2026年度 秋 冬

徳島大学人と地域共創センター
公開講座受講生募集

～学びを通じて、知識と健康を育む～

申込期間　2026年8月1日(土)～8月21日(金)17時まで

窓口対応時間：平日 9:00～19:00　土曜日 9:00～17:00

※注意：日曜・祝日及び８月11日（火）～８月16日（日）は、キャンパス内に入れません。

◆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。

《公開講座の受講申込にあたって》

令和8年度秋冬公開講座は、対面、オンライン、及び、ハイブリッドで実施します。

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、講座実施方法が異なりますので、講座毎の実施方法をご確認ください。
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。（注：事前に購入いただくことが必要です。）
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。

《注意事項》

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。

《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。

（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。

申込方法

インターネット
https://www.cue.tokushima-u.ac.jp/course/

又は **綴じ込みの申込書を提出**

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。）
インターネットから各講座のシラバス（別途シラバスがある講座のみ）を確認することができます。
また、窓口ではシラバスを印刷したものを準備しております。

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。
受講者が一定の人数に満たない場合、講座の開講を中止することがあります。
2026年**9月1日（火）**までに連絡がなければ受講決定となります。

インターネット 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。

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）

■「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	
2026年10・11・12月から開講の講座	2026年 **9月7日（月）～9月16日（水）**
2027年1月以降に開講の講座	2026年 **11月24日（火）～11月30日（月）**

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。
■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**の液晶ディスプレイに表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。 | 講師の所属等は、令和８年７月１日現在のものです。

社会連携分野

講座番号 A101 阿波踊り体操リーダー養成講座

定員 20名

日時 土曜日 9:30~16:00 | 1/30 | 全1回

受講料 無料

講師 田中俊夫 徳島大学 客員教授

講座の概要 対面

阿波踊り体操は音健アワード2024にて、Community部門「最優秀賞Gold Award」を受賞しました。
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。

徳島県との連携事業です。希望者にはDVD（500円）、ブルーレイ（1,000円）をお分けします。

講座番号 1101 読書のススメ ～徳島を描いた作品を読む

定員 15名

日時 木曜日 18:00~19:30 | 1/7 1/21 1/28 2/4 2/18 3/4 | 全6回

受講料 7,500円

講師 依岡隆児 大学院社会産業理工学研究部 社会総合科学域教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります 対面

徳島を描いた作品をテーマごとに取り上げ、理解を深めていきます。作品は海野十三『三人の双生児』、中村彰彦『二つの山河』、吉川英治『鳴門秘帖』、宇野千代『人形師天狗屋久吉』、中野好夫『主人公のいない自伝～ある城下市での回想』、森内俊雄『梨の花の咲く町』など。

参考書：依岡隆児『新・読書のススメ』徳島新聞社、2022年、1,000円（初日に直接販売）

講座番号 1102 日常に役立つ間主観的自己心理学入門

定員 30名

日時 水曜日 18:00~19:30 | 10/28 | 全1回

受講料 1,500円

講師 井ノ崎敦子 キャンパスライフ 健康支援センター講師

講座の概要 講義時に資料を配付します オンライン（Zoom）

新しい精神分析理論の1つである「間主観的自己心理学」について、日常的な事例を交えてわかりやすく解説し、家族（親子や夫婦など）、友人関係、及び職場でのトラブルといった問題の解決の手助けをする講座です。

講座番号 1103 東アジアの教養の書としての『三体詩』

定員 30名

日時 土曜日 10:30~12:00 | 10/24 11/21 12/12 1/9 2/6 3/6 | 全6回

受講料 7,500円

講師 大村和人 教養教育院教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります 対面

中国古典詩、特に唐代の詩歌は、東アジア地域全体で共有された古典の一つと言えます。本講座では、南宋の周弼によって編纂され、室町時代以来、我が国でも唐詩の代表的選集の一つとして読まれ続けてきた『三体詩』の収録作品を作者別に講読します。

漢和辞典をお持ちください。上記の日程は予定であり、変更する場合があります。

講座番号 1104 理解が深まる刑事法

定員 15名

日時 水曜日 15:00~16:30 | 11/4 11/11 | 全2回

受講料 2,500円

講師 山本光治 研究支援・産官学連携センター 知財法務部門教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

ニュースやドラマで、犯罪や逮捕なんかの情報を耳にします。でも、漠然と理解していませんか？第１回刑法（犯罪等）、第２回刑事訴訟法（手続法）として、皆さんの質問にもお答えしながら説明させていただきます。

講座番号 1105 お遍路がもっと楽しくなる【空海の世界】

定員 50名

日時 木曜日 13:30~15:00 | 10/8 10/15 10/22 10/29 | 全4回

受講料 5,000円

講師 鈴木泰祥 真言宗萬福寺副住職、那賀町地域再生塾メンバー

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります ハイブリッド（対面・Zoom両者対応）

なぜ空と海なのか。なぜお遍路を始め、その後にどこへ向かったのか。お大師さんについて学べば、四国遍路がもっと楽しくなる。世に伝わる伝説と史実。そして空海の自叙伝を手掛かりにして、空海史の謎を考察します。

講義内容をまとめた本を購入いただけます（希望者のみ）

講師著作
『邪馬台国と空海』
『竜王空海』
『空海語り』（各500円）

講座番号 1106 人形浄瑠璃 歴史や実践

定員 15名

日時 火曜日 18:00~19:30 | 10/13 10/20 10/27 11/10 11/17 11/24 | 全6回

受講料 7,500円

講師 マーティン ホルマン 徳米座（とくべいざ）座長、日本文学研究家

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

毎回受講者に与えられた人形の歴史の読み物や脚本について話し合い、人形の遣い方を三番叟、恵比須舞、などの演目で練習します。

講座番号 1107 古典文学研究基礎 ―平安時代を中心に―

定員 50名

日時 水曜日 13:00~14:30 | 10/7 10/14 10/21 10/28 11/4 11/11 11/18 11/25 12/2 12/9 | 全10回

受講料 10,000円

講師 堤 和博 大学院社会産業理工学研究部 社会総合科学域教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

これまでこの講座では主として平安時代の作品や作家を取り上げてきました。今回は改めて古典文学における作品・作家研究の基礎論を講じます。平安の著名な作家・作品を具体的に題材にし、どの作品・作家にも通じる内容を目指します。

古語辞典をお持ちの方は持参されることをお勧めします。

講座番号 1108 初心者向け 資産形成セミナー ～時間を味方に積立投資～

定員 30名

日時 金曜日 13:30~15:00 | 11/20 | 全1回

受講料 無料

講師 阿波銀行 アセットコンサルティング部 徳島コンサルティングプラザ

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

NISA制度拡充により資産形成がより身近になってきました。将来の資産づくりにとって大切な基礎の部分を学びましょう。iDeCoの税制についてもお伝えします。

講座番号 1110 人生の羅針盤を作成しよう！ ―ライフデザイン・ポートフォリオ―

定員 30名

日時 月曜日 20:00~21:30 | 11/9 11/16 11/30 12/7 12/14 12/21 | 全6回

受講料 7,500円

講師 山川 修 Safeology研究所代表
Gehrtz 三隅友子 流通科学大学特任教授、徳島大学名誉教授

講座の概要 講義時に資料を配付します オンライン（Zoom）

人生で求めていることについて、対話を通して気づきを深めます。自己開示や傾聴を体験しながら、人との関わりやコミュニケーションを振り返ります。講座を通して自分らしい人生の羅針盤を一緒に見つけてみませんか。

ワークシートに記入、毎回の対話を経て最終日に人生の確信についてお披露目をします。初めての方はもちろん再受講の方も大歓迎です。

講座番号 1109 シーボルトの地図を読む

定員 50名

日時 木曜日 13:30~15:00 | 11/19 11/26 12/3 12/10 12/17 | 全5回

受講料 6,000円

講師 平井松午 徳島大学名誉教授

講座の概要 講義時に資料を配付します ハイブリッド（対面・Zoom両者対応）

江戸後期に長崎に滞在したシーボルトは、日本の動植鉱物・物産など数万点を収集している。その中には日本や周辺地域の地図も含まれ、多くはオランダのライデン大学図書館に収蔵されている。講座ではシーボルトの地図を紹介する。

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。

人間・社会分野

★ … 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。 | 講師の所属等は、令和８年７月１日現在のものです。

人間・社会分野

講座番号 1111 ニーチェの哲学

定員 20名

日時 **金曜日** 15:00~16:30

10/9	10/30	11/13
12/4	12/18	

全5回

受講料 6,000円

講師 **今崎高秀**
教養教育院非常勤講師、香川大学大学教育基盤センター非常勤講師

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

ドイツの哲学者F・ニーチェ（1844-1900）の各種テクストに触れ、その内実について考え、自由に議論ないし談話します。参加に必要な予備知識などはございませんので、お気軽にご参加ください。

講座番号 1112 カウンセラーと学ぶカウンセリング入門講座

定員 20名

日時 **木曜日** 18:00~19:30

10/8	10/22	11/5

全3回

受講料 4,000円

講師 **後藤龍太**
キャンパスライフ健康支援センター助教

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります 対面

カウンセリングとはなにか？日常的な相談とカウンセリングはどのように違うのでしょうか？
本講座は、カウンセリングについてわかりやすく解説し、初めて学ぶ方でも日常生活に活かしてもらえるような入門講座になります。

資料を当日お渡しします。筆記用具をご持参ください。

地域創生分野

講座番号 F101 おしゃべりカフェ ～ほっと一息、つながるひと時～

定員 15名

日時 **金曜日** 10:30~12:00

10/9	10/16	11/13
11/27	12/4	

全5回

受講料 6,000円

講師 **畠 一樹**
高等教育研究センター講師
ニシイサチコ
一般社団法人アクティブ・ブック・ダイアローグ協会ディレクター

講座の概要 講義時に資料を配付します ハイブリッド（対面・Zoom両者対応）

世代や立場を超え、多様な人々が集い、気軽に語り合う場です。
興味、趣味、人生観、社会観など多岐なテーマに基づいて、互いに語らいながら「3つのツ（ツタワル、ツナガル、ツクル）」を愉しみましょう♫

講座受講前に講座資料を配布する場合があります。その際は確認のうえで講座に参加してください。

講座番号 1113 歴史が逆流する時代 ―政治と教育に注目して

定員 20名

日時 **金曜日** 16:30~18:00

10/9	10/23	11/13
11/27	12/18	

全5回

受講料 6,000円

講師 **饗場和彦**
徳島大学名誉教授、大阪女学院大学教授

講座の概要 講義時に資料を配付します ハイブリッド（対面・Zoom両者対応）

ウクライナ戦争やガザのジェノサイド、イラン戦争など近年、歴史が逆流しています。世界は３度目の大戦に向かうのか、日本も武力強化が必要なのか。とくに日本の衰退は政治と教育に元凶があります。失望と悲観を何とか乗り越えましょう。

受講に際しとくに用意するものはありません。

講座番号 F102 食と農を通した健やかな未来を共創しよう★

定員 15名

日時 **金曜日** 13:30~15:00

10/9	10/16	11/13
11/27★	12/4★	1/8

全6回

★時間が異なります（下記参照）

受講料 8,500円

講師 **畠 一樹**
高等教育研究センター講師
金村真友子
一般社団法人とくしまCSA風土代表理事

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

心身の健康と社会とのつながりを、対話やフィールドワークを通して体感的に学びます。現役農家のリアルな声に触れながら、食と農の課題を“自分ごと”として捉え、その学びを通して、自分らしい価値観と生き方を探求し、健やかな未来を描き、実現するための一歩を踏み出すイメージを受講生たちで共創します。
第１講：オリエンテーション（食と農の現状）
第２講：講義（具体例を通した対話１）
第３講：講義（具体例を通した対話２）
第４講：フィールドワーク（自然農園マユコベ（国府町））
第５講：ワークショップ（IPPO Project（イッポ・プロジェクト））
第６講：総括（予祝）
注：開講時間は通常13:30～15:00ですが、第４講（11/27（金））及び第５講（12/4（金））は、開講時間を拡大して13:30～16:30となります。

体験を育むためのフィールドワークを用意しています。講座受講料に加えてレクリエーション保険（300円程度）をご負担いただきます。

講座番号 F103 現代の食と農を考える ―今日の食生活は持続可能？―

定員 30名

日時 **火曜日** 10:30~12:00

10/13	10/27	11/17
11/24	12/1	

全5回

受講料 6,000円

講師 **橋本直史**
大学院社会産業理工学研究部生物資源産業学域准教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

今日、我々が享受している食生活は、どのように支えられているのでしょうか？他方、農業の衰退とはどのような関係があるのでしょうか？将来的にも持続可能な食と農のあり方について、当講座では考えていきたいと考えています。

講座番号 F104 ゲートキーパー養成講座（自殺予防支援）秋講座

定員 20名

日時 **土曜日** 10:00~12:00

10/3		

全1回

受講料 1,500円

講師 **糸林剛志**
キャンパスライフ健康支援センター助教

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります 対面

人は誰でも、落ち込むことがあります。ゲートキーパーとは、悩んでいる身近な人に気づき、声をかけ、そっと寄り添える人のことです。この講座では、話の聞き方や支援へのつなぎ方を、ロールプレイを交えながら実践的に学びます。（講座番号 F105 と内容は同じです。）

筆記用具をご持参ください。

講座番号 F105 ゲートキーパー養成講座（自殺予防支援）冬講座

定員 20名

日時 **土曜日** 10:00~12:00

1/30		

全1回

受講料 1,500円

講師 **糸林剛志**
キャンパスライフ健康支援センター助教

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります 対面

人は誰でも、落ち込むことがあります。ゲートキーパーとは、悩んでいる身近な人に気づき、声をかけ、そっと寄り添える人のことです。この講座では、話の聞き方や支援へのつなぎ方を、ロールプレイを交えながら実践的に学びます。（講座番号 F104 と内容は同じです。）

筆記用具をご持参ください。

講座番号 F106 持続可能な〈日本〉の未来を語り合おう ～書籍の輪読をもとに～

定員 12名

日時 **金曜日** 19:20~20:50

10/30	11/13	11/27
12/11	12/25	

全5回

受講料 2,500円

講師 **鈴木尚子**
人と地域共創センター准教授

講座の概要 オンライン（Zoom）

本講座では、持続可能な日本の未来について、ある有識者の見解が述べられた書籍をもとに語り合います。経済・人類史・福祉等、多様な角度から考えていきましょう。お申し込み前に書店やネット等で書籍の概要をご確認の上、ご関心のある方のみお申し込みください。

使用テキスト：広井良典『日本の未来像～地球定常文明のデザイン～』（岩波新書 新赤版2102）、税込1,100円
本講座は、講義形式ではなく、参加者同士の対話により進めますので、カメラは常時オンにしていただきます。

講座番号 F107 持続可能な〈世界〉の未来を語り合おう ～書籍の輪読をもとに～

定員 12名

日時 **金曜日** 19:20~20:50

1/8	1/15	1/22
1/29	2/5	

全5回

受講料 2,500円

講師 **鈴木尚子**
人と地域共創センター准教授

講座の概要 オンライン（Zoom）

本講座では、持続可能な世界の未来について、エマニュエル・ドット氏を中心に、複数の海外の有識者との対談が収められた書籍をもとに語り合います。お申し込み前に、書店やネット等で書籍の概要をご確認の上、ご関心のある方のみお申し込みください。

使用テキスト：エマニュエル・トッド他『2030来たるべき世界』（朝日新書）、税込990円
本講座は、講義形式ではなく、参加者同士の対話により進めますので、カメラは常時オンにしていただきます。

★ … 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。 | 講師の所属等は、令和８年７月１日現在のものです。

地域創生分野

講座番号 F108

「認知症にやさしい図書館づくり」のあり方を考えよう ～国内外の事例から～

定員 10名

日時 土曜日 14:00~16:00

1/9				全1回

受講料 1,500円

講師 鈴木尚子（人と地域共創センター准教授）

講座の概要 オンライン（Zoom）

この講座では、認知症の人にやさしい図書館づくりについて、講師の調査に基づく国内外の主な事例をご紹介するとともに、今後のあるべき姿をともに考えます。前半は講義形式、後半は対話形式とし、中盤に休憩を入れて進めます。

この講座では、受講者のご意見を聴きながら進めますので、カメラオンでのご参加をお願いします。

情報・技術分野

講座番号 3101

先生のための生成AIとプログラミング

定員 40名

日時 土曜日 10:30~12:00

10/3	10/10	11/7		全4回
11/14				

受講料 5,500円

講師 田巻公貴（高等教育研究センター助教）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

本講座では、プログラミングと生成AIの基本から、日常や教育的な活用方法を体験的に学びます。加えて、情報技術を活用した授業設計に関わる知識や、教育的な視点を紹介します。教育関係以外の一般の方も歓迎します。

パソコンをご持参ください。プログラミングや生成AIの利用、および講義資料の配付を行います。

講座番号 3103

サイバー犯罪体験講座 ～事例を知って対策を～

定員 30名

日時 土曜日 13:30~15:00

11/21				全1回

受講料 無料

講師 柘原勇人（徳島県警サイバー戦略推進課）

講座の概要 対面

令和７年中のサイバー犯罪の現状などをご紹介します。また、身近なサイバー犯罪の被害相談が増加していますので、サポート詐欺などの手口を体験していただいた上で、その具体的な対策などについてご説明します。

講座番号 3104

はじめて学ぶChatGPT

定員 30名

日時 火曜日 18:00~19:30

10/6				全1回

受講料 1,500円

講師 金西計英（高等教育研究センター教授）

講座の概要 対面

この講座では最新の人工機能技術であるChatGPTについて学びます。大規模言語モデルを用いて開発されたとされるChatGPTの原理や応用について取り上げ、課題についても説明します。

講座番号 3106

ChatGPTの入門と応用

定員 15名

日時 土曜日 10:00~11:30

10/3	10/17	10/31		全4回
11/21				

受講料 5,500円

講師 関 陽介（神戸市外国語大学准教授）

講座の概要 講義時に資料を配付します オンライン（Zoom）

ChatGPTを利用する上での安全対策／注意点や、プロンプト術、画像生成、データ分析、音声認識、Deep Research（詳細なレポートの作成）の使い方を解説する予定です。※過去の講座を一部変更した内容になります。

ChatGPTに登録（無料）するためにメールアドレスが必要です。

芸術分野

講座番号 4101

写真講座 ―初心者からベテランまで楽しく写真を撮ろう

定員 20名

日時 土曜日 10:30~12:00

10/3	10/17	11/21		全10回
12/19	12/26	1/9		
1/30	2/6	2/13		
2/20				

受講料 10,000円

講師 上野照文（公益社団法人 日本写真家協会会員）

講座の概要 対面

写真を撮ること、見ることなど講座内で講座生のデータを見ながら進めます。期間中近郊撮影会も実施します。何で撮るかではなく何を撮るかを考えながら講義を進めていきます。

自然災害等による公開講座の休講について

1. 徳島市（講座会場）に「暴風」、「大雨」、「大雪」、「洪水」の警報が次の時間帯に発表されている場合は、当日の公開講座の休講に係る基準及び措置については、次の表のとおりとなります。（センターからは特に連絡いたしません。）

基準	措置
午前７時に発表中の場合	午前の講座は休講
午前７時を過ぎ午前11時に至るまでの間に発表された場合	次の時限以降の午前の講座は休講
午前11時に発表中の場合	午後の講座（夜間の講座を除く。）は休講
午前11時を過ぎ午後４時に至るまでの間に発表された場合	次の時限以降の午後の講座（夜間の講座を除く。）は休講
午後４時に発表中の場合	夜間の講座は休講
午後４時を過ぎて発表された場合	次の時限以降の講座は休講

2. 徳島市に震度５以上の地震が発生または大津波警報が発表された場合は、直ちに休講となります。
3. 南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）が発表された場合は、３日間の休講とし、必要に応じて、休講を延長することがあります。

講座番号 3102

はじめての生成AI活用：仕事の文書・資料づくり実践講座

定員 10名

日時 金曜日 18:00~19:30

10/2	10/9	10/16		全5回
10/23	10/30			

受講料 6,500円

講師 瓜生真也（デザイン型AI教育研究センター助教）

講座の概要 講義時に資料を配付します ハイブリッド（対面・Zoom両者対応）

ChatGPT・Gemini・Claudeなど話題の生成AIを仕事に活かす全５回の入門講座。調べ物や文章・資料の作成を実際に試しながら、AIの得意・不得意や注意点も学び、自分の仕事に合った使い方を見つけます。

Wi-Fi接続が可能なPC/タブレット・生成AI無料アカウント（ChatGPT、Gemini、Claude）1つ（必須ではありません）

講座番号 3105

Power Point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

10/1	10/8	10/15		全8回
10/22	10/29	11/5		
11/12	11/19			

受講料 10,500円

講師 金西計英（高等教育研究センター教授）

講座の概要 対面

写真を挿入したり、アニメーションを設定した効果的なPower Point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。

テキスト「よくわかるMicrosoft PowerPoint 2024 基礎」ISBN：9784867751466 FOM出版 2,100円＋税

講座番号 3107

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 10:00~11:30

10/3	10/10	10/17		全9回
10/24	11/7	11/21		
12/5	12/12	12/19		

受講料 10,000円

講師 辻 明典（技術支援部 技術専門員）

講座の概要 講義時に資料を配付します 別途シラバスがあります 対面

AI/IoT、センサの最新技術について学ぶことができます。音声認識機能を備えたIoT教材を用いて、基礎から実践レベルまでの知識と技術を身につけられます。応用編は、基礎編の受講後に受講することが望ましいです。

教材費（3,000円）が別途必要です。パソコン（Windows11）をご準備ください。
※応用編から受講の方は基礎編教材費（3,000円）も必要です）。

語学・国際交流分野

講座番号 5101

食文化に関するベトナム語

定員 15名

日時 土曜日 13:00~16:00

10/10				全1回

受講料 2,000円

講師 チャン ホアンナム（国際センター准教授）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

美味しくベトナム風コーヒーを作りましょう!ベトナムの食文化に関する語彙・表現を学び、旅行や仕事にも役立つ会話を練習します。コーヒー・お茶デモンストレーション、文化も楽しめる実践型、初心者もリピーターも大歓迎です!

★ … 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。 | 講師の所属等は、令和８年７月１日現在のものです。

語学・国際交流分野

講座番号 5102 もう一度始める英語

定員 15名

日時 金曜日 13:00~16:00

11/20 | 全1回

受講料 2,000円

講師 内山八郎 教養教育院教授

講座の概要 講義時に資料を配付します オンライン（Zoom）

本講座では自己紹介に始まり、自身の出身地について、自身の経験についてなど、簡単な英語を使いながら英語を学習する。また必要不可欠な文法事項などの復習も行いながら、英語を楽しみながら学習する。

教材は当日教員より共有される為、事前にご購入いただく必要はありません。

講座番号 5103 楽しく学ぶポルトガル語

定員 15名

日時 火曜日 18:30~20:00

10/13 | 10/20 | 10/27 | 11/10 | 11/17 | 11/24 | 12/1 | 12/8 | 12/15 | 12/22 | 全10回

受講料 10,000円

講師 松尾ドゥルシー ポルトガル語通訳

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

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 ドイツ語で触れるドイツの文化・社会

定員 20名

日時 金曜日 15:00~16:30

10/2 | 10/23 | 11/6 | 11/20 | 12/11 | 全5回

受講料 6,000円

講師 今崎高秀 教養教育院非常勤講師、香川大学大学教育基盤センター非常勤講師

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

ドイツの社会・文化・思想などに、ドイツ語の文章や動画で触れる講座です。ドイツ語の初級文法の知識があると学びがより深まりますが、日本語訳は講師の方でつけますので必須ではございません。扱うテーマ・素材は受講者さまと相談して柔軟に決めます。「ドイツ語」ではなく、「ドイツ（語圏）の文化・社会」に興味関心のある方のご参加も大歓迎です。お気軽にご参加ください。

講座番号 5105 談笑風生中国語（初級）秋

定員 20名

日時 水曜日 18:30~20:00

10/7 | 10/14 | 10/21 | 10/28 | 11/4 | 11/11 | 11/18 | 11/25 | 12/2 | 12/9 | 全10回

受講料 10,000円

講師 張 偉 四国大学非常勤講師、通訳

講座の概要 対面

本講座は『体験的に学ぶ中国語』という教科書を使って、中国語の基礎文法を勉強しながら、“買い物、観光、送別会”など日頃の会話でよく見られる表現を楽しく勉強できる初級中国語講座です。

『体験的に学ぶ中国語』駿河台出版社　2026年 2,400円＋税

講座番号 5106 談笑風生中国語（初級）冬

定員 20名

日時 水曜日 18:30~20:00

1/6 | 1/13 | 1/20 | 1/27 | 2/3 | 2/10 | 2/17 | 3/3 | 全8回

受講料 10,000円

講師 張 偉 四国大学非常勤講師、通訳

講座の概要 対面

本講座は『体験的に学ぶ中国語』という教科書を使って、中国語の基礎文法を勉強しながら、“買い物、観光、送別会”など日頃の会話でよく見られる表現を楽しく勉強できる初級中国語講座です。

『体験的に学ぶ中国語』駿河台出版社　2026年 2,400円＋税

講座番号 5107 談笑風生中国語（中級）秋

定員 20名

日時 月曜日 13:30~15:00

10/5 | 10/19 | 10/26 | 11/2 | 11/9 | 11/16 | 11/30 | 12/7 | 12/14 | 12/21 | 全10回

受講料 10,000円

講師 張 偉 四国大学非常勤講師、通訳

講座の概要 対面

本講座は中級者向けの方々を対象として、中級程度の中国語読解力養成と深い理解に重点を置き、中国の現状と中国の歴史遺産、歴史人物や更に日中文化交流などをより深く知って頂ける中国語中級講座です。

『新版・中国之窗「第2版」』一认识真实的邻国一　白帝社　2024年 2,500円＋税

講座番号 5108 談笑風生中国語（中級）冬

定員 20名

日時 月曜日 13:30~15:00

1/4 | 1/25 | 2/1 | 2/8 | 2/15 | 2/22 | 3/1 | 3/8 | 全8回

受講料 10,000円

講師 張 偉 四国大学非常勤講師、通訳

講座の概要 対面

本講座は中級者向けの方々を対象として、中級程度の中国語読解力養成と深い理解に重点を置き、中国の現状と中国の歴史遺産、歴史人物や更に日中文化交流などをより深く知って頂ける中国語中級講座です。

『新版・中国之窗「第2版」』一认识真实的邻国一　白帝社　2024年 2,500円＋税

健康・スポーツ分野

講座番号 6101 首・肩・腰の姿勢を改善！知ろう自分の体と運動法

定員 15名

日時 月曜日 10:00~11:30

1/25 | 2/1 | 2/8 | 2/15 | 2/22 | 3/1 | 3/8 | 全7回

受講料 8,500円

講師 板東正記 人と地域共創センター准教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

ストレートネック、巻き肩、猫背、反り腰。年齢やスマホ・パソコンの影響で姿勢が悪くなったと感じませんか?間違った対応をしていると、効果は得られません。専門家から体の構造や仕組みを学び、正しいストレッチや筋トレで姿勢を改善しましょう。元気で若々しい姿を取り戻しましょう!

体操やストレッチ等の実習を含みます。各自動きやすい服装と水分を持参ください。

講座番号 6102 美姿勢・バランス・体力改善健康ウォーキング講座

定員 15名

日時 木曜日 10:00~11:30

10/22 | 11/5 | 11/12 | 12/3 | 12/10 | 12/17 | 12/24 | 全7回

受講料 8,500円

講師 板東正記 人と地域共創センター准教授

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

専門家が姿勢・バランス・体力改善の運動を指導します。専用機器を用いて自分では気づかない姿勢や歩き方のクセを評価し、改善の方法を指導します。一緒にウォーキングも実施し、楽しい雰囲気で参加者同士の交流も深まります。健康づくりやダイエットにもOK！腰・股・膝痛や外反母趾など個別の悩みもできるだけ対応します。一緒に若々しい姿を取り戻しましょう!

市内近郊のウォーキングコースでの実習を含みます。動きやすい服装と水分を持参してください。

講座番号 6103 武術で身体を整える

定員 25名

日時 月曜日 10:00~11:30

10/5 | 10/19 | 10/26 | 11/2 | 11/9 | 11/16 | 11/30 | 12/7 | 12/14 | 12/21 | 全10回

受講料 10,000円

講師 ヘルベルト・ウルフ 徳島大学名誉教授 教養教育院非常勤講師

講座の概要 対面

空手道六段の講師が、健康法である立禅、気功、太極拳、拳法（空手）の氣の調整、呼吸法、基本技、型などを家でもできるように教えます。体力に不安のある方にもやさしい健康維持のための心身の鍛錬法です!

動きやすい服装。裸足で稽古します。水分補給できるものを持参して下さい!

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 6104 エンジョイフィットネス

定員 20名

日時 火曜日 10:00~11:30

10/6	10/20	10/27	全12回
11/17	11/24	12/1	
12/15	12/22	1/12	
1/26	2/9	2/16	

受講料 12,000円

講師 日切加奈子（健康寿命マスター）、髙田弘子（健康寿命マスター）

講座の概要 対面

筋力やバランス感覚は気づかないうちに低下していきます。ノルディックウォーキングで城山に登るなど、下肢筋力を養います。筋肉トレーニングやバランス運動、脳トレもしながら、楽しくアンチエイジングにつなげましょう。

雨天時は多目的室で筋トレなどを行いますのでヨガマット、またはバスタオルをお持ちください。

講座番号 6105 カラダいきいきフィットネス ～寒い時こそ代謝アップ!～

定員 15名

日時 木曜日 10:00~11:30

10/8	10/15	10/22	全14回
11/5	11/12	11/19	
12/3	12/10	12/17	
12/24	1/7	1/21	1/28
2/4			

受講料 14,000円

講師 川島 歩（生涯学習健康マラソンクリニック、健康運動指導士）

講座の概要 対面

誰でも“無理なく楽しく”体を動かすことを目的とした講座です。将来の転倒・介護予防につながるいろいろな運動を組み合わせて全身の代謝向上を促し、心身の不調を改善、体力・筋力・脳力アップをめざしましょう!

飲み物、タオルを持参してください。ヨガマット、上履きは不要です。

講座番号 6106 バドミントンを楽しもう!

定員 12名

日時 木曜日 13:00~14:30

10/8	10/15	10/22	全10回
11/5	11/12	11/19	
12/3	12/10	12/17	
12/24			

受講料 10,000円

講師 川島 歩（生涯学習健康マラソンクリニック、健康運動指導士）

講座の概要 対面

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。基本的な打ち方や動きの練習、ダブルスゲームなどで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）、飲み物、タオル

講座番号 6107 KOBA式 体幹バランストレーニング

定員 10名

日時 木曜日 13:00~14:00

10/1	10/8	10/15	全8回
10/22	11/5	11/12	
11/19	11/26		

受講料 8,000円

講師 河野 磨（Mirai株式会社 代表取締役、健康運動指導士）

講座の概要 別途シラバスがあります 対面

KOBA式体幹バランストレーニングを用いたエクササイズ講座です。バランス力、下半身の筋力を高めて運動不足解消と介護予防、QOLの質を高めていきましょう。この講座で自分に合った運動方法を見つけて下さい。

講座番号 6108 爽快!じわっと汗かき 簡単エアロビクス

定員 10名

日時 月曜日 10:00~11:00

10/5	10/19	11/2	全10回
11/16	12/7	12/21	
1/4	1/25	2/1	
2/15			

受講料 8,000円

講師 石川美佐（健康寿命マスター）

講座の概要 対面

音楽に乗って有酸素運動、筋トレ、ストレッチを行い、心肺機能や筋力、柔軟性の向上を目指します。肩こりや腰痛など、体の不調に応えるエクササイズもご紹介します。一緒に気持ちのいい汗をかいて、リフレッシュしましょう!

飲み物、ヨガマット、タオルをお持ちください。

講座番号 6109 楽しくボクシング ～健康で充実した明日のための～

定員 20名

日時 金曜日 10:30~12:00

10/2	10/9	10/23	全8回
10/30	11/13	11/20	
12/11	12/18		

受講料 10,000円

講師 今崎高秀（教養教育院非常勤講師、香川大学大学教育基盤センター非常勤講師）

講座の概要 対面

元選手および指導者の講師が、ボクシングの基本技術を丁寧に解説し、無理なく楽しく運動します。適度な運動量でパンチの技術などを向上させつつ、健康で充実した生活の一助となることが目的です。お気軽にご参加ください。

動きやすい服装、軍手、水分補給できるもの

講座番号 6110 ツボで不調解消!健康生活

定員 10名

日時 土曜日 14:00~15:00

10/3	10/10	10/17	全9回
10/24	11/7	11/21	
12/5	12/12	12/19	

受講料 7,500円

講師 杉本洋子（健康寿命マスター、鍼灸師）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

日常生活で感じる小さな不調を、ツボを知って改善していきましょう。不調の原因となっている筋肉のポイントや東洋医学の考え方を学び、自分で不調を改善し、日常生活をイキイキと送ることを目指す講座です。

毎回パワーポイントを使用しての座学と実技、軽い運動を行う予定です。

講座番号 6111 里山再発見A／歩き遍路準備編A（初級）★

定員 40名

日時 月曜日 10:00~14:00

10/5★	10/19	11/2	全7回
11/30	12/21	1/25	
3/8			

★時間が異なります（下記参照）

受講料 12,000円

講師 田中俊夫（合同会社健康運動げんきLabo、徳島大学名誉教授）、佐竹晶子（健康寿命マスター）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

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。

Aクラスでは上昇標高500mまでのコースをゆっくり歩きます。

※初回はテレコベース（学外施設）で実施します。

歩き遍路の山歩きトレーニングとしても推奨します。雨天の場合は振替日に実施します。

日程・詳細内容

1	10/5 13:00~	眉山ミニハ十ハか所	5	12/21	大海子山~芝山~日の峰
2	10/19	眉山諏訪神社ルート	6	1/25	女体山・矢筈山（さぬき市：貸切バス）
3	11/2	天神山~真稔遍路道	7	3/8	百石山・千石山・万石山
4	11/30	龍王山・境山			

講座番号 6112 里山再発見B／歩き遍路準備編B（中級）★

定員 45名

日時 木曜日 10:00~15:00

10/8	10/29	11/12	全7回
12/3★	12/24	1/7	
3/4			

★時間が異なります（下記参照）

受講料 12,500円

講師 田中俊夫（合同会社健康運動げんきLabo、徳島大学名誉教授）、佐竹晶子（健康寿命マスター）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

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。

Bクラスでは上昇標高500m以上のコースをコース標準タイム程度で歩きます。

※初回はテレコベース（学外施設）で実施します。

歩き遍路の山歩きトレーニングとしても推奨します。雨天の場合は振替日に実施します。

日程・詳細内容

1	10/8	眉山ミニハ十ハか所	5	12/24	蒲生田岬周回
2	10/29	眉山4ルート	6	1/7	鍛冶ヶ峰~津乃峰
3	11/12	大麻山	7	3/4	あずり峠~徳島植物園（桜まつり）
4	12/3 8:15~	伊島ハイキング			

講座番号 6113 空海と歩く ～土佐遍路2026③

定員 30名

日時 土曜日 9:00~12:00

10/3	10/17		全2回

受講料 4,000円

講師 田中俊夫（合同会社健康運動げんきLabo、徳島大学名誉教授）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

「修行の道場」と呼ばれる土佐遍路のクライマックスは足摺岬、3日間の歩みを経て38番金剛福寺に到着します。小さな1歩の積み重ねが結実する感慨を是非味わって下さい。

希望者は歩き遍路(10/20~26)に参加できます。37番岩本寺~39番延光寺までを巡礼します（開講日に詳細ご案内）。

日程・詳細内容

1 10/3 土佐遍路ルート解説
2 10/17 月見ヶ丘海浜公園

★ … 曜日や時間帯が通常と異なる日があります。 | 講師の所属等は、令和８年７月１日現在のものです。

講座番号 6114 空海と歩く ～伊予遍路2027①★

定員 30名

日時 土曜日 9:00~12:00

1/9	1/31★	2/20★	全4回
3/6			

受講料 7,500円

講師 田中俊夫（合同会社健康運動げんきLabo、徳島大学名誉教授）、浅川泰宏（埼玉県立大学教授）

講座の概要 講義時に資料を配付します ★曜日や時間が異なります（下記参照） 対面

伊予遍路は「菩提の道場」と呼ばれ、悟りを開くための道程です。海から山に、山から海にとダイナミックな変化を繰り返す伊予遍路を歩けば身体も心も生まれ変わるはず。あなたもお遍路さんになってみませんか。

希望者は歩き遍路（3/20～24、4/2～5）に参加できます。40番観自在寺～51番石手寺までを巡礼します（開講日に詳細ご案内）。

日程・詳細内容

1	1/9		遍路の民俗学2027（浅川）、伊予遍路とトレーニング、城山トレーニング
2	1/31（日）	13:30～	鳴門大塚スポーツパーク～鳴門周回12km
3	2/20	14:00～	伊予遍路①②ルート解説、城山トレーニング
4	3/6		文化の森～国府周回20km

講座番号 6115 オンライン講座 ～空海と歩く（歩き遍路の世界）

定員 30名

日時 金曜日 20:00~21:30

1/8	1/15	1/29	全4回
2/19	3/5		

受講料 5,000円

講師 田中俊夫（合同会社健康運動げんきLabo、徳島大学名誉教授）、浅川泰宏（埼玉県立大学教授）、モートン常慈（遍路研究家）

講座の概要 講義時に資料を配付します オンライン（Zoom）

「今、訪れるべき場所」として海外の有名旅行誌にも取り上げられた四国遍路。身体的には苦行でもある歩き遍路も四国の自然と文化に包まれたらそこは癒やしの世界。
様々な角度からお遍路を学び、仮想遍路旅も楽しみましょう。

欠席した回は1週間のオンデマンド視聴が可能です。希望者は歩き遍路ツアーに参加できます（開講日に詳細をご案内）。

日程・詳細内容

	1/8	Zoomミーティング接続練習
1	1/15	「四国遍路と伊予の道」（田中）
2	1/29	「四国遍路の民俗学2027」（浅川）
3	2/19	「外国人から見た四国遍路」（モートン）
4	3/5	「歩き遍路と健康寿命」（田中）、伊予遍路の旅

講座番号 6116 ジョガーズパラダイス∞ 楽走レシピ2026B（ベーシック）Ⅱ★

定員 30名

日時 土曜日 13:00~17:00

10/3★	10/17	10/31	全9回
11/7★	11/14	11/22★	
12/5	12/19	12/26★	

受講料 14,000円

講師 田中俊夫（合同会社健康運動げんきLabo、徳島大学名誉教授）、大村 尚（コアコンディショニング協会認定トレーナー）、岸本 実（治療家＆ランニングアドバイザー）、河野 磨（KOBA式体幹トレーニング認定トレーナー）、和田佳那（ワダボディワークス）、楠山尚人（くすコンディショニング）

講座の概要 講義時に資料を配付します ★曜日や時間が異なります（下記参照） 対面

５月から初めてマラソン講座を受講された方の継続講座です。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。

日程・詳細内容

1	10/3	14:15～	フル・ハーフの練習計画（田中）、60分走
2	10/17		コアコンディショニング（大村）、セルフメンテナンスの方法（岸本）、60分走
3	10/31		ソフトインターバル走
4	11/7	9:00～	KOBA式体幹トレーニング（河野）、ラダーステップトレーニング（田中）
5	11/14		ハーフマラソン（吉野川河川敷）
6	11/22（日）	8:30～	3時間走
7	12/5		コアコンディショニング（大村）、KOBA式体幹トレーニング（河野）、60分走
8	12/19		疲労回復ケア、ランレベルアップエクササイズ（和田）、60分走
9	12/26	8:30～	リレーマラソン

講座番号 6117 フリーフィットネスⅡ

定員 50名

日時 月～金曜日 9:00~19:00 ／ 土曜日 10:00~閉館時間

受講料 3,000円

講座の概要 対面

フィットネスコーナーを利用するためのコースです。指導者はつきません。大学やセンターの都合により、急遽利用でき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。

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

その他

講座番号 8101 健康にまつわるちょっとええこと始めんで

定員 12名

日時 金曜日 14:00~15:30

10/9	10/16	10/23	全10回
11/6	11/13	11/20	
12/4	12/11	12/18	
1/8			

受講料 1,500円

講師 髙田弘子、浦川えり子、鳥羽由香里、京野まゆみ（健康寿命マスター）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

「健康寿命延伸」という大きなテーマに、栄養・運動・睡眠などの様々な角度からアプローチを行ないます。管理栄養士、睡眠健康指導士による座学や筋トレなど、健康にまつわるちょっとええことを始めて継続しましょう。

準備物：動きやすい服装、飲み物、タオル

講座番号 8102 フレイル予防のための健幸エクササイズ

定員 15名

日時 月曜日 15:00~16:30

10/5	10/19	10/26	全10回
11/2	11/9	11/16	
11/30	12/7	12/14	
12/21			

受講料 1,500円

講師 京野まゆみ、井上隆史、石本孝明、八幡勧子（健康寿命マスター）

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

阿波踊り体操、体幹筋トレ、バランス運動、簡単ヨーガ、脳トレ、初心者向け太極拳、リズム体操、健口体操など、毎回これらからいくつかの運動を抜粋。みんなで「楽しく」フレイル予防。

準備物：動きやすい服装、飲み物、タオル

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です。
からだカレッジの受講者に加えて、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。健康寿命マスターと市民活動支援士がリーダーを務めます（一部板東が担当）。

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
②2026秋冬公開講座（「フリーフィットネスⅡ」・講座番号8101～8102の「その他」講座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 BS01 楽得エクササイズ

定員 10名

日時 月曜日 13:00~14:30

10/19	10/26	11/9	全10回
11/16	11/30	12/7	
12/14	12/21	1/4	
1/25			

受講料 3,500円

講師 板東正記（人と地域共創センター准教授）、健康寿命マスター

講座の概要 講義時に資料を配付します 対面

健康寿命延伸に役立つ厚生労働省推奨の運動プログラムを健康寿命マスターと一緒に実践していきましょう。有酸素運動＋筋トレ・バランス・柔軟運動、脳トレも加えて楽しく健康づくりに取り組みます。

初回講師：板東

からだカレッジ・オープン講座（開放予定講座）

からだカレッジの講義で、定員に満たなかった場合、若干名、受講を可能にします。下記４つのテーマを開放予定です。ご希望の方は、公開講座申込書で申し込んでください。なお、募集はテーマ毎、１日のみや１回のみの申し込みはできません。

受講料 5,000円
講師 以下参照

講座番号 BP01 健康寿命

定員 若干名

日程・内容				対面
1	9/29	14:15~15:15	徳島県の現状と取り組み	徳島県健康寿命推進課
2	9/29	15:30~16:30	健康寿命を延ばす運動	板東正記 人と地域共創センター 准教授
3	10/6	15:30~16:30	健康寿命と栄養	竹谷 豊 大学院医歯薬学研究部 教授
4	10/13	13:00~14:00	加齢と健康	八木秀介 大学院医歯薬学研究部 特任教授
5	12/22	14:15~15:15	健康寿命と歯	後藤崇晴 大学院医歯薬学研究部 教授

講座番号 BP02 メタボリックシンドロームの予防・解消

定員 若干名

日程・内容				対面
1	10/6	14:15~15:15	メタボ予防の運動	板東正記 人と地域共創センター 准教授
2	10/13	14:15~15:15	メタボ講義１	野村和弘 大学院医歯薬学研究部 教授
3	10/13	15:30~16:30	メタボ講義２	野村和弘 大学院医歯薬学研究部 教授
4	11/10	13:00~14:00	生活習慣病と口腔ケア	湯本浩通 大学院医歯薬学研究部 教授
5	11/10	14:15~15:15	メタボ予防と栄養	竹谷 豊 大学院医歯薬学研究部 教授

講座番号 BP03 ロコモティブシンドロームの予防・解消

定員 若干名

日程・内容				対面
1	12/8	13:00~14:00	ロコモ予防の運動	板東正記 人と地域共創センター 准教授
2	12/8	14:15~15:15	ロコモ講義１	西良浩一 大学院医歯薬学研究部 教授
3	12/8	15:30~16:30	ロコモ講義２	和田佳三 大学院医歯薬学研究部 特任准教授
4	12/15	15:30~16:30	ロコモ予防と栄養	竹谷 豊 大学院医歯薬学研究部 教授
5	12/22	15:30~16:30	お口の健康（健口）とロコモ予防	後藤崇晴 大学院医歯薬学研究部 教授

講座番号 BP04 認知症の予防・サポート

定員 若干名

日程・内容				対面
1	1/19	13:00~14:00	認知症講義１	和泉唯信 大学院医歯薬学研究部 教授
2	1/19	14:15~15:15	認知症講義２	和泉唯信 大学院医歯薬学研究部 教授
3	1/26	13:00~14:00	認知症予防と運動	板東正記 人と地域共創センター 准教授
4	2/16	13:00~14:00	認知症のサポート１	千葉進一 大学院医歯薬学研究部 准教授
5	2/16	14:15~15:15	認知症のサポート２	千葉進一 大学院医歯薬学研究部 准教授

2026年 秋冬 公開授業

〈公開授業とは〉

徳島大学教員が担当する学生向けの授業の一部を地域の皆様へと開放する取組です。
なお、今期は、公開授業の提供はありません。

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〕