講師から事前に変更及び休講の連絡があった場合は、原則電話または掲示等によりお知らせします。大学開放実践センターホームページにも掲載します。

HP 大学開放実践センターホームページ
<http://www.cue.tokushima-u.ac.jp/>

1. 休講となる警報→「暴風と大雨」か「暴風と洪水」、 または「大雪」

上記警報が、次の時間帯に徳島市(会場周辺)地域に発令されている場合は、自動的に休講となります。

午前の講座→ 午前7時 午後の講座→ 午前11時

夜間の講座→ 午後4時

*特にセンターからはご連絡いたしません。

*ただし、特別警報が発表された場合は、直ちに休講となります。

2. 緊急時の避難については…*職員の指示に従ってください。

その他

*出席率70%以上の希望者には、講座終了時に修了証書をお渡しします。(一部交付しない講座があります。)

*P12以降の「テキスト」欄は、受講料とは別にテキスト料などが必要な講座です。

*受講料には、消費税が含まれております。

*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。単位認定シールをお渡しいたします。

「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)

2015年 秋冬 公開講座リスト

分野	講座番号	講座名(定員数)	講師名	頁
社会連携	A101	会話力の向上に役立つ絵本の読み聞かせ(10)	山本 真由美	12
キャリアアップ	C101	初めてのエクセル:初歩の初歩(20)	川野 卓二 他	12
	C102	一億人の英文法(30)	宮田 政徳	13
人間・社会	1101	みんなで学ぶお金の話(30)	斉川 幹也	13
	1102	阿波弁を溯る!?(30)	仙波 光明	14
	1103	<雑談式>に学ぶ憲法論・安全保障論(50)	中里見 博 他	14
	1104	モラエスの「徳島」(30)	宮崎 隆義	15
	1105	内村鑑三を読み解く(20)	三浦 博	15
	1106	動く人々の日本史—史料から探る古代・中世—(30)	衣川 仁	16
	1107	源平動乱期の女性歌人—式子内親王と建礼門院右京大夫—(30)	堤 和博	16
	1108	博物館の教育活動を学ぶ(15)	馬場 祐次朗	17
	1109	生涯学習ボランティア入門(15)	馬場 祐次朗	17
	1110	実践まちづくり入門(20)	矢部 拓也	18
自然・科学	2101	わからない放射線を調べてみよう! —身の回りの放射線から—(20)	三好 弘一	18
情報・技術	3101	Excelで学ぶ徳島の生涯学習(10)	馬場 祐次朗 他	19
	3102	Wordで学ぶ情報発信基礎(10)	高橋 暁子	19
	3103	デジタル写真の活用(応用)(20)	石田 富士雄 他	20
	3104	LED(発光ダイオード)を光らせよう(応用編)—まわりを感じて光る小作品を作る—(15)	川上 博 他	20
芸術	4101	楽しみながら学ぶ書道Ⅱ(秋)(30)	東 國恵[東 南光]	21
	4102	楽しみながら学ぶ書道Ⅲ(冬)(30)	東 國恵[東 南光]	21
	4103	版画を楽しむ(秋)シルクスクリーン技法(20)	石井 健二	22
	4104	版画を楽しむ(冬)シルクスクリーン技法(20)	石井 健二	22
	4105	芸術を愉しむ—オペラと歌舞伎(25)	石川 榮作 他	23
	4106	写真講座(初級) 初歩からの撮影(30)	上野 昭文	23
	4107	写真講座(中級) 街歩きを楽しむ(20)	上野 昭文	24
	4108	たのしい女声コーラスⅡ(80)	吉森 章夫 他	24
	4109	たのしい男声コーラスⅡ(80)	吉森 章夫 他	25
	4110	ミュージカルアニメ映画から学ぶ英語表現と音楽(10)	鈴木 尚子	25
語学・国際交流	5101	Remarkable Accounts 2(20)	Don Sturge	26
	5102	In Translation 2(20)	Don Sturge	26
	5103	Mac's Chat Room 2: Environment Disaster Chat(30)	Angus A.McDonald	27
	5104	Mac's Chat Room 3: Current News Chat(30)	Angus A.McDonald	27
	5105	Introductory English Conversation(英会話入門)秋(20)	Wade Lewis	28
	5106	Introductory English Conversation(英会話入門)冬(20)	Wade Lewis	28
	5107	英語で聖書を読もう(30)	川野 卓二 他	29
	5108	ポルトガル語を楽しもう～VAMOS FALAR PORTUGUES～(15)	松尾 ドゥアルシー	29
	5109	中国語(初級)《佳縁漢語》(秋)(30)	張 偉	30
	5110	中国語(初級)《佳縁漢語》(冬)(30)	張 偉	30
	5111	中国語(中級)《中国文化》(秋)(20)	張 偉	31
	5112	中国語(中級)《中国文化》(冬)(20)	張 偉	31
健康・スポーツ	6101	いつまでも お口で食べて 健やかに!(45)	伊藤 博夫 他	32
	6102	東洋医学を学んで健康貯蓄と健康長寿に役立てましょう(25)	柏田 良樹 他	32
	6103	フリー・フィットネスⅡ(30)	—	33
	6104	健康法としての空手道入門(20)	W. ヘルベルト	33
	6105	健やかバドミントン(20)	佐藤 充宏	34
	6106	らっく楽! 体操Ⅱ(15)	村上 亜弥子	34
	6107	サビないカラダの作り方Ⅱ(10)	村上 亜弥子	35
	6108	スポーツ栄養セミナー(15)	村上 亜弥子	35
	6109	からだ改善エクササイズ(30)	和田 佳那 他	36
	6110	経絡(けいらく)ヨガストレッチ(16)	和田 佳那	36
	6111	エイジングケアエクササイズ(女性限定)(16)	和田 佳那	37
	6112	テニスを始めようⅡ(16)	田中 俊夫	37
	6113	テニスを楽しもうⅡ(16)	田中 俊夫	38
	6114	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	38
	6115	チャレンジ! 長距離ウォーク(ウォーキング経験者)(20)	田中 俊夫 他	39
	6116	空海と歩く～四国讃岐遍路2016(30)	田中 俊夫 他	39
	6117	ホノルルマラソンを走ろう2015Ⅱ(70)	田中 俊夫 他	40
	6118	ホノルルマラソンを走ろう2015Ⅲ(ホノルル編)(40)	田中 俊夫 他	40
その他	8101	身体を動かしてみよう(運動デビューおたすけ講座)(10)	赤枝 尚美 他	41

生涯学習研究院生用講座はP42～P44に記載されています。ただし、今期の生涯学習研究院生の新規募集はありません。

2015年秋冬 公開講座 時間割

	午前	午後	夜間
月	10:00～11:30 6104 健康法としての空手道入門【20】 10:00～12:00 4101 楽しみながら学ぶ書道Ⅱ(秋)【30】 4102 楽しみながら学ぶ書道Ⅲ(冬)【30】 10:30～12:00 1106 動く人々の日本史【30】	13:00～14:30 1110 実践まちづくり入門【20】 13:30～15:00 5111 中国語(中級)(秋)【20】 5112 中国語(中級)(冬)【20】 6107 サビないカラダの作り方Ⅱ【10】	18:30～20:00 4107 写真講座(中級)【20】 5101 Remarkable Accounts 2【20】
火	10:00～11:30 5103 Mac's Chat Room 2(秋)【30】 5104 Mac's Chat Room 3(冬)【30】 6109 からだ改善エクササイズ【30】 10:30～12:00 1104 モラエスの徳島【30】	13:00～14:30 3102 Wordで学ぶ情報発信基礎【10】 15:00～16:30 6101 いつまでも お口で食べて 健やかに!【45】	18:30～20:00 C101 初めてのエクセル【20】 5108 ポルトガル語を楽しもう【15】
水	10:00～11:30 2101 わからない放射線を 調べてみよう!【20】 10:30～12:30 4108 たのしい女声コーラスⅡ【80】	13:00～14:30 3101(D101) Excelで学ぶ徳島の生涯学習【10】 14:00～15:30 6108 スポーツ栄養セミナー【15】 14:45～16:15 1109(D102) 生涯学習ボランティア入門【15】 16:30～18:00 1103 雑談式に学ぶ憲法論【50】	18:30～20:00 5109 中国語(初級)(秋)【30】 5110 中国語(初級)(冬)【30】
木	9:00～14:00 6115 チャレンジ! 長距離ウォーク(ウォーキング経験者)【20】 10:00～11:30 C102 一億人の英文法【30】 10:00～12:00 6114 チャレンジ! 長距離ウォーク(初心者)【20】 10:30～11:30 8101 身体を動かしてみよう【10】	13:00～14:30 1108 博物館の教育活動を学ぶ【15】 13:30～15:00 1102 阿波弁を溯る!?【30】 6110 経絡ヨガストレッチ【16】 14:30～16:30 4103 版画を楽しむ(秋)【20】 4104 版画を楽しむ(冬)【20】	17:30～19:30 4110 ミュージカルアニメ映画【10】 18:30～20:00 6111 エイジングケア エクササイズ(女性限定)【16】 19:00～21:00 4109 たのしい男声コーラスⅡ【80】
金	10:00～11:30 6106 らっく楽! 体操Ⅱ【15】 10:30～12:00 1107 源平動乱期の女性歌人【30】 5102 In Translation 2【20】	12:50～14:20 6105 健やかバトミントン【20】 13:00～14:30 5105 英会話入門(秋)【20】 5106 英会話入門(冬)【20】 13:30～15:00 1101 みんなで学ぶお金の話【30】 14:00～15:30 4105 芸術を楽しむ【25】	18:00～19:30 5107 英語で聖書を読もう【30】 18:30～20:00 3103 デジタル写真の活用【20】
土	9:00～11:00 6112 テニスを始めようⅡ【16】 6113 テニスを楽しもうⅡ【16】 10:00～11:30 1105 内村鑑三を読み解く【20】 3104 LEDを光らせよう【15】 10:00～14:00 6116 空海と歩く～讃岐遍路2016【30】 10:30～12:00 4106 写真講座(初級)【30】	13:00～14:30 6102 東洋医学を学んで【25】 13:30～15:00 A101 絵本の読み聞かせ【10】 14:00～16:30 6117 ホノルルマラソン2015Ⅱ【70】	

※【 】内は定員数。※若干記載していない講座もあります。

講座番号
A101

会話力の向上に役立つ絵本の読み聞かせ

●日時

・土 13:30 ~ 15:00

【概要】親子で絵本の読み聞かせを通してコミュニケーションの仕方を学びます。今までの大人が子どもに絵本を読んで聞かせる方法とは違い、会話をしながら読み聞かせをすることで、お子さまとのコミュニケーションを増やし、お子さまのコミュニケーション能力や言葉の発達の促進を目指します。実際にお子さまと読み聞かせ体験しながら学んでいただきます。

【達成目標】①対話形式の絵本の読み聞かせを通じて、お子さまとのコミュニケーションをより充実したものにすること。②お子さまと絵本の読み聞かせという楽しい時間を共有すること。

●スケジュール

- | | |
|------------------------------------|----------------------------|
| ① 10/3 ガイダンス(読み聞かせ手法の概要説明、アンケート実施) | ⑥ 11/21 対話形式の読み聞かせ「応用編」(1) |
| ② 10/10 対話形式の読み聞かせ「基礎編」(1) | ⑦ 11/28 対話形式の読み聞かせ「応用編」(2) |
| ③ 10/17 対話形式の読み聞かせ「基礎編」(2) | ⑧ 12/5 対話形式の読み聞かせ「応用編」(3) |
| ④ 10/24 対話形式の読み聞かせ「基礎編」(3) | ⑨ 12/12 対話形式の読み聞かせ「応用編」(4) |
| ⑤ 11/14 対話形式の読み聞かせ「基礎編」(4) | ⑩ 12/19 まとめ(総評、アンケート実施) |

備考

丸山ゆづ葵(徳島大学総合科学教育部臨床心理学専攻博士前期課程2年)が絵本の読み聞かせ方についての講義と演習を行い、講師の山本真由美はコミュニケーションの取り方の支援、吉田敦也(徳島大学地域連携推進室)は記録全般について講座に協力します。対話形式の絵本の読み聞かせを実践的に学んでいただく予定です。ぜひお子さまと一緒にご参加ください。絵本はこちらで用意しますが、絵本を持参される場合は、ガイダンス時に持参いただくか、絵本のタイトルをご提示ください。保護者の方が講座を受けている際は、同部屋にお子さまの遊ぶスペースを作り、安全に遊べるように数名の学生が見守ります。この講座をお借りして、上記丸山ゆづ葵の修士論文へのご協力をお願いします。対話形式の読み聞かせが、お子さまのコミュニケーション能力や言葉の発達に変化をもたらすかを知ることが目的となっています。詳細はガイダンスで説明します。協力は強制ではございませんので安心して参加ください。

(キーワード/絵本・対話形式の読み聞かせ・コミュニケーション力向上・言語発達)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト なし

定員 10名

対象者

就学前の子どもとその保護者
もしくは保育者

担当講師

山本 真由美(徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法 講義、演習

講座番号
C101

初めてのエクセル：初歩の初歩

●日時

・火 18:30 ~ 20:00

【概要】ワードはよく使うが、エクセルはまだ使ったことがないという人が多いのではないのでしょうか。この講座では、エクセルの使い方、エクセルで出来る基本的なことを第一歩から学びます。授業では市販のテキストを利用して「小遣い帳」や「住所録」、「請求書」を実際に作成しながら、エクセル操作の基本を学んでいきます。

【達成目標】①エクセル関数などを使って様々な方法で計算ができる。②簡単なグラフの作成ができる。③住所録を利用してはがきの宛名書きができる。④エラーメッセージを理解し、適切な対応ができる。

●スケジュール

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ① 10/6 初めてのエクセル エクセルの起動、文字や数値の入力(川野) | ⑤ 11/17 「住所録」の作成(1) 入力・編集の工夫(川野) |
| ② 10/13 エクセルを使った計算 エクセルを使って行ういろいろな計算(川野) | ⑥ 11/24 「住所録」の作成(2) より便利な住所録にする方法(川野) |
| ③ 10/20 「小遣い帳」の作成(1) 入力・編集の基本、罫線の基礎(上岡) | ⑦ 12/1 「請求書」の作成(1) 数式や関数を上手に利用(川野) |
| ④ 10/27 「小遣い帳」の作成(2) データの抽出、思い通りに印刷(上岡) | ⑧ 12/8 「請求書」の作成(2) 自動入力仕組みを理解(川野) |

備考

ワードは使っているが、エクセルをあまり使ったことがないという方が対象です。すでにエクセルをよく使っている方はご遠慮ください。(エクセルの入門講座です。)

(キーワード/表計算・エクセル関数・小遣い帳作成・住所録作成)

受講料 10,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者

一般市民

担当講師

川野 卓二、上岡 麻衣子(徳島大学総合教育センター)

講座の方法 講義、実習

[テキスト]「500円でわかるエクセル2010」(学研:500円+税)テキストは初回講座時に販売予定。

講座番号
C102

一億人の英文法

●日時

・木 10:00 ~ 11:30

【概要】英語のネイティブと会話するために、語感に根ざした英文法を、例文の音読と暗唱によって学びます。

【達成目標】①会話に必要な英文法を系統立って学ぶ。②会話に必要な例文を音読、暗唱できる。

●スケジュール

① 10/1 Chapter 1: 主語・動詞・基本文型	⑥ 11/12 Chapter 10: 動詞-ING形、Chapter 11: To不定詞、Chapter 12: 分詞
② 10/8 Chapter 2: 名詞	⑦ 11/19 Chapter 13: 節、Chapter 14: 疑問文
③ 10/15 Chapter 3: 形容詞、Chapter 4: 副詞、Chapter 5: 比較	⑧ 11/26 Chapter 15: 倒置、Chapter 16: 時間の表現
④ 10/22 Chapter 6: 否定、Chapter 7: 助動詞	⑨ 12/3 Chapter 17: 接続詞、Chapter 18: 省略
⑤ 10/29 Chapter 8: 前置詞、Chapter 9: WH修飾	

備考

(キーワード/英会話・語感・英文法)

受講料 8,500円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

宮田 政徳(徳島大学総合教育センター)

講座の方法 講義、演習

[テキスト]「一億人の英文法(CDブック)」(東進ブックス、1,500円)を初回講義の前に徳島大学生協書籍部で購入してください。

講座番号
1101

みんなで学ぶお金の話

●日時

・金 13:30 ~ 15:00

【概要】昨今の社会保障にかかる状況変化は、将来の資産管理を自ら行う必要性を強く感じさせます。私達を取り巻く環境の変化を踏まえ、金融の仕組み、活用、注意点を学んでいきたいと思ひます。また、相続や贈与についても視野に入れていきたいと思ひます。

【達成目標】①社会環境の変化を理解する。②金融商品の活用と注意点を理解する。③年金や税制等の変更を理解する。

●スケジュール

① 10/9 私たちを取り巻く環境の変化
② 10/23 暮らしとお金
③ 11/6 振り返りとまとめのワークショップ

備考

1回目、2回目は講義形式です。3回目は皆さんにグループを作ってもらい、「問題」を話し合うことで理解を深めていただきます。

(キーワード/長寿・「うまい話」にはウラがある・年金と税制等の変更)

受講料 無料

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

齊川 幹也(野村証券株式会社 投資情報部 証券学習開発課 シニア・ファイナンシャル・プランナー)

講座の方法

講義とワークショップ

[テキスト] 資料を配布します。

社会連携

キャリアアップ

人間・社会

自然・科学

情報・技術

芸術

語学・国際交流

健康・スポーツ

その他

生涯学習研究院

公開授業

講座番号
1102

阿波弁を溯る!?

●日時

・木 13:30 ~ 15:00

【概要】阿波弁と言われる言葉は、どんな素性・歴史を持っているのだろうか。それらの言葉は徳島県以外のどのような地域と共有されているのだろうか。阿波弁と思われているいくつかの言葉を取り上げながら、その言葉の歴史がどのようにたどれるかを試みる。

【達成目標】①言葉の歴史をたどる方法と考え方を知る。②言葉は孤立して存在しているのではないことを理解する。③国語辞典や方言集の目的・性格の違い(鑑か鏡か)を理解する。

●スケジュール

- | | |
|--|---|
| ① 10/1 コケルは方言か?(国語辞典と方言集・方言辞典) | ⑥ 11/5 辞書に記録されていない阿波弁(その1) イッコーナ、テレ等 |
| ② 10/8 古典作品の中の言葉と阿波弁(その1) 『東海道中膝栗毛』の言葉 | ⑦ 11/12 辞書に記録されていない阿波弁(その2) ヘリヤイ、トソコナ等 |
| ③ 10/15 古典作品の中の言葉と阿波弁(その2) (作品未定) | ⑧ 11/19 使用例の少ない言葉。文献例の少ない語の位置づけをどう考えるか。 |
| ④ 10/22 阿波弁の語源はどこまでたどれるか?(その1) (語未定) | |
| ⑤ 10/29 阿波弁の語源はどこまでたどれるか?(その2) (語未定) | |

備考

(キーワード/日本語史・語源・古典・国語辞典・方言集)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

仙波 光明(徳島大学名誉教授)

講座の方法 講義

[テキスト] プリントを配布。

講座番号
1103

〈雑談式〉に学ぶ憲法論・安全保障論

●日時

・水 16:30 ~ 18:00

【概要】戦後70年の今年、改憲、集団的自衛権、領土、特定秘密保護法、ヘイトスピーチ、報道の自由など平和と戦争、民主主義、自由に関わる重大問題が続発しています。それらをめぐって感情的で一面的な主張も目立ちます。民主主義が衆愚政治に堕さないためには市民一人ひとりが冷静で論理的な思考力を持たねばなりません。本講座では憲法と安全保障を専門とする教員二名が毎回参加し、受講生との質疑応答や雑談を通して知識と理解を深めます。

【達成目標】①平和と戦争、民主主義、自由に関して憲法論の基礎知識を得る。②平和と戦争、民主主義、自由に関して安全保障論の基礎知識を得る。③冷静で、論理的、多面的な思考力をつける。

●スケジュール

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ① 12/2 日本国憲法の制定と特徴・全体像:「押し付け論」にも触れながら | ④ 1/13 国際社会の構造と特徴:なぜ戦争は起きるのか |
| ② 12/9 憲法の存在意義と改憲問題:解釈改憲はなぜ許されないか | ⑤ 1/20 国際安全保障の理論:どうすれば戦争を抑えられるのか |
| ③ 12/16 憲法の平和主義:それを捨てることの意味を考える | ⑥ 1/27 安倍政権の外交・安全保障政策:なぜ集団的自衛権の行使は不合理か |

備考

(キーワード/憲法・平和・戦争・民主主義・改憲・集団的自衛)

受講料 7,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 50名

対象者 一般市民

担当講師

中里見 博、饗場 和彦(徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法 討議

[テキスト] 参考文献:古賀茂明「国家の暴走-安倍政権の世論操作術」角川書店(2014年)800円+税/植木千可子「平和のための戦争論-集団的自衛権は何をもたらすのか?」筑摩書房(2015年)820円+税/高橋哲哉・岡野八代「憲法のポリテーカー-哲学者と政治学の対話」白澤社(2015年)2,376円/水島朝穂「ライブ講義 徹底分析 集団的自衛権」岩波書店(2015年)1,994円など。
※必ずしも購入する必要はありません。

講座番号
1104

モラエスの「徳島」

●日時

・火 10:30 ~ 12:00

【概要】 グローバルという言葉の根底には越境ということがあります。あらゆるものが国境を超えて複雑な問題を生み出している現代、ひとつの価値観に囚われることはもはや許されません。モラエスは、16年間徳島で暮らしながらその当時の日本と徳島を書き残しています。越境者であったモラエスという人を取り上げて、グローバリズムと異邦人ということを念頭におき、現代の日本の姿を眺めてみましょう。

【達成目標】 ①モラエスという人を知る。②著作の世界を知る。③異邦人のまなざしを知る。④グローバル時代のモラエスを考える。

●スケジュール

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| ① 10/6 イントロダクション | ⑥ 11/17 モラエスの「徳島」：『徳島の盆踊り』(3) |
| ② 10/13 異邦人ということ | ⑦ 11/24 モラエスの「徳島」：『日本精神』(1) |
| ③ 10/20 モラエスの生涯：その時代と同時代人 | ⑧ 12/1 モラエスの「徳島」：『日本精神』(2) |
| ④ 10/27 モラエスの「徳島」：『徳島の盆踊り』(1) | ⑨ 12/8 モラエスの「徳島」：『日本精神』(3) |
| ⑤ 11/10 モラエスの「徳島」：『徳島の盆踊り』(2) | ⑩ 12/15 まとめ |

備考

講義形式ではありませんが、自由にお話をしながら、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けましたら幸いです。

(キーワード/モラエス・異邦人・グローバル時代)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名程度

対象者 一般市民

担当講師

宮崎 隆義(徳島大学大学院
ソシオ・アーツ・アンド・サイエ
ンス研究部)

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)。初回までに
各自ご購入ください。徳島県
立文学書道館、紀伊国屋書店
徳島店、小山助学館本店で取
り扱いがあります。
「日本精神」(徳島日本ポルト
ガル協会刊、500円、税込)。
初回講座時に直接販売しま
す。

講座番号
1105

内村鑑三を読み解く

●日時

・土 10:00 ~ 11:30

【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日本社会とのかかわり、彼の思想の発展および彼の著作を学習し、検討する。

【達成目標】 ①内村鑑三の著作を読む。②内村鑑三の思想を知る。③内村鑑三が思索し、提案したものが今日に生きるわれわれにとって、どう関わってくるかを考える。

●スケジュール

- | | |
|--|---------------------------------|
| ① 10/3 オリエンテーション | ⑥ 11/14 内村の著作を読む。
『デンマルク国の話』 |
| ② 10/10 内村の著作を読む。
『余はいかにしてキリスト信徒となりしか』(1) | ⑦ 11/21 内村鑑三不敬事件 |
| ③ 10/17 内村の著作を読む。
『余はいかにしてキリスト信徒となりしか』(2) | ⑧ 11/28 内村の著作を読む。
『代表的日本人』 |
| ④ 10/24 内村の無教会主義とは | ⑨ 12/5 絶対的非戦論 |
| ⑤ 11/7 日本的キリスト教と西洋のキリスト教 | ⑩ 12/12 内村の聖書研究の方法 |

備考

(キーワード/内村鑑三の著作に親しむ)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者
一般市民、大学生、高校生

担当講師

三浦 博(徳島県立総合看護
学校講師)

講座の方法

講義、討議、研究発表

[テキスト] 必要に応じて参
考文献を講座中に紹介する。
希望者のみ購入。

講座番号
1106

動く人々の日本史 —史料から探る古代・中世—

●日時

・月 10:30 ~ 12:00

【概要】日本の古代・中世史には、様々な“動く人々”が登場します。彼らが動く理由は様々でしたが、その“動き”がどんなものか、“動き”そのものを明らかにするとともに、その背景にあったであろう時代の特質を探るべく、古代・中世の史料を読んでみましょう。

【達成目標】①日本の歴史について関心をもつ。②史料に親しむ。③歴史叙述に対して批判的な目を持つようになる。

●スケジュール

- | | |
|---------|-----------------------|
| ① 10/5 | はやく動く—移動を強いられた人々— |
| ② 10/19 | 信仰で動く—教えを求めた人々— |
| ③ 10/26 | 仕事で動く—慣れない地に赴く人々— |
| ④ 11/2 | モノが動く—移動で利をむさぼる人々— |
| ⑤ 11/16 | 場所が動く—この場所がいいと言い張る人々— |

備考

(キーワード/日本史・中世・史料)

受講料 5,500円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

衣川 仁(徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法 講義

[テキスト]こちらで準備したプリント等を使います。

講座番号
1107

源平動乱期の女性歌人 —式子内親王と建礼門院右京大夫—

●日時

・金 10:30 ~ 12:00

【概要】この講座では、ここ二年間平安時代の女性歌人の和歌と生き様をみてきました。引き続き今年は、源平動乱期の代表的な女性歌人を二人取り上げます。源平の激突、平家の都落ちから滅亡へと進む中、特異な個性を發揮した女性歌人がいました。後白河天皇の皇女にして以仁王・高倉天皇のきょうだいとして生まれた式子内親王、それに、平清盛の娘で高倉天皇の中宮であった建礼門院徳子に仕え、都落ちした平資盛と恋愛関係にあった建礼門院右京大夫です。この二人の人生と和歌をみていきます。

【達成目標】①古典和歌を読み解く。②時代背景から古典和歌を読む。③歌人の人生から古典和歌を考える。

●スケジュール

- | | | | |
|---------|----------------|---------|-------------------|
| ① 11/6 | 式子内親王の生涯(1) | ⑥ 12/11 | 建礼門院右京大夫の生涯(1) |
| ② 11/13 | 式子内親王の生涯(2) | ⑦ 12/18 | 建礼門院右京大夫の生涯(2) |
| ③ 11/20 | 『式子内親王集』を読む(1) | ⑧ 1/8 | 『建礼門院右京大夫集』を読む(1) |
| ④ 11/27 | 『式子内親王集』を読む(2) | ⑨ 1/22 | 『建礼門院右京大夫集』を読む(2) |
| ⑤ 12/4 | 『式子内親王集』を読む(3) | ⑩ 1/29 | 『建礼門院右京大夫集』を読む(3) |

備考

参考文献・コレクション日本歌人選『式子内親王』(笠間書院)、日本の作家『建礼門院右京大夫』(新典社)

(キーワード/和歌・女流歌人・平安~鎌倉時代史)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

堤 和博(徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法 講義

[テキスト]プリントを配布します。

講座番号
1108

博物館の教育活動を学ぶ

●日時

・木 13:00 ~ 14:30

【概要】博物館というと、著名な画家の絵画や国宝の仏像などの展覧会を見に行く場所だと思いませんか。実は、博物館は教育のための施設(社会教育施設)なのです。博物館では、展示はもちろんですが、様々な教育活動が展開されています。本講座では、博物館における先進的な教育実践活動の事例も参考にしながら、博物館における教育普及活動の基本を学びます。

【達成目標】①博物館教育に関する基本的な知識・技術が理解できる。②博物館における教育活動の現状が理解できる。③博物館を教育的に活用できる能力を身に付けることができる。

●スケジュール

① 10/15 オリエンテーション・教育の本質と目的

② 10/22 生涯学習と博物館

③ 10/29 博物館における教育活動の意義と理念

④ 11/5 博物館における教育活動I(教育目標・計画の立案、指導者、対象者等)

⑤ 11/26 博物館における教育活動II(教育活動の内容・方法等)

⑥ 12/3 博物館の教育プログラムの実践(人文系・自然科学系)

⑦ 12/17 まとめ(博物館教育の課題と新たな可能性)

備考

希望者がある場合は、フィールドワークを実施することがあります。その際、参加費・旅費等が別途必要となります。

(キーワード/博物館教育・生涯学習・社会教育・学校教育)

受講料 8,000円

保険 レク保険 必要
800円(p8参照)

テキスト あり

定員 15名

対象者

博物館に関心のある一般市民

担当講師

馬場 祐次朗(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法

講義、ワークショップ

[テキスト] 博物館学II 博物館展示論*博物館教育論 [学文社] (2,300円+税)を使用します。
[保険] フィールドワークに参加される場合は、受講料とは別にレクリエーション保険(年間800円)に加入いただけます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払ください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
1109

生涯学習ボランティア入門

●日時

・水 14:45 ~ 16:15

【概要】ボランティアというと、最近では災害ボランティアをはじめ、活動の領域はますます広がっています。「生涯学習ボランティア」は、一般的には図書館での読み聞かせやお話会の開催、博物館での展示解説、子どもたちに対する体験活動の指導など、生涯学習を支援する領域の活動と捉えられていますが、ボランティア自身の学習という視点が極めて大切です。この講座では、ボランティア活動と生涯学習の緊密な関係を押さえながら、生涯学習ボランティアの新たな方向性を考えていきたいと思います。

【達成目標】①ボランティア活動と生涯学習の関係の基本的な事柄が理解できる。②我が国における生涯学習ボランティアの現状の概要が理解できる。③ボランティア活動の新たな可能性を考えることができる。

●スケジュール

① 10/14 オリエンテーション・そもそもボランティア活動って

② 10/21 ボランティア活動と生涯学習の関係

③ 10/28 生涯学習ボランティアの活動領域(1)
(図書館、博物館、公民館など)

④ 11/4 生涯学習ボランティアの活動領域(2)(まちづくり)

⑤ 11/11 生涯学習ボランティアの活動領域(3)
(学校支援・子育て支援)

⑥ 11/18 生涯学習ボランティアの養成・研修

⑦ 11/25 まとめ(生涯学習ボランティアの課題と新たな可能性)

⑧ 12/5(土) 生涯学習ボランティアの事例研究(1)・(2)

⑨ 12/6(日) 生涯学習ボランティアの事例研究(3)

備考

第8回から第9回は、フィールドワーク(自由参加。但し生涯学習研究院(青少年健全育成)受講生は必修)として12月5日(土)~12月6日(日)に国立大洲青少年交流の家(愛媛県大洲市)において開催される「第8回地域教育実践交流会」に参加します。参加者は参加費・旅費等別途料金が必要です。

(キーワード/生涯学習・ボランティア)

受講料 8,000円

保険 レク保険 必要
800円(p8参照)

テキスト あり

定員 15名

対象者

生涯学習ボランティアに関心のある一般市民

担当講師

馬場 祐次朗(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法

講義、演習、フィールドワーク

[テキスト] テキスト等は適宜資料を配布します。
[保険] フィールドワークに参加される場合は、受講料とは別にレクリエーション保険(年間800円)に加入いただけます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払ください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
1110

実践まちづくり入門

●日時

・月 13:00 ~ 14:30

【概要】実際にまちづくりをしている人たちが集まって、自分たちの悩みや課題を話題提供してもらいながら、議論形式での授業を進めていきたいと考えています。本年度の授業では、まちづくりをソーシャルイノベーション過程ととらえ、自分たちにとってのまちづくりの論理を産み出せたいと思っています。是非、徳島でまちづくり活動をしている方、関心を持っている方、ご参加ください。また、徳島のまちのフィールドワークも行います。

【達成目標】①自己のまちづくりのビジョンを再確認する。②いろいろなまちづくりのやり方を理解する。③自分でまちづくり活動を試みる。④新しいまちづくりの手法を取り入れる。

●スケジュール

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ① 10/5 オリエンテーション 受講生のまちづくり体験紹介 | ⑥ 11/16 事例報告(1)
受講生のまちづくり実践報告I |
| ② 10/19 【フィールドワーク】ひょうたん島クルージング体験 新町川を守る会 | ⑦ 11/30 事例報告(2)
受講生のまちづくり実践報告II |
| ③ 10/26 徳島県が提案する「vs 東京」について考える | ⑧ 12/7 事例報告(3) 中心市街地活性化とは
長浜、高松、熊本 |
| ④ 11/2 徳島の地域構造とまちづくり 新町西地区再開発について考える | ⑨ 12/14 ソーシャルイノベーションとしてのまちづくり |
| ⑤ 11/9 サブカルチャーとまちづくり アニメ、阿波踊り、伝統文化 | ⑩ 12/21 総括討論 まちづくりの論理とは？ |

備考

毎月最終日曜に開催している徳島マルシェのフィールドワークなど、受講生の日程が合うようでしたら、授業時間などを変更して行おうと考えています。また、場合によっては、受講生が実践しているまちづくりの現場へ視察に行くようなことも考えています。具体的な進め方は受講生の希望に添いながら柔軟に考えていきますので、まちづくりに関心のある方は是非!

(キーワード/まちづくり・フィールドワーク・ソーシャルイノベーション・地方創生・中心市街地活性化)

受講料 9,000 円

保険 レク保険 必要
800 円(p8参照)

テキスト あり

定員 20 名

対象者

まちづくりに関心のある人、これからやりたいと思っている人、アイデアのある人、実践している人

担当講師

矢部 拓也(徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法

講義、討議、フィールドワーク

【テキスト】岩崎信彦監修(2006)「地域社会の政策とガバナンス(地域社会学講座3)」東信堂
西山八重子編著(2011)「分断社会と都市ガバナンス」日本経済評論社
小熊英二編著(2014)「平成史[増補新版]」河出書房新社
【保険】受講料とは別にレクレーション保険(年間800円)に加入いただけます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払ください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
2101

わからない放射線を調べてみよう! 一身の回りの放射線から

●日時

・水 10:00 ~ 11:30

【概要】放射線は五感で感じる事ができないためわかりません。このわからない放射線について、身の回りにある放射線を測ったり観察したりして実際に目でみて確かめて放射線や身の回りの放射線について理解を深めることを目的とした講座です。

【達成目標】①放射線や身の回りの放射線について知る。②身の回りの放射線を測る。③身の回りの放射線を観察する。

●スケジュール

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| ① 10/7 オリエンテーション | ⑥ 11/11 放射線によるプラスチックの改質を見る。 |
| ② 10/14 いろんな場所の空間線量率を測る。 | ⑦ 11/18 カリウムから放射線? |
| ③ 10/21 霧箱で放射線の飛跡を観察する。 | ⑧ 11/25 放射線の性質を調べる。 |
| ④ 10/28 空気中の放射性物質を集めて測る。 | ⑨ 12/2 放射線の種類を調べる。 |
| ⑤ 11/4 プラスチックで放射線の飛跡が見える。 | ⑩ 12/9 放射線についてわかったことの発表 |

備考

実際の測定や観察により放射線を知ろうと思います。

(キーワード/放射線・身の回りの放射線・測定・観察)

受講料 9,000 円

保険 なし

テキスト あり

定員 20 名

対象者 一般市民

担当講師

三好 弘一(徳島大学アイントロブ総合センター)

講座の方法

講義、観察、測定、話し合い

【テキスト】田崎晴明 著
「やっかいな放射線と向き合って暮らしていくための基礎知識」朝日出版株式会社(2012年)1,000円(大学生協書籍部で講座初回時に販売します。)

講座番号
3101

Excel で学ぶ徳島の生涯学習

●日時

・水 13:00 ~ 14:30

【概要】 まず、簡単な表作成ができるよう、Excel の基本的な使い方を学びます。その後、インターネットを活用しながら、文部科学省の「平成 23 年度社会教育調査」報告書を使って、全国及び徳島県の生涯学習の現状と課題について、Excel を使いながらマクロ的な視点から考えます。

【達成目標】 ① Excel の基礎的な操作ができる。②我が国における生涯学習の現状の概要が理解できる。③徳島県における生涯学習の体制整備の基礎が理解できる。

●スケジュール

- | | |
|--|--|
| ① 10/7 オリエンテーション・Excel の基礎(1)
(Excel に慣れよう) | ⑦ 11/18 社会教育調査の分析(1)
(公民館、講座数等) |
| ② 10/14 Excel の基礎(2)(表を作って活用しよう) | ⑧ 11/25 社会教育調査の分析(2)
(公民館のボランティア、情報提供等) |
| ③ 10/21 Excel の基礎(3)(グラフの活用) | ⑨ 12/2 社会教育調査の分析(3)
(図書館、博物館等の状況) |
| ④ 10/28 Excel の基礎(4)(関数を作ってみようI) | ⑩ 12/9 まとめ(徳島県の生涯学習の方向性を探る) |
| ⑤ 11/4 Excel の基礎(5)(関数を作ってみようII) | |
| ⑥ 11/11 我が国における生涯学習の現状 | |

備考

(キーワード/生涯学習・社会教育)

受講料 10,000 円

保険 なし

テキスト なし

定員 10 名

対象者

生涯学習に関心のある一般市民

担当講師

馬場 祐次郎、金西 計英(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法 講義、実習

社会連携

キャリアアップ

人間・社会

自然・科学

情報・技術

芸術

講座番号
3102

Word で学ぶ情報発信基礎

●日時

・火 13:00 ~ 14:30

【概要】 文書作成ソフト「Word」の基本操作を修得しながら、状況に合わせて情報をわかりやすくまとめる技術を学びます。また、インターネット上にある写真などのデータの利用を通じて、著作権について考えます。

【達成目標】 ① Word の基本操作(書式設定、ページ設定、表やイラストの挿入など)ができる。②ビジネス・プライベートなど、状況に合わせた文書作成ができる。③インターネット上のデータを適切に利用できる。

●スケジュール

- | | |
|---|---|
| ① 10/6 オリエンテーション、Word の基礎
(起動と終了、文字書式、保存と印刷など) | ⑥ 11/17 文書作成(5)表現力をアップする機能
(図形の作成など) |
| ② 10/13 文書作成(1)箇条書き・インデントなど | ⑦ 11/24 総合演習
(プライベート文書) |
| ③ 10/20 文書作成(2)表作成 | ⑧ 12/1 総合演習
(ビジネス文書) |
| ④ 10/27 文書作成(3)高度な書式設定
(ページ番号など) | |
| ⑤ 11/10 文書作成(4)表現力をアップする機能
(写真やイラストの活用など) | |

備考

作成した文書の保存用に USB メモリをご用意いただくことを推奨します。(500 円程度の安いもので結構です。)

(キーワード/ Word・情報リテラシー・インターネット・著作権)

受講料 10,000 円

保険 なし

テキスト あり

定員 10 名

対象者

パソコンを使ってインターネットで情報検索ができる方

担当講師

高橋 暁子(徳島大学総合教育センター)

講座の方法 実習

[テキスト]「Microsoft Word 2010 基礎」(FOM 出版) 2,000 円+税

語学・国際交流

健康・スポーツ

その他

生涯学習研究院

公開授業

講座番号
3103

デジタル写真の活用(応用)

●日時

●金 18:30 ~ 20:00

【概要】 デジタル写真の活用に興味を持ち作品を作りたい方向けの講座です。本講座は、Photoshop Elements の機能を使用して、本格的な写真の補正や加工を行う技術の習得を目的とします。講座では、加工した写真を様々な用紙に印刷して、ラベルや立体写真、年賀状や名刺などのオリジナル作品を制作します。

【達成目標】 ①写真の補正。②写真の作品への応用。③写真の印刷。

●スケジュール

- | | |
|-------------------|------------------|
| ① 10/2 写真補正の基本 | ⑥ 11/13 名刺の作成と印刷 |
| ② 10/9 高度な影の作成 | |
| ③ 10/16 ラベルの作成と印刷 | |
| ④ 10/23 飛び出す写真の作成 | |
| ⑤ 11/6 年賀状の作成と印刷 | |

備考

使用するソフトウェアは、Windows の基本機能、Photoshop Elements などです。
デジタルカメラの操作や撮影方法の講義は行いませんが、ご持参いただければアドバイスいたします。

(キーワード/デジタルカメラ・デジタル写真・Photoshop Elements)

受講料 7,500 円

保険 なし

テキスト あり

定員 20 名

対象者

一眼レフの RAW 現像に興味を持たれている方、写真の加工(レタッチ)や修整・作品作りに興味を持たれている方

担当講師

石田 富士雄、辻 明典(徳島大学大学院ソシオテクノサイエンス研究部総合技術センター)

講座の方法

講義、パソコンでの実習

[テキスト] テキストや資料は、講座の第 1 回目に配布します(無料)。

講座番号
3104

LED(発光ダイオード)を光らせよう(応用編) —まわりを感じて光る小作品を作る—

●日時

●土 10:00 ~ 11:30

【概要】 この講座の目的は、LED(発光ダイオード)を自在に光らせる実験を通じて、電子工作やマイコン・プログラミングの面白さを体験し、エレクトロニクスや情報技術に興味をもっていただくことにあります。今回は各種センサーと LED を光らせる方法を組み合わせたプログラミング手法を身につけ、クリスマスツリー等に活用できる小作品を完成させます。

【達成目標】 ①各種センサーを使った LED 点灯回路をつくる。② LED 点灯用のマイコン・プログラムを書く。

●スケジュール

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------------|
| ① 10/3 センサーを使って LED を調光する | ⑥ 11/14 まわりの環境を感じて光る作品をつくる(2) |
| ② 10/10 シリアル通信を使ってデータを見る | |
| ③ 10/17 ライブラリーを使ってフルカラー LED の色合いを制御する | |
| ④ 10/24 赤外線リモコンを使ったプログラムを書く | |
| ⑤ 11/7 まわりの環境を感じて光る作品をつくる(1) | |

備考

この講座では開発環境としてノートパソコンを使います。原則として各自で用意してください。環境設定は講座の初回で行います。

(キーワード/LED・マイコン・プログラミング)

受講料 7,000 円

保険 なし

テキスト あり

定員 15 名

対象者

LED とマイコンに興味をもつ方(できれば基礎編を受講された方)

担当講師

川上 博(徳島大学名誉教授)、辻 明典(徳島大学大学院ソシオテクノサイエンス研究部総合技術センター)

講座の方法

講義、LED 点灯回路をつくる、マイコンのプログラムを書く

[テキスト] 講座用に用意したプリントを配布します。
[教材費] 受講料とは別に、実験用ボードと電子回路部品購入費として別途 3,000 円(教材費)を受講料納入の際にお支払いください。銀行振込は選択できません。

講座番号
4101

楽しみながら学ぶ書道Ⅱ(秋)

●日時

・月 10:00 ~ 12:00 (一部木曜日あり)

【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では北魏の力溢れ、重厚な楷書古典作品を学びながら、明快でどっしりした楷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。特に看板や賞状・のし紙などにも、さらに楷書で一行書、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。そして北魏の代表的な楷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】①北魏の時代性と書の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

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ① 10/5 北魏の時代性と書の特徴を学ぶ。ビデオも鑑賞。 | ⑧ 11/26(木) 北魏の「張猛龍碑」を習う。横画について/縦画について |
| ② 10/15(木) 北魏の鄭道昭「鄭文公下碑」を習う。横画について | ⑨ 11/30 北魏の「張猛龍碑」を習う。折れについて |
| ③ 10/19 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 | ／はねについて/払いについて |
| ④ 10/26 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 | ⑩ 12/7 各法帖の書風で楷書で条幅に臨書する。 |
| ⑤ 11/2 北魏の「高貞碑」を習う。横画について | ⑪ 12/14 条幅・半紙・半切・色紙に好みの詩句で創作する。 |
| ⑥ 11/9 北魏の「高貞碑」を習う。はねについて/縦画について | ⑫ 12/21 展示作品の展示、互評会を行う。 |
| ⑦ 11/16 北魏の「高貞碑」を習う。払いについて/折れについて | ⑬ 12/24(木) 展示作品の撤収を行う。 |

備考

道具は各自ご用意ください。

(キーワード/六朝北魏の楷書の習熟)

受講料 13,500円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者

初心者～中級者。初心者歓迎

担当講師

東 國恵[東 南光](徳島大学名誉教授)

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します。
【教材費】材料費約5,000円～10,000円が必要です。講座内で集金します。

講座番号
4102

楽しみながら学ぶ書道Ⅲ(冬)

●日時

・月 10:00 ~ 12:00

【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、基礎的な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】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、ギャラリー新蔵で作品発表を行う。

●スケジュール

- | | |
|---|---|
| ① 1/18 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。くずし方の基本も学び習熟する。 | ⑥ 2/22 同「書譜」の好みの語句を画仙紙に二～三行で書く。 |
| ② 1/25 王羲之の「十七帖」の草書について学び、半紙に書く。 | ⑦ 2/29 「書譜」の好きな語句を扇面・色紙に書く。 |
| ③ 2/1 王羲之の「十七帖」の草書について学び、画仙紙に一行で書く。 | ⑧ 3/7 手漉ぎで色紙・半紙ハガキ等の様々の紙を漉く。 |
| ④ 2/8 王羲之の「十七帖」を画仙紙二行に書く。 | ⑨ 3/14 各自好みの語句や歌を、好みの紙に創作する。創作作品を仕上げる。捺印する。午後からギャラリー新蔵で展示公開、仕上げた作品の互評会。 |
| ⑤ 2/15 唐の孫過庭「書譜」の内容と草書古典について学び、半紙に書く。 | ⑩ 3/18(金) 16時展示物を撤収。 |

備考

道具は各自ご用意ください。

(キーワード/写経・紙漉・漢字創作)

受講料 10,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

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。

担当講師

東 國恵[東 南光](徳島大学名誉教授)

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します。
【教材費】材料費約5,000円～10,000円が必要です。講座内で集金します。

講座番号
4103

版画を楽しむ(秋) シルクスクリーン技法

●日時

・木 14:30 ~ 16:30

【概要】シルクスクリーン技法は数ある版画技法の中でも工法がわかりやすいため人気の高い技法です。この講座では水生インクを使用することで初心者にも親しみやすい工程になっています。仕上げた作品は自分でハウジング(箔貼りを含む)した額に納めて完成させます。1講座完結型です。

【達成目標】①シルクスクリーン技法を理解する。②色の組成が理解できる。

●スケジュール

- | | |
|-------------------------|--------------------------------------|
| ① 10/1 技法の説明、参考作品の鑑賞 | ⑥ 11/26 第3版(トレース、製版、摺り) |
| ② 10/8 お試し実習、イメージ作り | ⑦ 12/3 第4版(トレース、製版、摺り) |
| ③ 10/22 イメージ作り、図版分解 | ⑧ 12/10 第5版(トレース、製版、摺り) |
| ④ 10/29 第1版(トレース、製版、摺り) | ⑨ 12/17 修正、摺り作業(予備)、ハウジング、金銀箔貼り、作品鑑賞 |
| ⑤ 11/12 第2版(トレース、製版、摺り) | |

備考

作業中はインクなどにより衣服が汚れることが予想されますので、エプロンなどをご用意ください。

(キーワード/シルクスクリーン・孔版画)

受講料 10,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者

一般市民、学生 ※経験・未経験を問いません。興味をお持ちの方大歓迎です。

担当講師

石井 健二(徳島大学名誉教授)

講座の方法 実習

[テキスト] 担当講師よりプリントを配布します。

[教材費] 教材等はすべて講座で用意します。開講初日に教材費10,000円を集金させていただきます。

講座番号
4104

版画を楽しむ(冬) シルクスクリーン技法

●日時

・木 14:30 ~ 16:30

【概要】シルクスクリーン技法は数ある版画技法の中でも工法がわかりやすいため人気の高い技法です。この講座では、各自で作成したイメージ画を元に、それぞれの色版ごとに分解していきます。出来上がった作品は、自分でハウジング(箔貼りを含む)した額に納めて完成させます。1講座完結型です。

【達成目標】①シルクスクリーン技法を理解する。②色の組成が理解できる。

●スケジュール

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| ① 1/14 技法の説明、参考作品の鑑賞 | ⑥ 3/3 第3版(トレース、製版、摺り) |
| ② 1/21 お試し実習、イメージ作り | ⑦ 3/10 第4版(トレース、製版、摺り) |
| ③ 1/28 イメージ作り、図版分解 | ⑧ 3/17 第5版(トレース、製版、摺り) |
| ④ 2/4 第1版(トレース、製版、摺り) | ⑨ 3/24 ハウジング、金銀箔貼り、作品鑑賞 |
| ⑤ 2/18 第2版(トレース、製版、摺り) | |

備考

作業中はインクなどにより衣服が汚れることが予想されますので、エプロンなどをご用意ください。

(キーワード/ステンシル・孔版画)

受講料 10,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者

一般市民、学生 ※経験・未経験を問いません。興味をお持ちの方大歓迎です。

担当講師

石井 健二(徳島大学名誉教授)

講座の方法 実習

[テキスト] 担当講師よりプリントを配布します。

[教材費] 教材等はすべて講座で用意します。開講初日に教材費10,000円を集金させていただきます。

講座番号
4105

芸術を愉しむーオペラと歌舞伎

●日時

●金 14:00 ~ 15:30

【概要】オペラと歌舞伎の舞台に見られる人間の持つ豊かな表現力の素晴らしさに着目し、作品を鑑賞して、それを体感します。オペラではワーグナーのロマン派歌劇『タンホイザー』を、歌舞伎では、歌舞伎十八番から特に親しまれている3演目の楽しみ方を解説・鑑賞していきます。いずれも代表的な名作で、ひとときその名作の世界を愉しみたいと思います。

【達成目標】①人間の持つ素晴らしい表現力(オペラと歌舞伎の手法)を知る。②作品を通して舞台芸術に親しむ。③舞台芸術の楽しみ方を身に付ける。④名作の持っている力を味わう。

●スケジュール

① 10/9 ワーグナーとロマン派歌劇
『タンホイザー』第一幕(序曲と前半冒頭部分)⑤ 11/20 歌舞伎十八番の内
「鳴神」② 10/16 ワーグナーのロマン派歌劇
『タンホイザー』第一幕(後半部分)⑥ 11/27 歌舞伎十八番の内
「助六」(その1)③ 10/23 ワーグナーのロマン派歌劇
『タンホイザー』第二幕⑦ 12/4 歌舞伎十八番の内
「助六」(その2)④ 11/6 ワーグナーのロマン派歌劇
『タンホイザー』第三幕⑧ 12/11 歌舞伎十八番の内
「勧進帳」

備考

(キーワード/オペラ・ワーグナー・タンホイザー・歌舞伎・歌舞伎十八番の中から「鳴神」「助六」「勧進帳」という有名3演目)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 25名

対象者 一般市民

担当講師

石川 榮作(徳島大学大学院
ソシオ・アーツ・アンド・サイエ
ンス研究部)、河野 稔治
(NPO法人とくしま傾く会)

講座の方法 講義、討議

[テキスト] 必要に応じて、講
師よりプリントを配布します。講座番号
4106

写真講座(初級) 初歩からの撮影

●日時

●土 10:30 ~ 12:00

【概要】いつも使用しているデジタルカメラで、ちょっとだけ上手く撮れたら。もっといろんなものが撮れるようになったら。カメラ撮影で困っていることを解決。

【達成目標】①デジタルカメラを上手く使えるようになる。②写真についての理解を深める。③PCでのデジタルカメラ画像の処理方法などを覚える。④修了展に出品できる写真をつくる。

●スケジュール

① 10/3 教室

⑥ 12/19 教室

② 10/24 撮影会(場所未定)

⑦ 1/9 撮影会(場所未定)

③ 11/7 教室

⑧ 2/6 教室

④ 11/28 撮影会(場所未定・紅葉)

⑨ 2/27 撮影会(場所未定)

⑤ 12/5 教室

⑩ 3/19 教室

備考

撮影会は初級/中級共通です。現地集合・解散になります。平成28年4月1日(金)~4月3日(日) 修了写真展を阿波銀プラザにて開催します。

一人1~2点程度出品します。(諸経費有料)

日程は講師の活動など、諸般の事情で変更することがあります。変更はその都度連絡します。

日程変更により出席いただけなかった場合も、返金・補講はいたしません。

(キーワード/デジタルカメラ・写真講座)

受講料 9,000円

保険 レク保険 必要
800円(p8参照)

テキスト なし

定員 30名

対象者

一般市民、初級者

担当講師

上野 照文(公益社団法人日
本写真家協会、徳島県美術
家協会写真部長)

講座の方法

教室での講義、屋外での撮
影[保険] 受講料とは別にレク
リエーション保険(年間800
円)に加入いただけます。受
講料と同時に銀行振込以外で
お支払ください。(平成27年
春夏期に加入済の場合は不
要)

講座番号
4107

写真講座(中級) 街歩きを楽しむ

●日時

・月 18:30 ~ 20:00

【概要】 普段見慣れた街の風景をスナップして歩きます。教室ではそれぞれの写真作品を互選会します。

【達成目標】 ①カメラ、パソコンを上手く使いこなせる。 ②自分の感じた風景を写真で表現できる。 ③修了展作品をつくる。

●スケジュール

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| ① 10/5 教室 | ⑨ 1/9(土) 撮影会(場所未定) |
| ② 10/19 教室 | ⑩ 1/18 教室 |
| ③ 10/24(土) 撮影会(場所未定) | ⑪ 2/8 教室・互選会 |
| ④ 11/2 教室・互選会 | ⑫ 2/22 教室 |
| ⑤ 11/9 教室 | ⑬ 2/27(土) 撮影会(場所未定) |
| ⑥ 11/28(土) 撮影会(場所未定・紅葉) | ⑭ 3/7 教室・互選会 |
| ⑦ 12/7 教室 | ⑮ 3/14 教室 |
| ⑧ 12/14 教室・互選会 | |

備考

撮影会は初級クラスと、共通で土曜日に行います。現地集合・解散。

平成28年4月1日(金)~3日(日)に修了展を阿波銀プラザで開催。一人1~2点程度出品します。(諸経費有料)

日程は講師の活動など、諸般の事情で変更することがあります。変更はその都度連絡します。

日程変更により出席いただけなかった場合も、返金・補講はいたしません。

(キーワード/カルチャー教室・デジタルカメラ・街歩きスナップ)

受講料 13,500円

保険 レク保険 必要
800円(p8参照)

テキスト なし

定員 20名

対象者
一般市民、中級者担当講師
上野 昭文(公益社団法人日本写真家協会、徳島県美術家協会写真部長)講座の方法
教室での講義、互選会、撮影会

【保険】 受講料とは別にレクリエーション保険(年間800円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払ください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
4108

たのしい女声コーラスⅡ

●日時

・水 10:30 ~ 12:30

【概要】 「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。毎年6月に開かれる「おかあさんコーラス大会」(あわぎんホール)、「カンタート県合唱祭」(あわぎんホール)に出演して日頃の練習の成果を発表する予定です。このほか、10月の「県音楽協会コンサート」、2月の「アンサンブルコンテスト」等に出演も検討中です。合唱の好きな方、ステージで歌ってみたい方、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て音楽全般の知識と状況を知る。

●スケジュール

- | | | | |
|--------|--------------------------------|---------|---------|
| ① 10/7 | ② 10/14 | ③ 10/21 | ④ 10/28 |
| ⑤ 11/4 | ⑥ 11/11 | ⑦ 11/18 | ⑧ 11/25 |
| ⑨ 12/2 | ⑩ 12/9 | ⑪ 12/16 | ⑫ 1/6 |
| ⑬ 1/13 | ⑭ 1/20 | ⑮ 1/27 | ⑯ 2/3 |
| ⑰ 2/10 | ⑱ 2/13(土) アンサンブルコンテスト(あわぎんホール) | ⑲ 2/17 | ⑳ 3/2 |
| ㉑ 3/9 | ㉒ 3/16 | ㉓ 3/23 | |

■下記の曲を順不同で繰り返し練習して、次期の講座につなげていきます。

- ◆木下牧子の作品から ◆新実徳英の作品から
- ◆三善晃の作品から ◆信長貴富の作品から
- ◆諸外国の合唱曲から ◆その他邦人作品から
- ◆愛唱歌

備考

練習曲は上記掲載の曲目以外に随時追加します。

(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)

受講料 25,500円

保険 なし

テキスト あり

定員 80名

対象者 一般市民

担当講師
吉森 章夫(徳島大学名誉教授)、大井 美弥子(ピアノ)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。

講座番号
4109

たのしい男声コーラスⅡ

●日時

・木 19:00 ~ 21:00

【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。毎年2月に「アンサンブルコンテスト」、6月に「カンターと県合唱祭」(あわぎんホール)に出演して日頃の練習の成果を発表する予定です。このほか、10月の「県音楽協会コンサート」(あわぎんホール)等にも出演予定です。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て音楽全般の知識と状況を知る。

●スケジュール

① 10/1 ② 10/8 ③ 10/15 ④ 10/22

⑤ 10/29 ⑥ 11/5 ⑦ 11/12 ⑧ 11/19

⑨ 11/26 ⑩ 12/3 ⑪ 12/10 ⑫ 12/17

⑬ 1/7 ⑭ 1/14 ⑮ 1/21 ⑯ 1/28 ⑰ 2/4

⑱ 2/13(土) アンサンブルコンテスト(あわぎんホール)

⑲ 2/18 ⑳ 3/3 ㉑ 3/10 ㉒ 3/17 ㉓ 3/24

■下記の曲を順不同で繰り返し練習して、次期の講座につなげていきます。

◆グリークラブ アルバム1 から ◆グリークラブ アルバム2 から

◆グリークラブ アルバム3 から ◆多田武彦作品集から

◆諸外国の合唱曲 ◆その他邦人作品 ◆愛唱歌

備考

練習曲は上記掲載の曲目以外に随時追加します。

(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)

受講料 25,500円

保険 なし

テキスト あり

定員 80名

対象者 一般市民

担当講師

吉森 章夫(徳島大学名誉教授)、大井 美弥子(ピアノ)

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。

講座番号
4110

ミュージカルアニメ映画から学ぶ英語表現と音楽

●日時

・木 17:30 ~ 19:30

【概要】この講座では、子ども向けのミュージカルアニメ映画(ディズニー映画“FROZEN”)を取り上げ、作品の中から、軽快で楽しく美しい音楽や、登場人物の会話などの印象的な場面を抜き出しながら、聴き取りテストを通じてよく使われる基礎的な表現を学びます。最終的には、本作品のテーマや教訓についても考えていきます。

【達成目標】①映画に出てくる様々な場面の中から、よく使われる日常表現を覚える。②様々な場面に出てくる挿入歌を英語で覚える。③作品のテーマや教訓について考える。

●スケジュール

① 1/14 “Do you want to build a snow man?”
“For the first time in forever” ほか

② 1/21 “Love is an open door” “Let it go” ほか

③ 1/28 “For the first time in forever
(Reprise)” ほか

備考

・1回につき2時間の講座となります。

・作品中の英会話は米国英語の日常会話レベル(英検準2級~2級程度)、スピードとなります。そのため、表現自体は(一部を除き)さほど難しくありませんが、普段から日常会話を聞き慣れていない方には少し速く感じられるかもしれません。不安のある方は、遠慮なく講師まで事前にご相談ください。

・基礎的な熟語や表現を学ぶ初級者向けの講座ですので上級者はご遠慮ください。

・講師の都合により、授業日程は変更の可能性があります。

(キーワード/音楽・英語・聴き取りテスト)

受講料 4,000円

保険 なし

テキスト なし

定員 10名

対象者

基礎的な英語表現や音楽を学びたい方

担当講師

鈴木 尚子(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法

聴き取りテストを含む演習等

講座番号
5101

Remarkable Accounts 2

●日時

・月 18:30 ~ 20:00

【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】 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

① 10/5 Course Introduction

② 10/19 A Knife Divides Them

③ 10/26 Finally, An Integrated Georgia Prom

④ 11/2 Shop Till Eggs, Diapers And Toothpaste Drop

⑤ 11/9 Another Day, Another 89 Miles To School

⑥ 11/16 Who Would Kill A Tree?

⑦ 11/30 To Be Advised

⑧ 12/7 To Be Advised

⑨ 12/14 To Be Advised

⑩ 12/21 To Be Advised

備考

(キーワード / English・Reading・Translation・Discussion)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者

Adults who are confident in their English communication ability

担当講師

Don Sturge (徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法

Reading・Translation・Discussion

[テキスト] Handouts will be provided by the instructor

講座番号
5102

In Translation 2

●日時

・金 10:30 ~ 12:00

【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】 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

① 10/2 Course Introduction

② 10/9 Translation/Discussion

③ 10/16 Translation/Discussion

④ 10/23 Translation/Discussion

⑤ 11/6 Translation/Discussion

⑥ 11/13 Translation/Discussion

⑦ 11/20 Translation/Discussion

⑧ 11/27 Translation/Discussion

⑨ 12/4 Translation/Discussion

⑩ 12/11 Translation/Discussion

備考

(キーワード / English・Reading・Translation・Discussion)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者

Adults who are confident in their English communication ability

担当講師

Don Sturge (徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法

Reading・Translation・Discussion

[テキスト] Handouts will be provided by the instructor

講座番号
5103

Mac's Chat Room 2 : Environment Disaster Chat

●日時

・火 10:00 ~ 11:30

【概要】 During this ten week course of Mac's Chat Room we will cover topics related to the negative impact that humans have on the environment of our planet. As the future Earth looks to be bleak due to human behavior, it is necessary to be aware of what we have done and what we can do to help repair and recover our planet.

【達成目標】 ① To develop spoken English. ② To stimulate learning by yourself and for yourself. ③ To foster self confidence in spoken English. ④ To enjoy!

●スケジュール

- | | |
|--------------------------------|---|
| ① 10/6 Introduction. | ⑥ 11/17 Air quality. |
| ② 10/13 The greenhouse effect. | ⑦ 11/24 Fresh water. |
| ③ 10/20 Crazy weather. | ⑧ 12/1 The ozone hole. |
| ④ 10/27 Garbage. | ⑨ 12/8 Dirty soil. |
| ⑤ 11/10 Melting ice. | ⑩ 12/15 Is it too late? What can be done? |

備考

Students are asked to prepare something related to the week's theme.

(キーワード / Enjoy · Disaster · English · Communication · Chat · Environment · Opinion · Listening · Relax)

受講料 9,000 円

保険 なし

テキスト なし

定員 30 名

対象者

Adults who are confident in their English communication ability

担当講師

Angus A.McDonald(徳島大学工学部非常勤講師)

講座の方法

Listening exercise from instructor followed by group discussion.

講座番号
5104

Mac's Chat Room 3 : Current News Chat

●日時

・火 10:00 ~ 11:30

【概要】 During this ten week course of Mac's Chat Room will look at current news topics. Both domestic and international news topics will be discussed. Topics selected by the instructor and topics selected by students will be explored.

【達成目標】 ① To develop spoken English. ② To stimulate learning by yourself and for yourself. ③ To foster self confidence in spoken English. ④ To enjoy!

●スケジュール

- | | |
|--|--|
| ① 1/12 Introduction. Some big news stories from 2015 | ⑥ 2/16 Topics related to current news. |
| ② 1/19 Topics related to current news. | ⑦ 2/23 Topics related to current news. |
| ③ 1/26 Topics related to current news. | ⑧ 3/1 Topics related to current news. |
| ④ 2/2 Topics related to current news. | ⑨ 3/8 Topics related to current news. |
| ⑤ 2/9 Topics related to current news. | ⑩ 3/15 Topics related to current news. |

備考

Students are asked to prepare something related to the week's theme.

(キーワード / Enjoy · Disaster · English · Communication · Chat · Environment · Opinion · Listening · Relax)

受講料 9,000 円

保険 なし

テキスト なし

定員 30 名

対象者

Adults who are confident in their English communication ability

担当講師

Angus A.McDonald(徳島大学工学部非常勤講師)

講座の方法

Listening exercise from instructor followed by group discussion.

社会連携

キャリアアップ

人間・社会

自然・科学

情報・技術

芸術

語学・国際交流

健康・スポーツ

その他

生涯学習研究院

公開授業

講座番号
5105

Introductory English Conversation (英会話入門) 秋

●日時

●金 13:00 ~ 14:30

【概要】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。受講資格はアルファベットの読み書きが出来ることです。

【達成目標】①楽しく英語を学ぶ。②前に習った英語を思い出す。

●スケジュール

① 10/9 Getting to know the class
(自己紹介の英語①)

② 10/16 To Be Announced

③ 10/23 Where did you do last week?
(先週の出来事)

④ 11/6 To Be Announced

⑤ 11/13 Tell me about your friends
(自分の友人について)

⑥ 11/20 To Be Announced

⑦ 11/27 How often do you...?
(頻度)⑧ 12/4 Why?
(理由を述べる)⑨ 12/11 Don't?
(否定表現)⑩ 12/18 I should have..
(後悔の表現)

備考

(キーワード/基礎英会話・やり直しの英語・海外旅行の英語)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者 初級者

担当講師

Wade Lewis
(Summit 英会話)

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。

講座番号
5106

Introductory English Conversation (英会話入門) 冬

●日時

●金 13:00 ~ 14:30

【概要】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。受講資格はアルファベットの読み書きが出来ることです。

【達成目標】①楽しく英語を学ぶ。②前に習った英語を思い出す。

●スケジュール

① 1/8 自己紹介
(名前、年齢、出身、趣味、特技など)現在

② 1/22 To Be Announced

③ 1/29 人に頼む表現
(Will you, could you...? など)

④ 2/5 To Be Announced

⑤ 2/12 道を尋ねる・聞く
(目的地への道順を聞く・説明する)

⑥ 2/19 To Be Announced

⑦ 2/26 許しをもらうための表現
(~してもいいですか?の英語表現)

⑧ 3/4 To Be Announced

⑨ 3/18 ほめる英語表現

備考

(キーワード/基礎英会話・やり直しの英語・海外旅行の英語)

受講料 8,500円

保険 なし

テキスト あり

定員 20名

対象者 初級者

担当講師

Wade Lewis
(Summit 英会話)

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。

講座番号
5107

英語で聖書を読もう

●日時

・金 18:00 ~ 19:30

【概要】 西欧の古典として世界中で広く読まれている聖書を、今日の世界で最もよく使われている言語・英語で読むというのがこの講座である。聖書はまた、ユダヤ教およびキリスト教の教典としても使われている。

【達成目標】 ①聖書の中に書かれている簡単なフレーズ(慣用句)を暗唱できるようになる。②辞典を使って英訳聖書の意味がとれるようになる。

●スケジュール

① 10/2 神による天地創造の話
(Genesis) (三浦)

② 10/9 アブラハムの召命
(The call of Abram) (三浦)

③ 10/16 ヨセフの話(The life of Joseph) (三浦)

④ 10/23 モーセの十戒(Exodus) (三浦)

⑤ 11/6 ヨブが受けた苦難の話(Job) (三浦)

⑥ 11/20 イエスの誕生(川野)

⑦ 11/27 山上の垂訓
(The sermon on the mount)(1)(川野)

⑧ 12/4 山上の垂訓
(The sermon on the mount)(2)(川野)

⑨ 12/18 イエスによるたとえ話
(The Parables of Jesus)(1)(川野)

⑩ 12/25 イエスによるたとえ話
(The Parables of Jesus)(2)(川野)

受講料 9,000 円

保険 なし

テキスト あり

定員 30 名

対象者

一般市民、大学生、高校生

担当講師

川野 卓二(徳島大学総合教育センター)、三浦 博(徳島県立総合看護学校講師)

講座の方法 講義

[テキスト] プリントを配布。

備考

(キーワード/聖書の英語)

講座番号
5108

ポルトガル語を楽しもう ~ VAMOS FALAR PORTUGUES ~

●日時

・火 18:30 ~ 20:00

【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、ポルトガルの音楽や文化にふれたり、1人1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】 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

① 10/6 あいさつ・自己紹介

② 10/13 あいさつなど(感謝の言葉)

③ 10/20 ごめんなさい(お詫びの言葉)

④ 10/27 ~しなればなりません(義務・必要)

⑤ 11/10 友人との会話

⑥ 11/17 旅行での会話

⑦ 11/24 手紙やカードの書き方

⑧ 12/1 日常生活でよく使う単語

⑨ 12/8 フリートーク

⑩ 12/15 まとめ

受講料 9,000 円

保険 なし

テキスト なし

定員 15 名

対象者

一般市民

担当講師

松尾 ドゥルシー(ポルトガル語通訳)

講座の方法

講義、フリートーク、ビデオ鑑賞、音楽鑑賞、実技

備考

書くもの(ノート・筆記用具)を持ってきてください。

(キーワード/ポルトガル語・文化・音楽・会話)

社会連携

キャリアアップ

人間・社会

自然・科学

情報・技術

芸術

語学・国際交流

健康・スポーツ

その他

生涯学習研究院

公開授業

講座番号
5109

中国語(初級)《佳縁漢語》(秋)

●日時

・水 18:30 ~ 20:00

【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つ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】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級程度の語学が身につくでしょう。

●スケジュール

① 10/7 声調、単母音と複母音

② 10/14 鼻母音、子音、《咏鵝》唐詩一首

③ 10/21 発音規則、ドリル1

④ 10/28 “是”構文、“不”=否定の表現、ドリル2

⑤ 11/4 動詞述語文、“有”=所有を表す《涼州詞》唐詩一首

⑥ 11/11 这双袜子多少钱? ドリル3

⑦ 11/18 你写完作业了吗? ドリル4

⑧ 11/25 你家离学校有多远? ドリル5

⑨ 12/2 能不能看懂中文电影? ドリル6

⑩ 12/9 怎么见不到你? ドリル7

備考

(キーワード/中国語との良縁)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

張偉(四国大学非常勤講師・通訳)

講座の方法

講義、会話演技

[テキスト]「《佳縁漢語》丁雷」(朝日出版社2015年1月15日発行、2,300円+税) テキストは講座初回時に販売予定です。

講座番号
5110

中国語(初級)《佳縁漢語》(冬)

●日時

・水 18:30 ~ 20:00

【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つ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】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級程度の語学が身につくでしょう。

●スケジュール

① 1/6 声調の組み合わせなど

② 1/13 発音練習、ミニ会話。《登幽州台歌》唐詩一首

③ 1/20 発音規則《明日歌》

④ 1/27 “吗”=疑問を表す語気助詞 ドリル1

⑤ 2/3 这件刺绣多漂亮啊! ドリル2

⑥ 2/10 你二胡拉得真好啊! ドリル3

⑦ 2/17 车刚刚被張小雪开走 ドリル4

⑧ 3/2 让别人帮你交作文 ドリル5

⑨ 3/9 送行 ドリル6

⑩ 3/16 楽しい発表会

備考

(キーワード/中国語との良縁)

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 30名

対象者 一般市民

担当講師

張偉(四国大学非常勤講師・通訳)

講座の方法

講義、会話演技

[テキスト]「《佳縁漢語》丁雷」(朝日出版社2015年1月15日発行、2,300円+税) テキストは講座初回時に販売予定です。

講座番号 5111 **中国語(中級)《中国文化》(秋)**

●日時

・月 13:30 ~ 15:00

【概要】 本講座は中国語学習歴のある方向けの講義です。中国の神話、歴史遺産、伝統、食文化などを通じて、中国語の学習を深め、中国語を学ぶ喜びを満喫できる内容です。中検 2 級レベル以上を目指す学習者の聴解力・読解力を養います。

【達成目標】 ①中国の文化を楽しむ。②中国語教養を高める。③中国語の基本文法を身につける。④中国語検定試験の 3 級、2 級程度の語学力が身につくでしょう。

●スケジュール

- | | |
|-------------------|-------------------|
| ① 10/5 孟姜女哭長城(上) | ⑥ 11/16 秦始皇兵馬俑(下) |
| ② 10/19 孟姜女哭長城(下) | ⑦ 11/30 敦煌莫高窟(上) |
| ③ 10/26 北京故宮(上) | ⑧ 12/7 敦煌莫高窟(下) |
| ④ 11/2 北京故宮(下) | ⑨ 12/14 布达拉宮(上) |
| ⑤ 11/9 秦始皇兵馬俑(上) | ⑩ 12/21 布达拉宮(下) |

備考

(キーワード/聴解・読解・朗読・中国文化 15 話)

受講料 9,000 円
保険 なし
テキスト あり
定員 20 名
対象者 一般市民

担当講師

張偉(四国大学非常勤講師・通訳)

講座の方法

講義、音読の練習

[テキスト]「中国文化」15 話
／顧莉編著・上野恵司監修
(白帝社 2015 年度) 2,500 円
+ 税。テキストは講座初回時に販売予定です。

講座番号 5112 **中国語(中級)《中国文化》(冬)**

●日時

・月 13:30 ~ 15:00

【概要】 本講座は中国語学習歴のある方向けの講義です。中国の神話、歴史遺産、伝統、食文化などを通じて中国語の学習を深め、中国語を学ぶ喜びを満喫できる内容です。中検 2 級レベル以上を目指す学習者の聴解力・読解力を養います。

【達成目標】 ①中国の文化を楽しむ。②中国語教養を高める。③中国語の基本文法を身につける。④中国語検定試験の 3 級、2 級程度の語学力が身につくでしょう。

●スケジュール

- | | |
|---------------|---------------|
| ① 1/18 “年”(上) | ⑥ 2/22 端午节(下) |
| ② 1/25 “年”(下) | ⑦ 2/29 普洱茶(上) |
| ③ 2/1 清明节(上) | ⑧ 3/7 普洱茶(下) |
| ④ 2/8 清明节(下) | ⑨ 3/14 女儿红 |
| ⑤ 2/15 端午节(上) | |

備考

(キーワード/聴解・読解・朗読・中国文化 15 話)

受講料 8,500 円
保険 なし
テキスト あり
定員 20 名
対象者 一般市民

担当講師

張偉(四国大学非常勤講師・通訳)

講座の方法

講義、音読の練習

[テキスト]「中国文化」15 話
／顧莉編著・上野恵司監修
(白帝社 2015 年度) 2,500 円
+ 税。テキストは講座初回時に販売予定です。

講座番号
6101

いつまでも お口で食べて 健やかに！

●日時

・火 15:00～16:30

【概要】“いつまでも自分の口で食べることができて健康でいたい”、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、口の働きがまた体の健康に影響を及ぼします。本講座では、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、口の健康を通して体の健康を守るにはどうすればよいかを考えます。

【達成目標】①歯周病とその予防法について理解します。②生活習慣病、とくに糖尿病と口の健康との関係を理解します。③喫煙などの生活習慣が歯や口の健康に及ぼす弊害を理解します。④咀嚼が健康に及ぼす影響を理解し、食行動の見直しを実践します。⑤口の働きと嚥下の関係を理解し、誤嚥を防ぐにはどうすればいいのか考えます。

●スケジュール

① 11/10 歯周病とその予防法(伊藤：予防歯学)

② 11/17 喫煙などの生活習慣と歯・口の健康
(日野出：口腔保健衛生学)③ 11/24 糖尿病などの生活習慣病と口の健康
(永田：歯周歯内治療学)

④ 12/1 食行動の見直しを実践する

(田島：口腔インプラントセンター)

⑤ 12/8 口の働きと嚥下

(松山：口腔機能管理学)

備考

(キーワード) 歯周病・生活習慣・口の健康・食行動・体の健康

受講料 無料

保険 なし

テキスト あり

定員 45名

対象者 一般市民

担当講師

伊藤 博夫、永田 俊彦、日野出 大輔、松山 美和、田島 登誉子(徳島大学大学院医歯薬学研究部)

講座の方法 講義

[テキスト] 講義ごとにプリントを配布します。

講座番号
6102

東洋医学を学んで健康貯蓄と健康長寿に役立てましょう

●日時

・土 13:00～14:30

【概要】東洋医学全般にわたる正しい知識と技術を習得して、健康貯蓄と健康長寿に役立てることが本講座の目的です。漢方薬と民間薬の正しい基礎知識を学び、徳島大学薬草園にて、薬草に触れ、効能について学びます。健康貯蓄と健康長寿の基本としては、栄養と運動が重要です。栄養としては、医食同源の薬膳について学び家庭料理にとり入れてください。運動としては、認知症や心身の機能増進に極めて有効である太極拳の基本を学んで頂きます。針灸では諸病の特効穴を学び、各自の体調管理に利用してください。

【達成目標】①漢方薬と民間薬の違いとその効能を説明できる。②漢方理論を理解し簡単な病気に対する漢方薬を選択できる。③健康太極拳、ツボ療法を習得し、健康の維持・増進に役立てる。④薬膳の理論を理解し、家庭料理に応用する。

●スケジュール

① 10/3 漢方薬の基礎知識(2)、病気の予防と治療・健康増進の漢方薬について(清水)

② 10/10 「民間薬と生薬のはなし」民間薬と生薬の効能や成分について、分かり易く説明します。(柏田)

③ 10/17 「徳島大学薬草園見学」漢方薬や民間薬など薬用植物を見て、触れて研修します。(柏田)

④ 10/24 「太極拳の効能と注意点」太極拳の効能を科学的に説明します。(清水、松浦)

⑤ 11/7 「太極拳の実技指導」いつでも、どこでも一人で行える健康太極拳を習得しましょう。(松浦)

⑥ 11/14 「太極拳の実技指導」いつでも、どこでも一人で行える健康太極拳を習得しましょう。(松浦)

⑦ 11/21 「太極拳の実技指導」いつでも、どこでも一人で行える健康太極拳を習得しましょう。(松浦)

⑧ 11/28 「自分でできるツボ療法」ツボのはなしと日常役立つツボ療法、美顔療法(大宗)

⑨ 12/5 「薬膳のはなしと作り方」どのように作るの? 詳しく説明します。(竝川)

⑩ 12/12 「薬膳のはなしと作り方」実際に食べてみましょう。(竝川)

備考

講師の都合により講義順が変更になることがあります。

(キーワード) 漢方薬・民間薬・薬草園・太極拳・薬膳・ツボ療法・健康長寿

受講料 9,000円

保険 なし

テキスト あり

定員 25名

対象者 一般市民

担当講師

柏田 良樹(徳島大学薬学部)、清水 寛(東洋病院)、松浦 町子(日本武術太極拳連盟指導員)、竝川 祥子(薬膳研究家、管理栄養士)、大宗 裕人(針灸師、健康運動指導士)

講座の方法

講義、薬草園見学、実技指導、薬膳試食

[テキスト] 当日教室にて配布します。

講座番号
6103

フリー・フィットネスⅡ

●日時

・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)

【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】 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、12/28～1/3は年末年始のため、また、1/15～17、2/24・25、3/11・12は大学入試のため、終日使用禁止とさせていただきます。)

備考

同時に利用できる上限を8人とします。8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。

フィットネスコーナーを初めて利用される方は、利用する前に事務室で予約して「フィットネスコーナー利用説明会」を受けてください。実施予定については入金時にお知らせいたします。

(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)

受講料 3,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 30名

対象者
フィットネスコーナーを利用し
ての運動を希望される方

担当講師 なし

講座の方法

フィットネスコーナー利用可能
時間内にきて、自分の体力に
応じた運動を実施する。

〔保険〕受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6104

健康法としての空手道入門

●日時

・月 10:00～11:30

【概要】 国際松濤館空手道連盟四段・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空手道を指導します。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】 ①空手の楽しさを知る。②「平安初段」「平安二段」の二つの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

① 10/5 オリエンテーション(大学開放実践センター
で実施)、武道場へ移動

②～⑩

② 10/19 ③ 10/26 ④ 11/2 ⑤ 11/9

【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

⑥ 11/16 ⑦ 11/30 ⑧ 12/7 ⑨ 12/14

⑩ 12/21

備考

(キーワード/松濤館空手道・健康づくり)

受講料 9,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 20名

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)

担当講師

W. ヘルベルト(徳島大学大
学院ソシオ・アーツ・アンド・
サイエンス研究部)

講座の方法

武道場(体育館1階)で実技

〔保険〕受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6105

健やかバドミントン

●日時

●金 12:50 ~ 14:20

【概要】バドミントンの初心者を対象にして、健康のための運動や体操も取り入れて、バドミントンを楽しむ講座です。レクリエーション的なバドミントンのダブルスのゲームが楽しめる程度のスキルの習得を目指します。自分の体力や健康状態にあった運動の仕方を学び、シャトルを追いかけ、心地よい汗を流しましょう。

【達成目標】①バドミントンの基本的なスキルを身につけダブルスのゲームができるようになる。②自分の健康状態に合わせて運動の強さや回数を調節できる。③同じ講座の参加者と助け合って楽しい場をつくることができる。

●スケジュール

① 10/2 バドミントンの基礎的ストローク

② 10/9 ファミリー・バドミントン

③ 10/16 ラリーを楽しむ

④ 11/6 相手を崩す～攻める

⑤ 11/13 ハーフコートでのシングルゲーム

⑥ 11/20 家庭でできるコンディショニング

⑦ 11/27 ダブルスのポジショニング

⑧ 12/4 ダブルスゲームの仕方

⑨ 12/11 リーグ戦

⑩ 12/18 リーグ戦

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。ラケットをお持ちの方はご持参ください。ない場合は大学授業用のラケットをお貸しします。

(キーワード/バドミントン・健康体づくり)

受講料 9,000円

保険 スポ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト あり

定員 20名

対象者

一般市民(90分間の運動ができる健康な方)

担当講師

佐藤 充宏(徳島大学大学院
ソシオ・アーツ・アンド・サイエ
ンス研究部)

講座の方法

基礎練習、ゲーム、体力づくり運動

[テキスト] 適宜、資料を配布します。

[保険] 受講料とは別にスポーツ安全
保険(年間1,850円)に加入いた
だきます。受講料と同時に銀行振込以外
でお支払いください。(平成27年春
夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6106

らく楽! 体操Ⅱ

●日時

●金 10:00 ~ 11:30

【概要】あれっ? 何気なくできていた日常の生活動作が、最近しにくくなった…そんなあなたにぴったりです。一日でも早く、気づいた今日から正しいフォームでトレーニングを行えば、健脚は必ず戻ってきます。一人だと、つつい後回しになりがちな筋力トレーニングやバランス運動も、仲間と一緒にすれば楽しいもの。自分の弱くなった部分を知り、日常生活の動作に応じた動きから、食事面も合わせて、ご自分の身体について見つめ直してみませんか?

【達成目標】①毎月テーマを決め、日頃動かしていない筋肉にアプローチしていく。②バランスの向上で、さらに転倒しにくい身体を作る。③笑いのある日常生活を送れるようになる。

●スケジュール

① 10/2 ② 10/9 ③ 10/16 ④ 10/23

⑤ 11/6 ⑥ 11/13 ⑦ 11/20 ⑧ 11/27

⑨ 12/4 ⑩ 12/18 ⑪ 1/8 ⑫ 1/22

⑬ 1/29 ⑭ 2/5 ⑮ 2/12 ⑯ 2/19 ⑰ 2/26

月に1回、健脚測定を行います。

阿波踊り体操、ストック(ポール)を使ったパワーストックエクササイズを基本の運動とし、その他ダンベル・バランスボール等道具を使う・使わない運動とを組み合わせで行います。

備考

(キーワード/ロコモティブシンドローム(ロコモ)予防・柔軟・バランス運動・筋力トレーニング)

受講料 15,500円

保険 スポ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 15名

対象者

医者から運動することを止められていない方

担当講師

村上 亜弥子(生涯学習健康
マラソングリニック・健康運動
指導士・管理栄養士・公認
スポーツ栄養士)

講座の方法

実技、一部講義

[保険] 受講料とは別にス
ポーツ安全保険(年間1,850
円)に加入いただけます。受
講料と同時に銀行振込以外
でお支払いください。(平成27
年春夏期に加入済の場合は
不要)

講座番号
6107

サビないカラダの作り方Ⅱ

●日時

・月 13:30 ~ 15:00

【概要】 一生懸命筋トレしても、なぜかお腹はへこまない、効果がない・・・なんてことはありませんか?「ぼっこりお腹、肩こり、猫背、腰痛」などのそのお悩み! 見た日本当に地味なトレーニングですが、少ない回数でピンポイントに効きます。するかしないかはあなた次第! 体験してみませんか?

【達成目標】 ①しなやかに動けるカラダをつくり、正しい姿勢のためのトレーニングを楽しく身につける。②アンチエイジングなカラダを作る栄養を知る。③仲間とモチベーションを保ちながら、今よりさらに美しいカラダを手に入れる。

●スケジュール

① 10/5 ② 10/26 ③ 11/2 ④ 11/9

⑤ 11/16 ⑥ 11/30 ⑦ 12/7 ⑧ 12/21

⑨ 1/18 ⑩ 1/25

備考

(キーワード/肩こり・腰痛・エクササイズ)

受講料 9,000円

 保険 スポ保険 必要
1,850円 (p8参照)

テキスト なし

定員 10名

対象者

医師から運動することを止められていない方

担当講師

村上 亜弥子(生涯学習健康マラソングリニック・健康運動指導士・管理栄養士・公認スポーツ栄養士)

講座の方法

実技、一部講義

〔保険〕 受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6108

スポーツ栄養セミナー

●日時

・水 14:00 ~ 15:30

【概要】 ヒトは、「食べたものからでしかカラダはつukられない」、「食べたものからでしか動けない!」のです。怪我をしない、動けるカラダを作ることで、質の高い練習ができ、パフォーマンスに繋がります。食事トレーニングの一つ。講義中心ですが、実践を交えながら、知識を養い、競技力向上のためにスタートしてみませんか?

【達成目標】 ①栄養の基本を楽しく学びながら、スポーツの実践に活かす。②自身のコンディションを知り、食環境と合わせて、内容を改善する。③競技によっての特徴を知り、正しい調整方法を知る。

●スケジュール

① 10/7 身体の組成と使い方

② 10/21 バテずに走りきる、グリコーゲンローディングの方法とは

③ 11/4 エネルギー補給の種類とタイミング

④ 11/18 コンディション維持とビタミン摂取

⑤ 12/2 女性のための身体作り

備考

(キーワード/栄養・競技力向上・エネルギー補給・ビタミン摂取・骨粗しょう症・貧血・無月経)

受講料 5,500円

保険 なし

テキスト なし

定員 15名

対象者

栄養に興味のある方

担当講師

村上 亜弥子(生涯学習健康マラソングリニック・健康運動指導士・管理栄養士・公認スポーツ栄養士)

講座の方法 講義

講座番号 6109 からだ改善エクササイズ

●日時

・火 10:00 ~ 11:30

【概要】 運動しているけど効果が出ない、何の運動をしていいかわからない方におススメです。長年のクセで身体は徐々に筋バランスが崩れ、ゆがんでいきます。アンバランスなままでの運動は膝・腰・肩などの痛みも出やすく、内臓の働きにまで影響してきます。ペアやセルフのエクササイズで自分のクセを知って、楽しくからだを動かし、少しずつ改善させながら体力アップを目指しましょう! 自分の体調に合わせて行えるので、体力に自信のない方でも大丈夫です。

【達成目標】 ①運動不足を解消し、筋力低下を防ぐ。 ②自分のからだに合った動かし方を知る。 ③講座を通して仲間との交流を図る。

●スケジュール

① 10/6 ② 10/20 ③ 10/27 ④ 11/10

⑤ 11/17 ⑥ 11/24 ⑦ 12/1 ⑧ 12/8

⑨ 12/22 ⑩ 1/5 ⑪ 1/12 ⑫ 1/19

⑬ 1/26 ⑭ 2/2 ⑮ 2/9 ⑯ 2/16

⑰ 2/23 ⑱ 3/1 ⑲ 3/8 ⑳ 3/15

バランスボール、オーバーボール、ストレッチポール等の道具を使う運動も行うことがあります。

備考

上履きは必要ありません。

日程は都合により変更する場合があります。

(キーワード/腰痛・肩こり・膝痛・機能改善・運動不足解消)

受講料 18,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 30名

対象者

医者から運動することを止められていない方

担当講師

和田 佳那(健康運動指導士)、村上 亜弥子(生涯学習マラソングリニック・健康運動指導士・管理栄養士)

講座の方法 実技

【保険】受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号 6110 経絡(けいらく)ヨガストレッチ

●日時

・木 13:30 ~ 15:00

【概要】 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)を刺激す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。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。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。

【達成目標】 ①運動不足を解消する。 ②経絡を知り、流れに沿った体の動かし方を実践する。 ③講座を通じて仲間との交流を図る。

●スケジュール

① 10/1 ② 10/8 ③ 10/15 ④ 10/22

⑤ 10/29 ⑥ 11/5 ⑦ 11/12 ⑧ 11/19

⑨ 11/26 ⑩ 12/3 ⑪ 12/10 ⑫ 12/17

⑬ 12/24 ⑭ 1/7 ⑮ 1/14 ⑯ 1/21

⑰ 1/28 ⑱ 2/4 ⑲ 2/18 ⑳ 3/3

(テーマ)

10、11月…乾燥や便秘、秋の体調を整える
12、1、2月…冷え対策・尿トラブル・熱を生み出すからだ
呼吸法、フットケアは毎回行います。

備考

上履き、ヨガマットは必要ありません。

日程は都合により変更する場合があります。

(キーワード/腰痛・肩こり・膝痛・経絡・ツボ・運動不足解消)

受講料 18,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 16名

対象者

医者から運動することを止められていない方

担当講師

和田 佳那(健康運動指導士)

講座の方法 実技

【保険】受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6111

エイジングケアエクササイズ(女性限定)

●日時

・木 18:30 ~ 20:00

【概要】むくみ・たるみが気になる、痩せたいけど筋肉太りしたくない方へ、しなやかで女性らしい健康なからだへ近づけます。冷え・むくみを改善させるセルフリンパマッサージやエクササイズをはじめ、免疫力アップトレーニングでエイジング対策。老け込んで見えるかどうかは、秋冬の過ごし方次第! からだのしこみを知りながら徐々に変化していく自分を楽しみましょう。

【達成目標】①運動不足を解消する。②女性特有の身体のしこみを知り、筋を活性化させる。③講座を通じて仲間との交流を図る。

●スケジュール

① 10/1 ② 10/8 ③ 10/15 ④ 10/22

⑤ 10/29 ⑥ 11/5 ⑦ 11/12 ⑧ 11/19

⑨ 11/26 ⑩ 12/3 ⑪ 12/10 ⑫ 12/17

⑬ 12/24 ⑭ 1/7 ⑮ 1/14 ⑯ 1/21

⑰ 1/28 ⑱ 2/4 ⑲ 2/18 ⑳ 3/3

備考

上履き、ヨガマットは必要ありません。
日程は都合により変更する場合があります。

(キーワード/ホルモン・リンパ・筋力・運動不足解消)

受講料 18,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 16名

対象者

医者から運動することを止められていない女性

担当講師

和田 佳那(健康運動指導士)

講座の方法 実技

【保険】受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6112

テニスを始めようⅡ

●日時

・土 9:00 ~ 11:00

【概要】これからテニスを始めようと思っておられる方のために、初歩的なドリルから始めて、基礎技術を身に付け、ダブルスのゲームができるようになることを目指します。テニスの面白さを味わいながら、日ごろの運動不足を解消しましょう。

【達成目標】①テニスの楽しみを生活の中に定着させ、心身の健康を増進する。②ゲームを楽しむための基本技術を向上させる。③テニスのルールを理解してゲームができる。④テニスを通じて仲間との交流を図る。

●スケジュール

① 10/3 ボールをラケットで打ってみる

② 10/10 左右の動きとストローク

③ 10/17 ④ 10/24 ⑤ 11/7 ⑥ 11/14

⑦ 11/21 ⑧ 11/28 ⑨ 12/5 ⑩ 12/12

⑪ 12/19 ゲーム編 ゲームを楽しみます(3月末まで、雨天・休校日を除く)(10:00 ~ 12:00)

③~⑩基本技術の練習内容

- ・ストローク(フォア、バック)
- ・ボレー
- ・サービス
- ・ゲームのルール
- ・ダブルスの動き

備考

雨天時は体育館でラケットテニスを行いますので、体育館シューズをご持参ください。(ゲーム編の期間を除く)
この講座は修了証書は交付しません。

(キーワード/硬式テニス・ダブルス・基本技術・ゲーム)

受講料 14,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 16名

対象者

テニスの未経験者、または初心者

担当講師

田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法

基礎練習 90分、ゲーム 30分程度を基本とします。ゲーム編ではゲームのみ行います。

【保険】受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6113

テニスを楽しもうⅡ

●日時

・土 9:00 ~ 11:00

【概要】テニスって奥が深い! …そう感じ始めた方は、もう少しテニスの楽しさ、技術・戦術を学習してみましょう。ダブルスのポジションやコンビネーションも知ればレベルの高いゲームを楽しむことができます。

【達成目標】①テニスの楽しみを生活の中に定着させ、心身の健康を増進する。②ゲームを楽しむための基本技術を向上させる。③ゲームに生かす応用技術や戦略を身につける。④テニスを通じて仲間との交流を図る。

●スケジュール

① 10/3 基本技術の確認

② 10/10 ストロークとミニゲーム

③ 10/17 ④ 10/24 ⑤ 11/7 ⑥ 11/14

⑦ 11/21 ⑧ 11/28 ⑨ 12/5 ⑩ 12/12

⑪ 12/19 ゲーム編 ゲームを楽しみます(3月末まで、雨天・休校日を除く)(10:00 ~ 12:00)

③~⑩基本技術の練習内容

・ストローク(フォア、バック)

・ボレー・サービス

・ロブ

・スマッシュ

・ダブルスのポジショニングと実践的な動き

備考

雨天時は体育館でラケットテニスを行いますので、体育館シューズをご持参ください。(ゲーム編の期間を除く)この講座は修了証書は交付しません。

(キーワード/硬式テニス・ダブルス・基本技術・ゲーム)

受講料 14,000円

保険 スポ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 16名

対象者

テニスの経験があり、サービス、ストローク、ボレーを用いてゲームができる方

担当講師

田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法

基礎練習 90分、ゲーム 30分程度を基本とします。ゲーム編ではゲームのみ行います。

【保険】受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただけます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6114

チャレンジ! 長距離ウォーク&空海と歩く準備編(初心者)

●日時

・木 10:00 ~ 12:00(長距離ウォークの日は時間が異なります)

【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28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】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。④15~20kmの長距離を歩く。

●スケジュール

① 10/8 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

② 10/22 障害を予防するトレーニング、5kmウォーク

③ 10/29 10kmウォーク(徳島大学~吉野川~マリソピア)

④ 11/5 15kmウォーキング(徳島大学~川内~小松海岸) 8:30~

⑤ 11/12 筋力トレーニング、ポイント探しウォーキング 9:00~

⑥ 11/19 15kmウォーキング(徳島大学~黒岩神社~眉山山頂) 8:30~

⑦ 11/26 15kmウォーキング(阿波史跡公園~入田~前山公園~気延山) 9:00~

⑧ 12/3 20kmウォーキング(眉山1周) 9:00~

備考

第4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。

(キーワード/ウォーキング・運動習慣・健康増進)

受講料 10,000円

保険 スポ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 20名

対象者

ウォーキング初心者

担当講師

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グリニック)

講座の方法

実習、一部講義

【保険】受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただけます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6115

チャレンジ! 長距離ウォーク(ウォーキング経験者)

●日時

・木 9:00 ~ 14:00 (一部時間が異なります)

【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ってきました。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や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】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。④15~20kmの長距離を歩く。

●スケジュール

① 11/5 15km ウォーキング(徳島大学~川内~小松海岸) 8:30 ~

④ 11/26 15km ウォーキング(阿波史跡公園~入田~前山公園~気延山) 9:00 ~

② 11/12 筋力トレーニング、ポイント探しウォーキング 9:00 ~

⑤ 12/3 20km ウォーキング(眉山1周) 9:00 ~

③ 11/19 15km ウォーキング(徳島大学~黒岩神社~眉山山頂) 8:30 ~

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。

(キーワード/ウォーキング・運動習慣・健康増進)

受講料 6,500円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 20名

対象者

ウォーキング経験者、公開講座「空海と歩く」受講者

担当講師

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)

講座の方法 実習

〔保険〕受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6116

空海と歩く~四国讃岐遍路 2016

●日時

・土 10:00 ~ 14:00 (遍路の旅は3/23より8日間)

【概要】2016年はいよいよ讃岐遍路に向かってスタートです。学習とトレーニングを積んで、「涅槃の道場」を歩いて巡りませんか。「癒しの旅」「自分探しの旅」とも呼ばれる四国遍路はあなたにとってどんな旅となるのでしょうか。空海が修行した地、ゆかりある地をたどりながら新しい自分、新しい何かにきっと出会えることでしょう。弘法大師の生誕地である総本山善通寺の檀原管長による法話も楽しみです。

【達成目標】①四国遍路 66番雲辺寺から88番大窪寺、1番霊山寺までの24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

① 1/23 特別講演「お遍路する人」(檀原)、
2km ウォーキング

⑥ 3/12 20km ウォーキング

② 1/30 歩き遍路の基礎知識・トレーニング(田中)、
6km ウォーキング

⑦ 3/23(水)~3/30(水)

讃岐遍路の旅(7泊8日)

③ 2/13 12km ウォーキング

④ 2/20 20km ウォーキング

⑤ 3/5 遍路の民俗学(高橋)、歩き遍路の準備

備考 3/23からの遍路の旅は旅費が別途必要です。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。申込者多数の場合は「準備編」または「伊予編」の受講者を優先させていただきます。

(キーワード/歩き遍路・讃岐遍路・弘法大師・癒しの道)

受講料 19,000円

保険 スポーツ保険 必要
1,850円(p8参照)

テキスト なし

定員 30名

対象者

1日6時間程度のウォーキングができる方

担当講師

田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)、村上 亜弥子(生涯学習健康マラソニック)、吉田 みつる(生涯学習健康マラソニック)、檀原 禅澄(善通寺派管長)、高橋 晋一(徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部)

講座の方法 講義、実習

〔保険〕受講料とは別にスポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6117

ホノルルマラソンを走ろう 2015 II

●日時

・土 14:00 ~ 16:30 (一部変更あり)

【概要】各自が本年の目標に設定した、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】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

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ① 10/3 フルマラソン完走に向けて(田中) | ⑥ 11/15(日) 30km フルマラソン予行演習(日曜 8:30 ~) |
| ② 10/10 2時間走に挑戦 | ⑦ 11/21 レースプランの作成・フルマラソン最終準備(田中) |
| ③ 10/24 身体のケア(岸本)、スポーツ栄養 2(村上) 13:00 ~ | ⑧ 11/28 ランニングレッスン(岸本) 13:00 ~ |
| ④ 10/31 ランニングレッスン(和田) 13:00 ~ | ⑨ 12/5 最終調整&チャレンジ 80分走 |
| ⑤ 11/7 ハーフマラソン記録会 13:00 ~ | ⑩ 12/20(日) マラソン報告会(13:00 ~) |

備考

(キーワード/マラソン・長距離走・トレーニング計画)

受講料 11,000 円

保険 スポ保険 必要
1,850 円(p8参照)

テキスト あり

定員 70 名

対象者

ホノルルマラソンを走ろう 2015 A(経験者コース)または B(初心者コース)の受講者

担当講師

田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)、村上 亜弥子(生涯学習健康マラソングリニック)、岸本 実(C's Trainer Room + ぎしもと鍼灸治療院)、和田 佳那(健康運動指導士)

講座の方法 講義、実習

[テキスト] 資料配布。

[保険] 受講料とは別にスポーツ安全保険(年間 1,850 円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払いください。(平成 27 年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
6118

ホノルルマラソンを走ろう 2015 III(ホノルル編)

●日時

・土・日

【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

- | |
|--------------------------------------|
| ① 12/12 (午前)コース下見、練習
(午後)最終講義と打合せ |
| ② 12/13 第 43 回 JAL ホノルルマラソン |

備考

ホノルルマラソンへの参加は別途ツアー経費が必要です。コース下見には別途バス料金(2,000 円)が必要です。尚、別途、海外実習保険料、エイドステーション経費として 1,000 円を 11 月の旅行説明会の際に集金します。

(キーワード/ホノルルマラソン・フルマラソン完走)

受講料 4,000 円

保険 海外旅行保険で
対応

テキスト あり

定員 40 名

対象者

本年度マラソン講座、ウォーキング講座受講者でホノルルマラソンに参加される方

担当講師

田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)、村上 亜弥子(生涯学習健康マラソングリニック)

講座の方法 講義、実習

[テキスト] 資料配布。

マラソン講座に関する問い合わせは、**マラソンクリニック**へ

場所 大学開放実践センター内(事務室隣)

TEL 088-656-6174

Tokushima-U Joggers' Paradise

TJPとは・・・

「TJP」は「徳島大学ジョギーズパラダイス(Tokushima-U Joggers' Paradise)」の愛称です。

徳島大学大学開放実践センターでは2002年以来、ホノルルマラソン講座を開講していますが、TJPは公開講座「ホノルルマラソンを走ろう」から派生した現受講生と元受講生による自主クラブです。

TJPへの参加は任意ですが毎年400名以上の方が会員登録されています。公開講座の授業、マラソンクリニックのイベントや講習以外の大学外での様々な活動はTJPの自主クラブ活動として実施されています。会員が主体的に実施する活動はTJPのクラブ活動です。

具体的には地区別練習会、TJP主催の講演会や講習会、大会参加、懇親イベントなどを企画、運営してきました。WEBサイトも制作しており、大会やイベントの写真を会員内に公開しています。また、公開講座のサポート組織としてもマンパワーを発揮しています。

TJPは受講者の皆様にとって「健康づくり」「生きがいづくり」「仲間づくり」の3in1を実現するかけがえのないコミュニティになっていくことを目指していきます。

講座番号 8101 **身体を動かしてみよう(運動デビューおたすけ講座)**

●日時

・木 10:30 ~ 11:30

【概要】 運動しなければ、と思っているけど、運動の実践方法がわからないという方はいらっしゃいませんか。今、介護を必要とせず生活の自立ができる健康寿命の延伸が大きな問題とされています。市民活動支援士(生涯学習研究院、健康・フィットネス領域修了生)と共に身体を動かす楽しさや心地良さを感じてみましょう。In body を使っての身体組成測定も行います。

【達成目標】 ①運動を日常生活の中に組み込んで、自分なりに実践できるようになる。

●スケジュール

- ① 10/1 ② 10/29 ③ 11/12 ④ 11/26
⑤ 12/3 ⑥ 12/17 ⑦ 1/7 ⑧ 1/21
⑨ 2/4 ⑩ 2/18 ⑪ 3/3 ⑫ 3/17

ストレッチ体操、筋力トレーニング、ウォーキング、腰痛体操、肩こり体操、阿波踊り体操などどなたにでもできる簡単な運動を紹介します。

備考 平成25～26年度生涯学習研究院(健康・フィットネス領域)の修了生が担当します。初回は田中教授よりオリエンテーションを行います。

(キーワード/運動を始めるきっかけづくり・運動習慣)

受講料 無料

保険 スポ保険 必要
1,850円

テキスト あり

定員 10名

対象者

運動初心者、40～74歳で医師から運動を止められていない方

担当講師

赤枝 尚美、中川 琴美、橋本 雅代(市民活動支援士)、アドバイザー:田中俊夫(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法

運動実習、健康運動に関する話し合い

【テキスト】必要に応じてプリントを配布。

【保険】スポーツ安全保険(年間1,850円)に加入いただけます。銀行振込以外でお支払いください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

生涯学習研究院について — Creativity Development

(今期の募集はありません)

生涯学習研究院とは

生涯学習研究院は、徳島県が現在抱えている様々な地域課題の解決に資するため、一般社会人を対象に、「青少年健全育成」、「健康・フィットネス」、「災害対策とICT」、「多文化共生」の4つの領域についての専門的な知識・技術などを体系的に学ぶ機会を提供し、自ら地域課題の解決に積極的に取り組む生涯学習・市民活動のリーダーを育成することを目指す学習プログラムです。

特色

- *受講期間は2年（今期の募集はありません）。
- *公開講座と大学の授業を組み合わせた学習。
- *修了者には「市民活動支援士」の称号を授与。
- *「徳大まなび連」（愛称）のメンバーになる。
（「徳大まなび連」とは市民活動支援士の称号を得た方全体の愛称）
- *平成28年度には新規募集がある予定です。

公開講座のD103～D105は、
生涯学習研究院生のみが
受講できる講座です。

受講料

半期25,000円、年間50,000円

・納入期間は、平成27年9月7日（月）～9月11日（金）です。
納入期間内に窓口で納入してください。（窓口以外の納入方法を希望される方は、ご相談ください。）

・納入後の受講料の返還はできませんのでご了承ください。

講座番号
D101

Excelで学ぶ徳島の生涯学習

●日時

・水 13:00～14:30

【概要】 まず、簡単な表作成ができるよう、Excelの基本的な使い方を学びます。その後、インターネットを活用しながら、文部科学省の「平成23年度社会教育調査」報告書を使って、全国及び徳島県の生涯学習の現状と課題について、Excelを使いながらマクロ的な視点から考えます。

【達成目標】 ① Excelの基礎的な操作ができる。 ② 我が国における生涯学習の現状の概要が理解できる。 ③ 徳島県における生涯学習の体制整備の基礎が理解できる。

●スケジュール

- | | |
|--|--|
| ① 10/7 オリエンテーション・Excelの基礎(1)
(Excelに慣れよう) | ⑦ 11/18 社会教育調査の分析(1)
(公民館、講座数等) |
| ② 10/14 Excelの基礎(2)(表を作って活用しよう) | ⑧ 11/25 社会教育調査の分析(2)
(公民館のボランティア、情報提供等) |
| ③ 10/21 Excelの基礎(3)(グラフの活用) | ⑨ 12/2 社会教育調査の分析(3)
(図書館、博物館等の状況) |
| ④ 10/28 Excelの基礎(4)(関数を作ってみようI) | ⑩ 12/9 まとめ(徳島県の生涯学習の方向性を探る) |
| ⑤ 11/4 Excelの基礎(5)(関数を作ってみようII) | |
| ⑥ 11/11 我が国における生涯学習の現状 | |

備考

(キーワード/生涯学習・社会教育)

保険 なし

テキスト なし

定員 10名

対象者
生涯学習に関心のある一般市民

担当講師
馬場 祐次朗、金西 計英(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法 講義、実習

講座番号
D102

生涯学習ボランティア入門

●日時

・水 14:45 ~ 16:15

【概要】 ボランティアというと、最近では災害ボランティアをはじめ、活動の領域はますます広がっています。「生涯学習ボランティア」は、一般的には図書館での読み聞かせやお話会の開催、博物館での展示解説、子どもたちに対する体験活動の指導など、生涯学習を支援する領域の活動と捉えられていますが、ボランティア自身の学習という視点が極めて大切です。この講座では、ボランティア活動と生涯学習の緊密な関係を押さえながら、生涯学習ボランティアの新たな方向性を考えていきたいと思います。

【達成目標】 ①ボランティア活動と生涯学習の関係の基本的な事柄が理解できる。②我が国における生涯学習ボランティアの現状の概要が理解できる。③ボランティア活動の新たな可能性を考えることができる。

●スケジュール

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ① 10/14 オリエンテーション・そもそもボランティア活動って | ⑥ 11/18 生涯学習ボランティアの養成・研修 |
| ② 10/21 ボランティア活動と生涯学習の関係 | ⑦ 11/25 まとめ
(生涯学習ボランティアの課題と新たな可能性) |
| ③ 10/28 生涯学習ボランティアの活動領域(1)
(図書館、博物館、公民館など) | ⑧ 12/5 生涯学習ボランティアの事例研究(1)・(2) |
| ④ 11/4 生涯学習ボランティアの活動領域(2)(まちづくり) | ⑨ 12/6 生涯学習ボランティアの事例研究(3) |
| ⑤ 11/11 生涯学習ボランティアの活動領域(3)
(学校支援・子育て支援) | |

備考

第8回から第9回は、フィールドワーク(自由参加。但し生涯学習研究院(青少年健全育成)受講生は必修)として12月5日(土)~12月6日(日)に国立大洲青少年交流の家(愛媛県大洲市)において開催される「第8回地域教育実践交流会」に参加します。参加者は参加費・旅費等別途料金が必要です。

(キーワード/生涯学習・ボランティア)

保険 日レク保険 必要
800円(p8参照)

テキスト あり

定員 15名

対象者
生涯学習ボランティアに関心のある一般市民

担当講師
馬場 祐次朗(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法
講義、演習、フィールドワーク

【テキスト】テキスト等は適宜資料を配布します。
【保険】フィールドワークに参加される場合は、受講料とは別にリクリエーション保険(年間800円)に加入いただきます。受講料と同時に銀行振込以外でお支払ください。(平成27年春夏期に加入済の場合は不要)

講座番号
D103

健康運動の実際 I(演習)

●日時

・火 13:00 ~ 15:00(曜日、時間帯の変更あり)

【概要】 基本的なストレッチングや筋力トレーニング、肩こりや腰痛の予防・改善に効果のある運動などについてその内容と指導法について学び、実際の指導も体験します。

【達成目標】 ①基本的な健康運動について方法や注意点を知る。②基本的な健康運動について正しく実施することができる。③基本的な健康運動について実際に指導できるようになる。

●スケジュール

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| ① 10/13 指導現場の視察1(日程変更あり) | ⑥ 1/12 膝痛解消体操、阿波踊り体操 |
| ② 10/20 基本ストレッチ、基本トレーニング1 | ⑦ 1/26 リズム体操、ステップ運動 |
| ③ 11/10 指導現場の視察2(日程変更あり) | ⑧ 2/16 実際に指導してみよう(日程変更あり) |
| ④ 11/17 肩こり解消体操 | |
| ⑤ 12/8 腰痛予防体操 | |

備考

実習の授業では、毎回実際の指導の練習をします。

(キーワード/ストレッチング・筋力トレーニング・肩こり予防体操・腰痛予防体操)

保険 なし

テキスト あり

定員 —

対象者
生涯学習研究院(健康・フィットネス領域)受講生に限る

担当講師
田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法 講義、実習

【テキスト】資料を配布しません。

講座番号 **健康運動の理論Ⅱ(専門科目)**
D104

●日時
・火 13:00～15:00(曜日、時間帯の変更あり)

【概要】生活習慣病や介護予防に有効な運動について、その効果の機序や方法、注意点などを理論面から学びます。

【達成目標】①メタボリックシンドロームを予防・改善するための運動について知る。②ロコモティブシンドロームを予防・改善するための運動について知る。

●スケジュール

- ① 10/6 運動の所要量
- ② 10/27 メタボリックシンドロームと運動 1
- ③ 11/24 メタボリックシンドロームと運動 2
- ④ 12/1 ロコモティブシンドロームと運動 1
- ⑤ 12/22 ロコモティブシンドロームと運動 2

備考

(キーワード/生活習慣病・介護予防・メタボリックシンドローム・ロコモティブシンドローム)

保険 なし

テキスト あり

定員 —

対象者
生涯学習研究院(健康・フィットネス領域)受講生に限る

担当講師
田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法 講義

[テキスト] 資料を配布します。

講座番号 **多文化共生研究**
D105

●日時
・木 10:00～13:00(変更の可能性あり)

【概要】この講座は、現代社会において、様々な異なる背景を持つ人間同士がともに暮らす中で生じる諸問題について、具体的な事例を通じて考えていきます。初回は、異文化コミュニケーションを概念的に理解するとともに、国内で起きている諸問題をテーマとして扱います。第二回は、グローバル化が進展する中、海外赴任や海外旅行等を通じて生じる諸問題をテーマとして考察します。第三回は、公の場での国際交流ならびに国際協力を通じて生じる諸問題とその解決策をテーマとするとともに、全体の総括をしていきます。講座全体を通じ、多様な観点から多文化共生のあり方に理解を深めていく姿勢が望まれます。

【達成目標】①国内外で生じる様々な状況における異文化交流のあり方を考える。②様々な交流の場面で問われる姿勢と自分なりの思考方法を模索する。③他者の考えから学ぶ姿勢を身につける。

●スケジュール

- ①②③ 第1回 オリエンテーション～現代社会と多文化共生～
テーマ：国内で生じる諸問題
- ④⑤⑥ 第2回 グローバル化と人々の移動～国外で問われるもの～
～テーマ：海外で生じる諸問題
- ⑦⑧⑨ 第3回 国際社会で問われる姿勢と思考～摩擦とその要因・解決策～
テーマ：国際舞台で生じる諸問題

備考
この講座は、生涯学習研究院の多文化共生領域の専門科目として開講します。
正式な開講日時は、対象となる受講生と相談の上、決定します。

(キーワード/多文化共生・異文化コミュニケーション・グローバル化)

保険 なし

テキスト あり

定員 —

対象者
生涯学習研究院(多文化共生領域)の受講生

担当講師
鈴木 尚子(徳島大学大学開放実践センター)

講座の方法
演習、ワークショップ等

[テキスト] 別途指示します。

2015年秋冬 公開授業リスト

分野	講座番号	講座名	講師氏名
公開授業	7101	歴史と文化(古代・中世日本の社会)	衣川 仁
	7102	自然と技術(地震・火山災害を防ぐ)	西山 賢一
	7103	生活と社会(ゲーム理論入門)	内藤 徹
	7104	人間と生命(バイオテクノロジーの世界)	佐藤 高則
	7105	自然と技術(数理科学の世界)	大淵 朗
	7106	共創型学習(サービス・ラーニング)	吉田 敦也
	7107	人間と生命(よくわかる生涯学習)	馬場 祐次朗

重要

公開授業、学びのコミュニティの詳細内容(開講日・時間帯)の資料は、大学開放実践センター1階ロビー机上にあります。

★ 公開授業

申込み方法:公開講座と同様にp.5の公開講座受講申込書に記入し、大学開放実践センター事務室へ送付してください。

★ 学びのコミュニティ

申込み方法:大学開放実践センター1階ロビーにある専用申込書に記入し、「全学共通教育4号館1階共通教育係」へ送付してください。問い合わせは、全学共通教育係(Tel.088-656-7308)までお願いします。

(学びのコミュニティは資料の配布が遅くなる場合があります。)

公開授業Q&A

Q1 誰でも受講できるのでしょうか。

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、どなたでも受講できます。

Q2 申し込むだけで受講できるのでしょうか。

各科目とも定員は5名程度です。学部生のための授業であり、科目によっては、

受講者数の制限が行われる場合があります、その場合には受講できません。

学部生の受講者数は講座初日の前日17:00に決まります。受講不可となった場合はそれ以降に連絡します。

Q3 どのような科目が公開されるのですか。

学生が受講している全学共通教育科目及び学部専門科目の中から公開されます。

Q4 どの教室で授業が行われるのですか。

共通教育科目の公開授業は常三島キャンパスの教室で行われます。

受講人数に応じて変更されることがありますので、ご注意ください。

Q5 授業の時間帯は、センターの時間帯と同じですか。

学部授業時間帯は、センターの時間帯と異なります。ご注意ください。

Q6 受講料は公開講座と同じですか。

同じ料金体系です。受講料は講座初日にお支払いください。

Q7 教科書を購入する必要がありますか。

教科書が指定されている科目もあります。授業概要で確認の上、購入されることをお勧めします。

Q8 単位の取得は可能ですか。

授業の一部のみの受講となるため単位の取得はできません。もし、単位取得の希望がある場合には、

「科目等履修生」の制度を利用して取得することができます。

Q9 出欠はとりますか。

出席はとっていません。スケジュールを確認し、講義室へ行ってください。

Q10 試験はありますか。

単位取得が目的ではありませんので、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、詳しくは各教員にお尋ねください。

六一会へ入会し交流の輪を広げよう！

★ 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センター教員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、健康で文化的な心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、6倶楽部が活動)



▲研修旅行・小豆島

美術館 倶楽部

●顧問：金西 計英先生 ●代表者：平岡 功(六一会副会長)
各地の美術展見学・世界の美術館のビデオ鑑賞などによる座学

俳句 倶楽部 彩雲

●顧問：鈴木 尚子先生 ●代表者：東條 和子(六一会元理事)
第4火曜日等(例会) 句会、吟行の旅

読書 倶楽部

●顧問：馬場 祐次朗先生
●代表者：高橋 静子(六一会元理事) 副代表：山田 智子
第1月曜日(例会) 本を読んで楽しむ等

朗読 倶楽部 はしばみの会

●顧問：馬場 祐次朗先生
●代表者：加島 俊彦(六一会監事)
第2・4水曜日(例会) 朗読を楽しむ等

パソコン 倶楽部

●顧問：馬場 祐次朗先生
●代表者：京野 義明(六一会副会長)
第4火曜日(午前中) エクセル他

ハイ キング 倶楽部

●顧問：馬場 祐次朗先生
●代表者：佐々木 隆(六一会会長)
月1回 県内の低山

入会方法

申込書はセンターロビーの机上にあります。
講座入金期間中に、六一会の担当者が
センターロビーにて受付をしています。
または事務室でお問い合わせください。
年会費:2,000円
(夫婦会員は2人で3,000円になります。
また、10月1日以降入会される方は、
初回会費は1,000円となります。
期間は入会日から
その年度の3月31日までです。)

★ ホームページ <http://www.tcn.ne.jp/~shiyushi/61kai/> ※「六一会」で検索

各種行事のお知らせ、講演会、研修旅行、会員広場、同好会等の活動がご覧いただけます。

(センター1Fロビーの六一会掲示板でもお知らせします)

・徳島大学ホームページ→卒業生の皆様へ(同窓会連合)→六一会ホームページ

・大学開放実践センターホームページ→関連リンク→六一会ホームページ

★ コミュニティー・ギャラリー



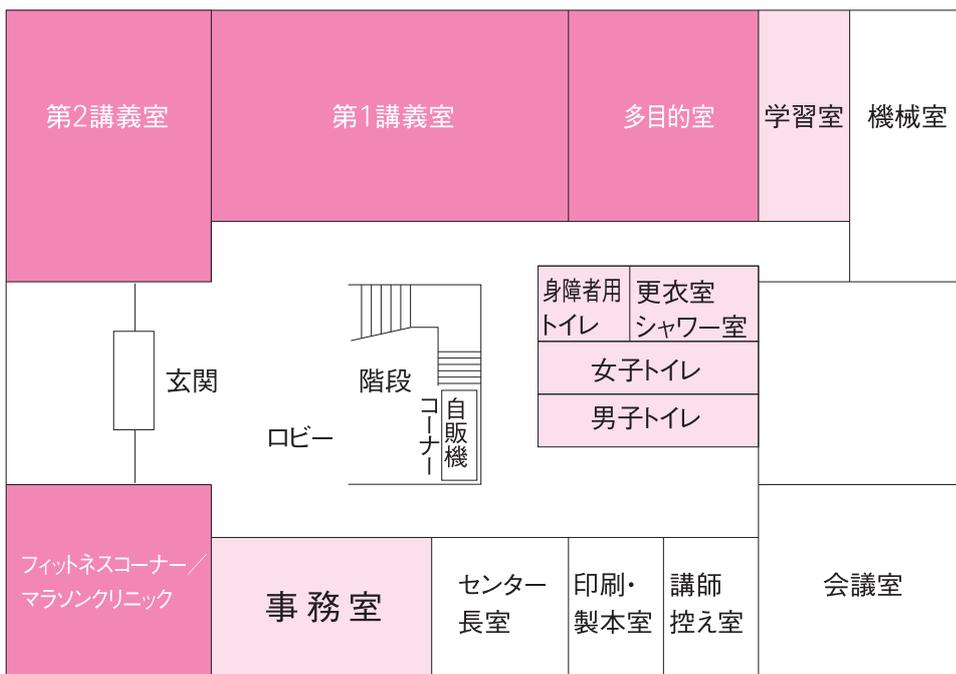
▲ハイキング・塩塚峰(六一会)



▲大学祭・朗読倶楽部はしばみの会(六一会)

★ 大学開放実践センターの施設案内図

1F ● 平面図



センター内は
禁煙です。

2F ● ネットワーク教室
● ゼミナール室

徳島大学 公開講座

パナソニック、東芝、ソニー、
シャープ、日立、ビクター、三菱、他

(有)アイハラ電機商会

〒770-0935 徳島市伊月町1丁目40
TEL088-653-0471 FAX088-655-3488
TEL088-622-3534

信頼からコミュニケーション 近畿日本ツーリスト

株式会社近畿日本ツーリスト中国四国

旅の
ご相談
は...

(株)近畿日本ツーリスト中国四国 徳島支店

〒770-0841 徳島市八百屋町1-14 三井生命徳島ビル3階
TEL : 088-622-0985 FAX : 088-625-4887



あらゆる旅のご相談は

(株)日本旅行徳島支店

徳島市寺島本町西1-10(徳島そごう横)
電話:088-622-5547 FAX:088-622-6313

ご注文の翌日お届け

カウネット、スマートオフィス、通販 OK!

(株)まるや文具店

徳島市二軒屋町2丁目31
TEL (088)652-4068(代) FAX (088)653-5651
E-mail maruya@mb.infoeddy.ne.jp
<http://www.maruyabung.com/>

Y's ヤマウチスポーツ

TOKUSHIMA 元町2丁目
TEL. 088-622-2306

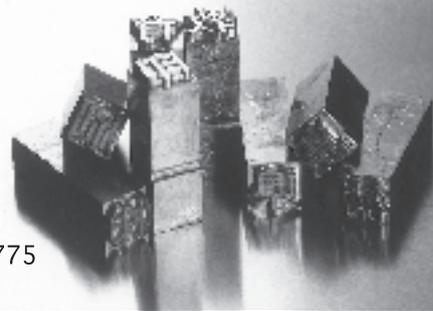
地階店 F A X
☎623-2357 ☎622-2307

活字の時代から変わらないものがあります。
気持ちを伝える、心を伝える、夢を伝える。
私たちは、そんな文字を大切にします。

印刷のご用命は

徳島県教育印刷株式会社

〒770-0873 徳島市東沖洲2丁目1-13 TEL088-664-6776 FAX088-664-6775
URL <http://kyouiku-insatsu.co.jp> Email:tki@basil.ocn.ne.jp



建築家との家づくりを身近に感じる本
徳島の建築家と
建てる家 vol.04

in
store
now



9年間で140棟完成の実績!!

建てようネット責任編集の建築家本。

<http://tokushima.tateyou.net/>

● 新蔵地区



■ 地域・国際交流プラザ1F ガレリア新蔵

P21 4101 楽しみながら学ぶ書道Ⅱ(秋)(作品発表会会場)

P21 4102 楽しみながら学ぶ書道Ⅲ(冬)(作品発表会会場)



徳島大学大学開放実践センター

〒770-8502

徳島市南常三島町1丁目1番地

tel 088-656-7276

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



大学開放実践センターへのアクセス

- JR徳島駅下車約2km
- 徒歩30分 常三島地区
- バス20分

徳島駅前より徳島市営バス「島田石橋」行、「商業高校」行他に乗車「助任橋」又は「徳島大学前」で下車し徒歩5分

