



徳島大学人と地域共創センター

2022年度



公開講座受講生募集

申込期間 **2022年8月1日(月)～8月24日(水)17時** まで

窓口受付時間：平日9:00～19:00 土曜日9:00～17:00

※注意：日曜・祝日及び8月12日(金)～16日(火)は、キャンパス内に入れません。

◆令和4年度秋冬講座は、新型コロナウイルスの感染状況により、講座実施方法を以下のとおりとします。
受講申込をされる場合は、下記の留意事項を必ずお読みいただき、ご了承いただいた上でお申込みください。

I《公開講座の実施方針》

令和4年度秋冬公開講座は、対面授業での実施を原則としますが、徳島大学新型コロナウイルス感染症に対する基本方針による事業継続計画(BCP)のレベル(以下「BCPレベル」という。)に応じて、休止又は遠隔授業等に変更して実施いたします。別紙「令和4年度秋冬公開講座の実施方針」参照

1. 受講希望講座の「開講日時、受講料、講師名、講座概要、特記事項」をご確認ください。
2. 講座によって、講座実施方法が右記のとおり異なりますので、講座毎の実施方法(ピクトグラム)をご確認ください。
3. 公開講座によっては、**事前に準備(購入)**していただく教材(テキスト等)があります。(別紙「テキスト一覧表」を参照)
(注：事前に購入いただくことが必要ですが、BCPレベルにより「①対面授業限定の講座」については、休講や中止となることがありますので、予めご了承願います。)

(講座実施方法)

1 平時 / 感染拡大時 休講・中止	①対面授業限定の講座 平時は、対面授業にて開講しますが、BCPレベルにより対面授業ができなくなった場合は、 休講 や 中止 となることがあります
2 平時・感染拡大時 Zoom	②遠隔授業限定の講座 平時より、 常に遠隔授業 を実施します。
3 平時 / 感染拡大時 Zoom	③対面授業(感染拡大時遠隔授業対応)講座 平時は、対面授業にて開講しますが、BCPレベルにより対面授業ができなくなった場合は 遠隔授業に変更 します。
4 平時 / 感染拡大時 ハイブリッド Zoom	④対面授業及び遠隔授業対応(ハイブリッド)講座 平時は、対面授業と遠隔授業にて開講しますが、BCPレベルにより対面授業ができなくなった場合は 遠隔授業に変更 します。

※遠隔授業とは：Web環境を活用したZoom、ライブ配信システム等による教材配布、課題提出等の対面によらない全ての授業形態。

(休講に伴う補講の実施)

講師の都合や突発的な事故等やむを得ず休講とした場合は、原則として振替日を設定し補講を実施します。補講日は、電話、メールまたは書面でお知らせします。

4. スポーツ・レクリエーション保険は、この度は取扱いしませんので各自でご加入をお願いします。

II《遵守事項》

1. 秋冬講座の受講については、別紙「令和4年度秋冬公開講座受講に関する遵守事項について」を遵守し、**3密を回避し受講**してください。上記の遵守事項を守っていただけない場合は、受講をご遠慮いただく場合があります。
2. 徳島県に「緊急事態宣言」の発令や、BCPレベルの変更により、講座実施方法の変更等をメールで連絡させていただくことがありますので、申込書を記入する際には、必須事項に漏れのないよう正確に記入願います。特に「**メールアドレス**」については、確実に連絡が取れるよう正確に記入してください。

III《駐車場利用制限》

近距離(公開講座受講申込書「図枠内」)に居住の方は、車での受講をご遠慮ください。公共交通機関の利用や、周辺の民間駐車場等をご利用ください。

申込方法

綴じ込みの申込書を提出

又は

インターネット

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



からお申込みください。(電話・FAX・メールでは申込できません。)

郵送での宛先 〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地 徳島大学人と地域共創センター

■期限までに申込みいただかないと、申込者が少ないなど、状況によっては開講しないことがあります。開講しないことが決まった後に申込みがあっても、開講することはありません。

■締切日以降の受付については、事務室までお問い合わせください。(満員の場合や施設の使用状況によっては、受付できないことがあります。)
■故意に申込期限を守らないなど、お願いしている

事項やルールを守っていただけない方は受講を取りやめていただくことがあります。

■**受講申込方法については、BCPレベルの変更により窓口申込が不可となることがあります。**

受講決定

定員を超過した講座は、抽選を実施し、**受講不可となった場合のみ**連絡いたします。
2022年**9月5日(月)**までに連絡がなければ受講決定となります。

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。(振込手数料各自負担)

郵便

で申し込まれた方

銀行振込ご希望の方には、銀行振込用紙をお送りします。(振込手数料各自負担)
9/7までに入金手続き書類が届かない場合は、事務室までご連絡ください。

■「受付票」はすべての手続きを終えるまでなくさないでください。

入金方法

入金
受付期間

2022年9・10・11・12月から開講の講座 → 2022年**9月7日(水)～9月16日(金)**

2023年1月以降に開講の講座 → 2022年**11月24日(木)～11月30日(水)**
(公開授業の入金期間は別途案内)

①**銀行振込** ②**現金書留** のいずれかの方法で受講料をご入金ください。

■受講料入金後の受講料の払い戻しや講座の変更はできません。

■故意に支払いを遅らせる方は受講をお断りすることがあります。

■**但し「令和4年度秋冬公開講座の実施方針」の受講料の返金による場合を除く。**

■現金書留で入金の場合は、入金期間を確認の上、受付引換票を同封してください。

手続き完了

日程をご確認の上、各講座の初回受講日に受講会場「人と地域共創センター1階」へお越しください。
講義室は、初回日に人と地域共創センター玄関ロビーに掲示し案内しますので確認してください。

★… 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。

対面授業のみ

遠隔授業のみ

ハイブリッド(対面授業・遠隔授業両者対応)

社会連携分野

講座番号 **2022年度 徳島大学社会連携公開講座**

A101 外国につながる人たちとの共生に向けて、これからの徳島に求められること*

～保育・学校・職場・地域での経験から考える～

定員 **60名**
対面：30名
オンライン：30名

実施主体：徳島大学人と地域共創センター、JICA 四国、徳島県国際交流協会 (TOPIA) コーディネーター：大森美和・山科恵美・森陽子 (JICA) / 野水祥子・長田有加里 (TOPIA) / 鈴木尚子 (徳島大学)

日時 **木曜日** 11/10 | 11/18 | 11/24 | 12/1
12/8 | 12/15

全6回 受講料 **無料**

★金曜日

講座の概要 平時 ハイブリッド / 感染拡大時 Zoom

国籍も文化も違う、様々な国につながる選手からなるラグビー日本代表が「ONE TEAM」としてプレーする姿は日本社会に大きな感動を呼びました。各自の考え方や文化を踏まえつつ、国籍やルーツを超えた多様性のあるチームは、共生社会についてより広く認識する契機となりました。徳島でも、現在約80の国・地域から6,500人を超える人たちが暮らしています。外国人の日本定住の可能性が広がり、さらにウクライナ情勢による避難民の定住支援も展開される中、彼らと共に地域の未来をつくっていくことが求められています。

本講座は、これまでJICA (国際協力機構) と徳島大学が国際協力・外国人材との共生等をテーマに10年間実施してきましたが、本年度は県内の多文化共生に焦点をあてるため、新たにTOPIA (徳島県国際交流協会) を加え、三者連携のもとに実施します。県内の保育・学校・地域・職場での事例を通じ、様々な外国につながる方たちとの共生に向けて、徳島に求められることを、皆様と一緒に考えていきたいと思います。

- 日程・詳細内容
- 11/10 「日本・徳島における外国人住民との共生社会に向けて」
講師：大森 美和 (JICA) / 野水祥子・長田有加里 (TOPIA)
 - 11/18 (金) 「幼児～学童期の子育てと、生活・仕事を通じた経験から」
講師：車 載貞 (チャセジョン) (韓国語講師 / TOPIA国際理解支援講師)
 - 11/24 「外国につながる子どもを取り巻く環境と日本語支援」
講師：玉置 房 (JTMとくしま日本語ネットワーク 日本語指導部長)
 - 12/1 「いきなり日本の小学生になった私
～(Best of the both world) に込めた想い～」
講師：匹田キーシャ (「Best of the both world (BOBW)」代表)
 - 12/8 「みんなちがうが面白い～異文化が混ざり合う保育～」
講師：森 早苗 (保育教諭 / JICA海外協力隊経験者)
 - 12/15 「地域における日本語の学びと心のよりどころ」
講師：西岡 真弓 (つるぎ町多文化共生を考える会「ともに」会長) / 萩森 健治 (吉野川市国際交流協会会長)

※提供方法はハイブリッドとしますので、申込用紙に講座名を記載し、同じ日の備考欄に「対面」か「オンライン」のどちらを希望されるか、ご記載ください。全講座を通じ、可能な限り、選択された受講方法にてご参加をお願いいたします。
※天候(台風など)、もしくは新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、オンライン開催に切り替えて実施する可能性があります。
※オンライン参加者の方には、当日のリンクを開催日前にお送りいたします。

講座番号 **A102** **阿波踊り体操リーダー養成講座** 定員 **20名**

日時 **木曜日(祝日)** 11/3 全1回 受講料 **無料**

9:30~16:00

講師 **田中俊夫**

講座の概要 平時 / 感染拡大時 休講・中止

基本編、トレーニング編、メタボ解消編、肩こり腰痛解消編など徳島県との社会連携講座です。県民健康づくりサポートツールである阿波踊り体操のいろいろなバージョンを紹介したり、指導したりできるように知識と技能を身につけます。希望者には、DVD(500円)が販売できます。

当日は食事をとれる食堂は開いていません。昼食、飲み物、タオルも各自で用意してください。



人間・社会分野

講座番号 **1101** **未来に向けた資産形成のヒント** 定員 **20名**

日時 **金曜日** 11/11 全1回 受講料 **無料**

15:00~16:30

講師 **阿波銀行**

講座の概要 平時 / 感染拡大時 休講・中止

日本でも若い世代を中心に積立投資が広がっています。将来への資産づくりで気を付けたいことをわかりやすくお伝えします。

講座番号 **1102** **定家撰『小倉百人一首』講読 — 成立の謎 —** 定員 **30名**

日時 **水曜日** 10/5 | 10/12 | 10/19 | 10/26 | 11/9 | 11/16 | 11/30 | 12/7 | 12/14 | 12/21 全10回 受講料 **9,000円**

15:00~16:30

講師 **堤和博**

講座の概要 平時 / 感染拡大時 休講・中止

2017年より定家撰『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番歌から順次解釈を施して行っている。本年は昨年に引き続き、87番寂蓮法師歌から解釈を行っていく。

各自で、テキストの購入必須
別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 **1103** **エッセイを楽しむ — 読・書実践教室** 定員 **10名**

日時 **水曜日** 2/1 | 2/8 | 2/15 | 2/22 | 3/8 全5回 受講料 **5,500円**

17:30~19:00

講師 **依岡隆児**

講座の概要 平時 / 感染拡大時 Zoom

名エッセイを読み文章の基礎を学びながら、自分でもエッセイを書いてみましょう。サロンのような雰囲気です。読書会をしたり自作を披露し合ったりしながら、読書や創作のための仲間作りができればと思います。

教科書として、依岡隆児『読・書コミュニケーション入門』(700円)を使います。(生協などを通さず、最初の授業で直接販売します)

講座番号 **1104** **伊能忠敬の地図作製 — 伊能図の誕生 —** 定員 **30名**

日時 **木曜日** 11/10 | 11/17 | 11/24 | 12/1 | 12/8 全5回 受講料 **5,500円**

14:00~15:30

講師 **平井松午**

講座の概要 平時 ハイブリッド / 感染拡大時 Zoom

伊能忠敬(1745~1818)が作製した地図は「伊能図」と呼ばれています。本講座では、伊能忠敬記念館や東京大学、徳島大学などに残る下図や原図、複製図などを手掛かりに、忠敬の作図法やこだわりをみていきます。

講義は対面とZoom。適宜、パソコン・ネット環境をご準備下さい。資料は当方で用意します。

講座番号 **1105** **SDGs 地球環境問題 — 世界の人口と食糧** 定員 **20名**

日時 **火曜日** 10/18 | 10/25 | 11/8 | 11/15 | 11/29 | 12/6 | 12/13 全7回 受講料 **8,000円**

18:30~20:00

講師 **豊田哲也**

講座の概要 平時・感染拡大時 Zoom

世界の人口はどこまで増加するのか。食糧の増産はどうすれば可能か。豊富なデータをもとにSDGsを地理学的視点から考えます。中学・高校におけるESD(持続可能な開発のための教育)の授業研究としても最適。

講義動画はYoutubeで配信しますので、都合のよいときに何度でも視聴することができます。

講座番号 **1106** **徳島を考える — 自然と歴史** 定員 **20名**

日時 **火曜日** 1/10 | 1/17 | 2/21 | 2/28 全4回 受講料 **4,500円**

18:30~20:00

講師 **豊田哲也**

講座の概要 平時・感染拡大時 Zoom

四国の山々はどのようにできたのか。吉野川のがもたらした恵みとはなにか。阿波藍の生産は徳島の発展にどう関わったのか。城下町徳島はどのように形成されたのか。徳島の魅力を地理学的視点から考えます。

講義はZoomでおこないます。必要な教科書はありません。

★… 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。

対面授業のみ

遠隔授業のみ

ハイブリッド(対面授業・遠隔授業両者対応)

人間・社会分野

講座番号 1107 市民を巻き込む公共施設の役割 —全国のホール建設を事例に— 定員 15名

日時 土曜日 13:00~16:00 2/4 全1回 受講料 1,500円 講師 鈴木尚子 堀本暁洋

地域のホールは私たちの生活や文化を支える公共施設の一つです。施設には、地域住民による主体的な関わりも重要です。地域のパブリックな空間に人々が関わることの意義について、徳島の新ホールや各地のホールの事例から考えます。

事前に準備いただくものは特にありません。感染防止に配慮して講座を実施します。

講座番号 1108 高齢化問題を語ろう★ ~安楽死・尊厳死の視点から~ 定員 15名

日時 月曜日 19:00~20:30 10/3 10/11* 10/17 10/24 全4回 受講料 1,000円 講師 鈴木尚子 岡里美

高齢化が進展する中、今年は安楽死に関する映画『PLAN75』が上映され、関心が高まっています。この講座では、関連する書籍の輪読を通じて、安楽死・尊厳死をめぐる、合法化されている国の状況も含め、皆で話し合いたいと思います。

10月11日のみ、火曜日となりますので、ご注意ください。この講座では、次のテキストを使用し、皆で輪読する形式をとります。松田 純著『安楽死・尊厳死の現在—最終段階の医療と自己決定』(中公新書) 946円

講座番号 1109 日本・徳島の未来を語ろう ~3つのメガトレンドの視点から~ 定員 15名

日時 火曜日 19:00~20:30 12/13 12/20 1/10 1/17 1/24 1/31 全6回 受講料 1,000円 講師 鈴木尚子 岡里美

この講座では、関連する書籍の輪読を通じて、3つのメガトレンド(人口減少、グリーン化、テクノロジー革命)を中心とした様々な国内外のデータをもとに、日本や徳島の未来について、皆で話し合いたいと思います。

この講座では、次のテキストを使用し、皆で輪読する形式をとります。宮本弘暁著「101のデータで読む日本の未来」(PHP新書) 1,089円

情報・技術分野

講座番号 3101 PowerPointで学ぶプレゼンテーション 定員 10名

日時 木曜日 18:00~19:30 10/6 10/13 10/20 10/27 11/10 11/17 11/24 12/1 全8回 受講料 10,000円 講師 金西計英

写真を挿入したり、アニメーションを設定した効果的なPowerPointのスライドの作り方を学び、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。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 3102 フリーソフトウェア活用による写真編集応用編 定員 10名

日時 金曜日 17:30~19:00 10/7 10/14 10/21 10/28 11/4 全5回 受講料 6,000円 講師 辻明典

デジタル写真の活用に興味を持つ初心者の方向けの講座です。無償のフリーソフトウェアを用いて写真編集の応用(高度な切り抜き、レイヤー操作・合成等)について実習します。写真編集技術の習得と一歩進んだ写真表現を目指します。

講座資料は各回に配布。実習用にパソコン(Windows)をご準備下さい。

講座番号 3103 AI/IoTセンサのしくみを知ろう応用編 定員 15名

日時 土曜日 13:00~14:30 10/1 10/8 10/22 11/5 11/19 12/3 12/10 12/17 12/24 全9回 受講料 9,000円 講師 辻明典

AIやIoTの先端技術を実践的に学ぶ講座です。自律移動型ロボット教材を用いて基礎技術の習得を目指します。はじめての方でも予備知識なしでご参加頂けます。基礎編から連続した講座ですが応用編からのご参加も歓迎します。

講座資料は各回に配布。教材費3,000円が別途必要。パソコンWindowsをご準備下さい。



芸術分野

講座番号 4101 初級写真教室 (楽しめる写真撮影) 定員 20名

日時 土曜日 10:30~12:00 10/8 10/15 11/5 11/19 12/3 12/17 1/28 2/18 全8回 受講料 9,000円 講師 上野照文

主に、教室での座学。屋外撮影会も行う予定です。講座生は自分の撮影データ持参してください。

講座番号 4102 写真講座 (少し人より上手に撮影できたら) 定員 20名

日時 月曜日 18:30~20:00 10/3 10/24 11/7 11/21 12/5 12/19 1/30 2/13 全8回 受講料 9,000円 講師 上野照文

主に、教室での座学。屋外撮影会も行う予定です。講座生は自分の撮影データ持参してください。

語学・国際交流分野

講座番号 5101 談笑風生中国語 秋 定員 30名

日時 月曜日 13:30~15:00 10/3 10/17 10/24 10/31 11/7 11/14 11/21 11/28 12/5 12/12 全10回 受講料 9,000円 講師 張偉

本講座は中国語学習歴のある中級者向けの講座です。「時事中国語の教科書」を使って中国の過去一年間の出来事を紹介する内容ですので、色々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。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 5102 談笑風生中国語 冬 定員 30名

日時 月曜日 13:30~15:00 1/23 1/30 2/6 2/13 2/20 3/6 全6回 受講料 7,000円 講師 張偉

本講座は中国語学習歴のある中級者向けの講座です。「時事中国語の教科書」を使って中国の過去一年間の出来事を紹介する内容ですので、色々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。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

★…曜日や時間帯が通常と異なる日があります。

対面授業のみ

遠隔授業のみ

ハイブリッド(対面授業・遠隔授業両者対応)

語学・国際交流分野

講座番号 5103 楽しく学ぶポルトガル語 定員 15名

日時 水曜日 12/7 | 12/14 | 12/21 | 12/28 1/4 | 1/11 | 1/18 | 1/25 全10回 受講料 9,000円

講師 松尾ドウルシー

ポルトガル語を基礎からわかり易く解説しながら、一人ひとりのレベルに合わせた会話を中心に、コミュニケーションに役立つ言葉を学びます。ポルトガルの音楽や文化、ネイティブな発音にふれながら、楽しく学んでみませんか?

プリントを用意します。筆記用具、ノートを持参してください。

講座番号 5104 多文化共生のまちづくり -コミュニティオーガナイザーとして- 定員 20名

日時 木曜日 10/13 | 10/27 | 11/10 | 11/24 12/8 | 12/22 | 1/12 | 1/26 全9回 受講料 4,000円

講師 Gehrtz三隅友子

これからの地域づくりには、多様性(ダイバーシティ)という考え方が必要とされています。人と人をつなぐコミュニケーションとこの多様性に関してオンラインで学び、またそれぞれが自ら実践することを目標とします。

本講座以外に学内外の学習活動(留学生や学生との)への参加を呼びかけられることもあります。

健康・スポーツ分野

講座番号 6101 フリーフィットネスII 定員 50名

日時 月～金曜日 9:00～17:00 土曜日 10:00～閉館時間 受講料 3,000円

講師 休講・中止

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。特に指導者はつきません。大学やセンターの都合により、急遽利用出来ないことがありますので、事前に確認してください。関連する受講状況により、受入可能人数は変動します。

駐車許可書は発行しません。初めて利用される方は利用説明を受けていただきます。

講座番号 6102 エンジョイフィットネス (フリーフィットネスIIかマラソニックを同時受講必須) 定員 25名

日時 火曜日 10/4 | 10/18 | 10/25 | 11/1 11/8 | 11/15 | 11/22 | 12/6 12/13 | 12/20 | 1/10 | 1/17 全15回 受講料 5,000円

講師 吉田みつる

城山近辺の自然の中でノルディックウォーク、阿波踊り体操、ストレッチ、筋トレ、脳トレなどをしながら楽しく足腰を鍛えます。運動習慣を身につけることで生活習慣病の予防、体力の維持を図ります。めざしましょう、アンチエイジング!

ノルディックポールはお貸しします。お持ちの方はご持参ください。雨天時は武道場または多目的室で行いますのでバスタオル、汗拭きタオル、水分をお持ちください。

講座番号 6103 健康法としての空手道入門 (武道で心身とも鍛錬) 定員 20名

日時 月曜日 10/17 | 10/24 | 10/31 | 11/7 11/14 | 11/21 | 11/28 | 12/5 全10回 受講料 9,000円

講師 ヘルベルト・ウルフ

国際松濤館空手道連盟五段の講師が、老若男女を問わず実践できる健康法としての空手道と気功を指導します。準備体操をして、主に初級の「型」を通じて伝統的な武道空手を稽古します。体力、柔軟性、バランス感覚、集中力が高まります!

講座番号 6104 カラダいきいきフィットネス 定員 15名

日時 木曜日 10/6 | 10/13 | 10/20 | 10/27 11/10 | 11/17 | 11/24 | 12/8 12/15 | 12/22 | 1/19 | 1/26 全12回 受講料 11,000円

講師 川島 歩

運動不足や加齢とともに体の動きは悪くなりがち。講座では、深層部の小さな筋肉や関節を意識的に動かし代謝アップ!有酸素運動や筋力トレーニングなども組み合わせ合わせて転倒予防!不調を軽減し、楽に動ける体を作っていきましょう。

ヨガマット(バスタオル)、飲み物、タオルを持参してください。上履きは不要です。

講座番号 6105 バドミントンを楽しもう! 定員 20名

日時 木曜日 10/6 | 10/13 | 10/20 | 10/27 11/10 | 11/17 | 11/24 | 12/8 12/15 | 12/22 | 1/19 | 1/26 全12回 受講料 11,000円

講師 川島 歩

バドミントンの初心者・初級者を対象に、生涯スポーツとしてのバドミントンを楽しむ講座です。筋トレやレクゲームなど健康づくりに役立つ運動なども取り入れながら、一緒に心地よい汗を流しましょう!

準備物:体育館シューズ、ラケット(貸出可)。初回は講義室に集合した後、体育館へ移動します。

講座番号 6106 KOBA式体幹バランストレーニング (姿勢改善・転倒・腰痛予防編) 定員 15名

日時 木曜日 10/6 | 10/13 | 10/20 | 10/27 11/10 | 11/17 | 11/24 | 12/1 12/8 全9回 受講料 8,500円

講師 河野 磨

この講座では4つの身体機能を向上させることで姿勢改善、転倒、腰痛を予防します。4つの身体機能とは「柔軟性」「安定性」「バランス」「運動性」です。健康寿命を伸ばし生涯元気で過ごしましょう!(春夏と同じ内容です)

動きやすい服装・筆記用具・飲み物・汗拭きタオル

講座番号 6107 里山再発見 定員 20名

日時 木曜日 10/13 | 10/20 | 11/10 | 11/24 12/8 | 12/22 | 1/12 | 1/26 全9回 受講料 10,000円

講師 田中俊夫

手軽に登れる里山散策を通じて徳島の良さ、自然の恵みを再発見しましょう。山登りは足腰の強化、体力づくりにも役立ちます。

1/12と2/9は午後までかかります。それ以外は13時までには終了。

日程・詳細内容

- 10/13 オリエンテーション、城山トレーニング
- 10/20 大麻山三角点ルート7km
- 11/10 神山森林公園11km
- 11/24 眉山縦走10km
- 12/8 植物園～はずかし峠～弁天山10km
- 12/22 観音道～大山寺11km
- 1/12 千羽海崖14km
- 1/26 文化の森～黒岩神社～眉山10km
- 2/9 かも道～太龍寺15km

講座番号 6108 空海と歩く ～ウォーキング準備編 定員 15名

日時 木曜日 10/13 | 10/20 | 11/10 | 11/24 12/8 | 12/22 | 1/12 | 1/26 全9回 受講料 10,000円

講師 田中俊夫

1月開講の歩き遍路講座の準備編です。歩き遍路では1日20km以上を連続して歩きますが、基礎体力+山歩きウォークのトレーニングを積み重ねる方が実施可能です。お遍路さんになる体力づくりを始めましょう。講座の継続受講者も体力作りにご活用ください。

1/12と2/9は午後までかかります。それ以外は13時までには終了。

日程・詳細内容

- 10/13 オリエンテーション、城山トレーニング
- 10/20 大麻山三角点ルート7km
- 11/10 神山森林公園11km
- 11/24 眉山縦走10km
- 12/8 植物園～はずかし峠～弁天山10km
- 12/22 観音道～大山寺11km
- 1/12 千羽海崖14km
- 1/26 文化の森～黒岩神社～眉山10km
- 2/9 かも道～太龍寺15km

★… 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。

対面授業のみ

遠隔授業のみ

ハイブリッド(対面授業・遠隔授業両者対応)

健康・スポーツ分野

講座番号 6109 空海と歩く(同行二人)★ ～土佐遍路③2022 定員 30名

日時 9:00~16:00 9/25*|10/26|10/27|10/28|10/29|10/30|10/31 全7回 受講料 15,000円 講師 田中俊夫

講義の概要 1,200年の時の流れを身体で感じながら歩いてみませんか。土佐遍路は400kmにも及び「修行の道場」とも呼ばれています。「修行の歩き遍路」はきっと究極の「心の癒やし」となります。

- 1 9/25(日) オリエンテーション、マリンピア14kmウォーク
- 2 10/26(水) 土佐遍路③大方まで
- 3 10/27(木) 土佐遍路③下の加江まで
- 4 10/28(金) 土佐遍路③38番金剛福寺
- 5 10/29(土) 土佐遍路③市ノ瀬まで
- 6 10/30(日) 土佐遍路③39番延光寺
- 7 10/31(月) 土佐遍路③愛媛県愛南町まで

講座番号 6111 空海と歩く(同行二人)★ ～伊予遍路2023② 定員 30名

日時 3/25|3/26|3/27|3/28|3/29 全5回 受講料 11,000円 講師 田中俊夫

講義の概要 大自然の息吹を感じる久万高原から松山市街まで、遍路道も札所も雰囲気が大きく異なる遍路の醍醐味を、歩いて巡るからこそ実感できるはず。

- 1 3/25(土) 伊予遍路②内子
- 2 3/26(日) 伊予遍路②大宝寺
- 3 3/27(月) 伊予遍路②岩屋寺
- 4 3/28(火) 伊予遍路②浄瑠璃寺～石手寺
- 5 3/29(水) 伊予遍路②大山寺、円明寺

講座番号 6113 石垣島マラソンを走ろう!★ (マラソニックを同時受講必須) 定員 50名

日時 土曜日 11/26|1/7|1/22* 全3回 受講料 5,000円 講師 田中俊夫

講義の概要 日本のフルマラソンでは最南端の開催地である石垣島は蒼い海に囲まれたまさにパラダイス。フルマラソンの他に10km、ハーフと3つの種目があるのでご自分に合ったチャレンジが可能です。

- 1 11/26 10:00～ 練習計画
- 2 1/7 13:00～ 最終打合せ、最終調整2時間走
- 3 1/22(日) 石垣島マラソン

講座番号 8101 楽しく話して、フレイル(虚弱)予防 定員 10名

日時 金曜日 10:00~11:30 10/7|10/14|10/21|10/28|11/4|11/11|11/18|12/2 全8回 受講料 1,000円 講師 代表者 京野 講師 岡 他まなび連会員

講義の概要 時事問題、経済、歴史、文化、文学、スポーツ等に関する現代社会の変化を受講生が共有し、話すことで知的好奇心を刺激して脳トレとなります。話すことで社交性も芽生え、社会参加を意識することによりフレイル予防につながります。

その他

講座番号 6110 空海と歩く(同行二人)★ ～伊予遍路2023① 定員 30名

日時 土曜日 9:00~12:00 1/7|1/14|1/28|2/11|2/23*|3/4|3/5*|3/6* 全9回 受講料 14,500円 講師 田中俊夫 他

講義の概要 「菩提の道場」と呼ばれる伊予遍路は4県で最も多い26ヶ寺を有し、総距離は360kmにも及びます。札所以外にも十夜ヶ橋や文殊院など(いずれも別格札所)弘法大師伝説のゆかりの地が多数あります。歩き遍路の魅力がいっぱい詰った伊予遍路の旅に出かけてみませんか。

- 1 1/7 伊予遍路について、遍路のトレーニング、城山サーキット
- 2 1/14 文化の森10kmウォーク
- 3 1/28 遍路の民俗学、ルート解説
- 4 2/11 月見が丘公園～長原渡し15kmウォーク
- 5 2/23(木祝) 眉山1周20kmウォーク
- 6 3/4 伊予遍路①観自在寺
- 7 3/5(日) 伊予遍路①柏坂～宇和島
- 8 3/6(月) 伊予遍路①龍光寺、仏木寺、明石寺
- 9 3/7(火) 伊予遍路①十夜ヶ橋

講座番号 6112 いつかはホノルルマラソンBasic II★ (2022年春夏公開講座いつかはホノルルマラソン2022 Basicの受講必須) 定員 10名

日時 土曜日 13:00~17:00 10/8*|10/22*|11/5|11/12*|11/19|11/26|12/3|12/11*|12/24* 全9回 受講料 11,000円 講師 田中俊夫 他

講義の概要 本年度初めてマラソン講座を受講された方の秋講座です。大会に向けた実践的な知識を学び、段階的に走れる距離を伸ばしていく練習でフルマラソン、ハーフマラソン完走を実現させましょう。

- 1 10/8 10:00～ フルマラソンの練習計画(田中)、60分走
- 2 10/22 9:00～ KOBA式体幹トレーニング(河野)、アイシングとテーピング(岸本)、60分走
- 3 11/5 コアコンディショニング(大村)、ラン効率改善トレーニング(岸本)、60分走
- 4 11/12 8:30～ ソフトインターバル走(吉野川河川敷)
- 5 11/19 ヨガストレッチ(和田)、ランニングレッスン(和田)、60分走
- 6 11/26 3時間走
- 7 12/3 コアコンディショニング(大村)、ランニングレッスン(加藤智)、60分走
- 8 12/11(日) 2時間走
- 9 12/24 9:00～ リレーマラソン

講座番号 8102 (からだカレッジ修了生講座) 健康よくばりエクササイズ 定員 20名

日時 水曜日 13:30~15:00 10/5|10/12|10/19|10/26|11/2|11/9|11/16|11/30|12/7|12/14|12/21 全11回 受講料 1,000円 講師 中岡洋子 野田弘子 石川美佐 佐竹晶子 杉本洋子 (からだカレッジ 専門課程修了者)

講義の概要 とくしま健康寿命からからだカレッジ専門課程の修了生が、各自の資格や経験を生かしてバラエティ豊かなプログラムを提供します。からだカレッジの学習内容から東洋医学まで健康に役立つ情報と体験が盛りだくさんです。健康よくばり体験で元気な日々を創りましょう。

詳細内容 ストレッチ体操、筋力づくり運動、ウォーキング・レッスン&エクササイズ、ノルディックウォーキング、エアロビクスダンス、いすエクササイズ、阿波踊り体操、脳トレエクササイズ、東洋医学と簡易灸、温熱療法、3B体操…等を組み合わせ実施します。また、室内運動が基本ですが屋外運動もあります。基本的に1回あたり3人の修了生で担当します。

★…曜日や時間帯が通常と異なる日があります。

対面授業のみ

遠隔授業のみ

ハイブリッド(対面授業・遠隔授業両者対応)

リカレント講座

講座番号 R101 リカレント教育研究 定員 20名

日時 火曜日 10/4 | 10/18 | 11/1 | 11/15 | 11/29 | 12/13 | 1/24 全7回 受講料 8,000円 講師 中西一成

講座の概要 平時 / ハイブリッド / 感染拡大時 / Zoom
欧米と違い、リカレント教育はまだ日本社会では理解が深まっていないようです。学び直しはすべての労働者にとって必要、互いに価値を感じ積極的に取り入れている企業や個人はイノベーションが可能です。社長の皆様も参加している講座です。

その都度、資料を準備します。また、推薦図書は時間内にお話しします。

講座番号 R102 環境学習指導者セミナー★ 定員 20名

日時 土曜日 10/8 | 10/15 | 10/22 | 11/5 | 11/12 | 11/19 | 1/7 | 1/21 全8回 受講料 9,000円 講師 中西一成

講座の概要 平時 / ハイブリッド / 感染拡大時 / Zoom
環境学習のリーダーになりたい方、小中学校教員で総合的な学習を指導したい方、環境カウンセラーや自然指導員を目指す方、自然について何でも知りたい方を募集します。山野草や木々、川の生き物や岩石の観察会と座学を組み合わせる。

講師著作の書籍を紹介します。講座の中でよろしければお求めください。「生きている淀川」「生きている由良川」「生きている鶴見川」他

講座番号 R103 AI(人工知能)超入門 定員 20名

日時 金曜日 10/7 | 10/14 | 10/21 | 10/28 全4回 受講料 5,000円 講師 福井昌則

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / Zoom
本講座は、AIの定義・歴史、AIの仕組み(教師あり学習、教師なし学習、強化学習など)、AIモデリングの基礎、そしてPythonを用いた基礎的なAIプログラミングを行い、AIに対する基礎的な理解を深めます。本講座は、産業人材育成講座「AI(人工知能)入門講座」の導入講義としても受講可能です。

講座番号 R104 ビジネスに役立つデータ分析(入門編) 定員 10名

日時 木曜日 11/10 | 11/17 | 11/24 | 12/1 | 12/8 全5回 受講料 6,000円 講師 瓜生真也

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / 休講・中止
身近なデータを題材に、データの見方を学びます。データを要約し、グラフで表現することで、意外な特徴を発見し、意思決定につなぐことができるようになります。また必修化された高校教科情報Ⅰの内容を学ぶこともできます。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 R105 ビジネス中国語講座(入門編) 定員 30名

日時 土曜日 10/1 | 10/8 | 10/22 | 11/5 | 11/12 | 11/19 | 12/3 | 12/10 | 12/17 | 12/24 全10回 受講料 9,000円 講師 張偉

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / Zoom
現在国際ビジネスに中国語の需要が急増しています。現役のビジネスマンだけではなく、退職してからビジネスに興味を持つ人や、生涯にわたってビジネスをやり続けていく人も、すぐ役立つ中国語のビジネス実用会話を勉強したいと思うでしょう。この講座は、ビジネスに使用・応用頻度の高い会話や表現を日本人にできるだけ話しやすい、覚えやすいように教えて行くものです。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 R106 ビジネス中国語講座(入門編) 定員 30名

日時 土曜日 1/7 | 1/21 | 1/28 | 2/4 | 2/18 | 3/4 全6回 受講料 7,000円 講師 張偉

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / Zoom
現在国際ビジネスに中国語の需要が急増しています。現役のビジネスマンだけではなく、退職してからビジネスに興味を持つ人や、生涯にわたってビジネスをやり続けていく人も、すぐ役立つ中国語のビジネス実用会話を勉強したいと思うでしょう。この講座は、ビジネスに使用・応用頻度の高い会話や表現を日本人にできるだけ話しやすい、覚えやすいように教えて行くものです。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 R107 ビジネス英語 入門編2 秋(仕事に活かすビジネス英語) 定員 30名

日時 水曜日 10/5 | 10/12 | 10/19 | 10/26 | 11/9 | 11/16 | 11/30 | 12/7 | 12/14 | 12/21 全10回 受講料 11,000円 講師 Don Weiss 田村実

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / Zoom
今や企業は世界を相手に活動を展開しグローバル人材が求められています。今まで仕事で英語を使ったことがない人も、使えるようになれば新しい自己を発見できる機会となります。英語を使ってグローバル人材の第1歩を踏み出してみませんか。春夏テキストの続きを使います。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 R108 ビジネス英語 初級 冬(仕事で使うビジネス英語) 定員 30名

日時 木曜日 1/5 | 1/19 | 1/26 | 2/2 | 2/9 | 2/16 | 3/2 | 3/9 全8回 受講料 10,500円 講師 田村実

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / Zoom
英文の注文書やメール交換など外国企業との交渉や、英語でのプレゼンテーションなど、「仕事で英語を使う機会がある」と答えた人が半数近くになりました。今や、企業の社会人の基礎力となりつつある「ビジネス英語」を身に付けてみませんか?英語スピーチも行います。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

講座番号 R109 ビジネス英語 中級 冬(海外で活かすビジネス英語) 定員 30名

日時 水曜日 1/11 | 1/18 | 1/25 | 2/1 | 2/8 | 2/15 | 2/22 | 3/8 全8回 受講料 10,500円 講師 Don Weiss

講座の概要 平時 / 感染拡大時 / Zoom
仕事や研究で積極的に英語を使えるようになれば、今までと違った世界が見えてきます。積極的に世界に働きかけ、グローバルに活躍できる人材を育成する中級コースです。春夏講座の初級レベルから1ランク上がった実践的な講座です。

各自で、テキストの購入必須 別紙☆テキスト一覧表参照

気象警報発令に伴う公開講座の休講について

気象警報発令に伴う公開講座の休講につきましては、「暴風と大雨」、「暴風と洪水」、「大雪」の警報が、次の時間帯に徳島市(講座会場)周辺に発令されている場合は、自動的に休講となります。(センターからは特に連絡いたしません)

- 午前 7時に上記警報発令 → 午前の講座は休講
- 午前 11時に上記警報発令 → 午後の講座は休講
- 午後 4時に上記警報発令 → 夜間の講座は休講

※特別警報が発令された場合は、直ちに休講となります。

個人情報の取り扱いについて

申込用紙及び講座内で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
3. 本学教員が教育・研究のため、授業資料、学術調査や論文に使用すること

お問い合わせ 徳島大学 人と地域共創センター 事務室
〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地
TEL 088-656-7276
E-mail: cue7276@cue.tokushima-u.ac.jp
(問い合わせ限定/欠席などの連絡はメールでは受け付けません)

講座番号

R110 介護福祉講座(入門編)「知っク!家庭介護」

定員
30名

日時	月曜日	11/7	11/14	11/21	11/28	全6回
	13:30~15:00	12/5	12/12			

受講料 7,000円
講師 河野和代
細田章
佐藤淳史
妹尾知穂

講座の概要

誰もが迎える高齢期を健やかに過ごすため、また高齢者を在宅で介護している人に必要な介護福祉の知識を学ぶ講座です。介護保険制度や高齢期の理解、また家庭介護において認知症の理解や自立に向けた介護について各回の講座を通して理解を深めます。

日程・詳細内容

平時 / 感染拡大時 / Zoom

1 介護保険について

11/7 「介護保険制度を利用するには」

介護保険制度の運営や、保険給付などについて知り、身近な人に介護が必要となった時など、もしもに備えるために要介護認定等を受けるための手続き方法などについて学びます。

2 介護保険について

11/14 「介護保険サービスについて」

介護保険では、様々なサービスを受けることができます。どのサービスがどんな支援が受けられるのか、費用はどれくらい必要なのかなど、自立した生活を送るために学びます。

3 老化を考える

11/21 「思考の転換で幸せに年を取る」

老化は身体的には機能低下だが、精神的には必ずしも低下ではない。思考の転換で年を取ることをマイナスではなくプラスに考えることで幸せに年を取るを考えます。

4 高齢者の理解

11/28 「高齢者に多い疾患」

加齢に伴い、高血圧や糖尿病などの生活習慣病や、それらが原因で発症する疾患が増えます。高齢者に多い疾患について、原因や予防法について学びます。

5 認知症の理解

12/5 「正しく知ろう認知症」

認知症の原因となる疾患及び段階に応じた心身の変化や心理症状を理解し、認知症の人への関わり方について考えます。

6 家庭介護技術

12/12 「介護技術のいろは」

自然な身体の動きを考えた立位助動方法、自立に向けた福祉用具や自助具の紹介など、介護をする人も受ける人も共に負担の少ない介護技術について学びます。

からだカレッジ楽得エクササイズ(成果サポートプログラム)

からだカレッジの実習科目の実践・継続プログラムです。成果を出せる近道となるはず。からだカレッジの修了者に加えて、他の公開講座等受講者も受講できます。

指導が中心となる講座ではなく、参加者みんなで運動プログラムを実践する実習です。からだカレッジ修了者と市民活動支援士がリーダーを務めます(一部田中が担当)。

申し込み条件

下記の、①または②の条件を満たす方を申し込み対象者とします。

①からだカレッジ修了者

②2022秋冬公開講座(フリーフィットネスⅡ・楽しく話して、フレイル(虚弱)予防・健康よくばりエクササイズ及び無料講座を除く)を1講座以上受講している方

※申し込みが多数の場合、上記条件①を優先とし、残りを②とします。それでも定員が超過する場合は、②を抽選とします。

講座番号

BS02 ウォーキング+

定員
15名

日時	月曜日	10/17	10/24	11/7	11/14	全10回
	13:00~14:30	11/21	11/28	12/5	12/12	

受講料 2,500円
講師 田中俊夫 他

エクササイズの内容

平時 / 感染拡大時 / 休講・中止

運動効果の高いノルディックウォーキングとインターバル速歩を組み合わせる体力向上を目指したプログラムです。体力レベルに合わせて実施できます。

初回講師: 田中

講座番号

BS03 筋トレ&ストレッチ

定員
15名

日時	金曜日	10/7	10/14	10/21	11/4	全10回
	13:30~15:00	11/11	11/18	12/2	12/9	

受講料 2,500円
講師 田中俊夫 他

エクササイズの内容

平時 / 感染拡大時 / 休講・中止

足腰・体幹の強化運動とバランストレーニング、身体の疲労を軽減するストレッチとを組み合わせます。

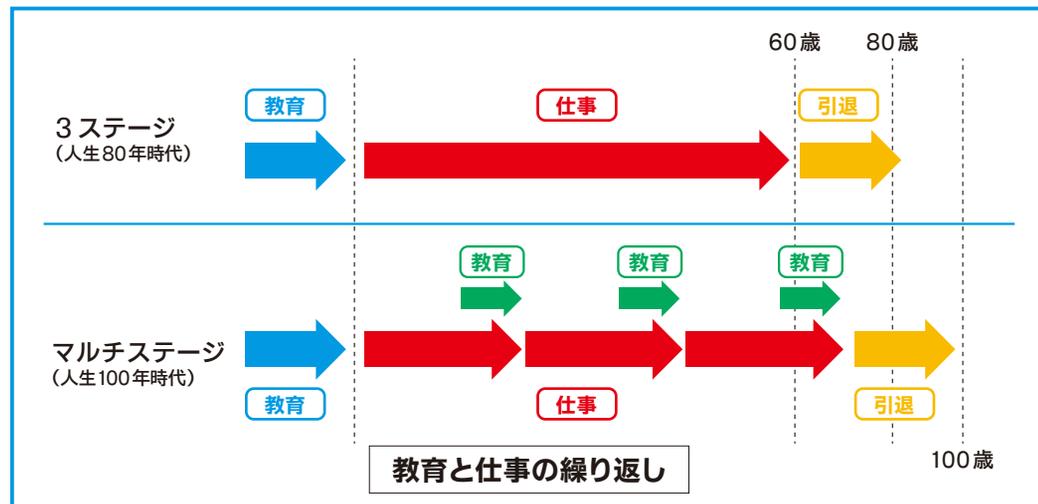
初回講師: 田中

リカレント講座を開講します(お知らせ)

リカレント教育とは「生涯を通じて学び続けていくこと」です。

「学び直し」という言葉でも表現されますが、リカレント(recurrent)は「循環する」といった意味があり、今の時代に求められる知識・スキルにアップデートを繰り返して学習することにより、今後のキャリア形成にも役立ちます。

年功序列や終身雇用といった従来の日本型雇用の見直しが進みつつある今の日本では、学び直しにより転職を有利に進めることができます。



- ①R101 リカレント教育研究
- ②R102 環境学習指導者セミナー
- ③R103 AI(人工知能)超入門
~定義・モデリングそして開発への道標~
- ④R104 ビジネスに役立つデータ分析(入門編)
- ⑤R105 ビジネス中国語講座(入門編) 秋
- ⑥R106 ビジネス中国語講座(入門編) 冬
- ⑦R107 ビジネス英語 入門編2 秋
- ⑧R108 ビジネス英語 初級 冬
- ⑨R109 ビジネス英語 中級 冬
- ⑩R110 介護福祉講座(入門編)



リカレント講座を
10講座開講します。

2022年 秋冬 公開授業一覽

分野	講座番号	講座名(授業科目)	講師氏名	講義日程	受講料
公開授業	7101	大学教育と自身の学びを再考する	吉田 博	月 10:25～	13,500円
	7102	映画でわかる平和と民主主義	饗場 和彦	月 16:20～	13,500円
	7103	地球環境と持続可能な社会	齊藤 隆仁	月 19:40～	13,500円
	7104	元記者が語るジャーナリズム論	饗場 和彦	火 8:40～	13,500円
	7105	都市の人間関係	矢部 拓也	火 16:20～	13,500円
	7106	映画でわかる平和と民主主義	饗場 和彦	金 16:20～	13,500円

公開授業留意事項

- 公開授業の詳しい内容(開講日・時間帯)の資料は、人と地域共創センター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月27日(火)以降に連絡します。携帯電話等の対応をお願いします。
- 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、公開講座パンフレット折り込みの「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。
- 申込締切日: 2022年8月24日(水) 当日17時必着
- 受講料の入金期間については、別途ご連絡します。
- 銀行振込・現金書留のいずれかの方法でご入金ください。
- 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〕

- 公開授業の受講が決まったら.....
- 講義室は、授業開始の直前に正式に決定します。受講決定後は別途ご連絡しますので、各自確認の上、移動してください。
- 休講について
 - 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。受講生となられた方は、各自の管理で休講情報を取得していただきます。
**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」**
 - 昼間に開講する公開授業については、徳島県徳島市に午前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。
 - 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。

アクセス

徳島駅から徒歩の場合: 約30分

バス利用の場合: 約20分

- 徳島市営バス** 徳島駅前から「中央循環(左回り)」行・「島田石橋」行・「商業高校」行 他に乗車し、「助任橋(徳島大学前)」又は「徳島大学南」下車徒歩約5分
(注意)「商業高校」行のみバス停が「徳島大学南」になります。
- 徳島バス** 徳島駅前から鳴門線、鍛冶屋原線に乗車し、「大学前」で下車徒歩約5分

〔キャンパスマップ〕



※人と地域共創センターは、リニューアルしました。