

2018(平成 30) 年度周望学舎シニアカレッジ講義概要

7月27日(金)

10:45 ～ 12:15	幸田 文(こうだ あや)が大切にしたこと (学長 工藤 二郎) 幸田文は文学者である幸田露伴の次女として生まれました。周りに夭折する人が多く、人恋しく人生を送りました。44才にして初めて文筆家となりました。彼女が大切に思ったことについて紹介します。 (講義の前に、少し時間をいただいて西南女学院の紹介をいたします。)
---------------------	---

※8月3日(金)はAとBの2クラスに分かれ、クラスごとに受講することとなります。

8月3日(金)

9:00 ～ 10:30	世代を超えたコミュニケーション (福祉学科 講師 文屋 典子) 大学生と受講生の皆さんの“世代を超えたコミュニケーション”の時間です。コミュニケーションを通して、笑ったり、考えたりしながら、お顔と心を思いっきり動かして、脳を活性化しましょう。
10:45 ～ 12:15	笑って動いて健康づくり (福祉学科 教授 稲木 光晴・栄養学科 教授 八木 康夫) 楽しくからだを動かすことは、からだや心の健康の維持・増進につながり、自立した生活を送る上で必要不可欠です。本講では、楽しくからだを使うレクリエーションを通して受講者同士やスタッフとの交流を図ります。

8月10日（金）

9:00 ～ 10:30	中国人の物の考え方の変化について (観光文化学科 教授 神崎 明坤) 従来の儒教等による束縛されていた伝統的な思考を今日の自己価値上の実現と経済上の利益という功利主義への変化を社会の背景要因等を通して分析していきたいと思います。
10:45 ～ 12:15	リラックス☆心と身体のメディテーション (保育科 講師 東 彩子・保育科 教授 末成 妙子) キリスト教音楽を中心とするピアノの生演奏にあわせて、ピラティスの動きを取り入れたストレッチエクササイズを行い、心と身体をリラックスへと導きます。

8月17日（金）

9:00 ～ 12:15	社会見学 北九州市エコタウンセンター (観光文化学科 教授 林 裕二) 北九州市エコタウンセンターは、全国のエコタウンの中で最も早くスタートして、最も充実している「北九州エコタウン」の中核施設です。エコタウンでどのようなものがリサイクルされ、何に生まれかわるのかを確かめてみませんか。 (北九州市エコタウンセンターHP 見学案内のメッセージから引用)
--------------------	---

8月24日（金）

9:00 ～ 10:30	大丈夫ですか!? あなたの食事バランス （栄養学科 准教授 田路 千尋） 高齢化社会を迎えた今日、シニア世代が健康で自立した生活を送ることは、社会・家族にとっても望ましいことであり、何よりシニア世代の方々自身の願いです。そのために食事バランスのとれた食生活を送れるよう一緒に考えましょう。
10:45 ～ 12:15	腸活を始めてみませんか （看護学科 講師 吉原 悦子） 快適に生活するには欠かせない「快便」。年齢を重ねることで「すっきり気持ちよく出す」ことから遠ざかっていませんか？人それぞれ「快便」の感じ方は違います。「快便」に向けた対策について考えてみます。

8月31日（金）

9:00 ～ 10:30	社会を良くする「ESG投資」のすすめ （観光文化学科 教授 須藤 秀夫） ESG投資（E：環境；S：社会；G：ガバナンス）は世界で巨大なうねりとなっており、日本でも漸く注目され盛り上がり始めました。なぜ大きな投資の潮流となったのか、なぜ投資家は好んでこれに投資するのか、といったことを考えます。
10:45 ～ 12:15	骨粗鬆症の予防 （助産別科 教授 田中 満由美） 年齢を重ねるとともに骨はもろくなります。健やかに老いるため、骨粗鬆症と骨粗鬆症の予防と対策についてお話しいたします。また、当日希望者は骨密度の計測をいたします。

9月7日（金）

9:00 ～ 10:30	英語が世界に広まった歴史と、自動翻訳の可能性 （英語学科 教授 大谷 浩） 英語は現在、世界で一番多くの人が使用する共通語になっていますが、日本と同じ島国である英国の言葉が世界に広まった歴史を概観します。また翻訳をどこまで自動化できるかについても考えてみたいと思います。
10:45 ～ 12:15	食品素材が持つ機能性 （栄養学科 講師 船越 淳子） 食品には3つの機能があるといわれています。3つの機能とは、栄養素を供給する働き（一次機能）、おいしさや満足感を与える働き（二次機能）、疾病予防に繋がる非栄養素の働き（三次機能）です。この中の三次機能に着目して、食品中の機能性についてご紹介いたします。

9月14日（金）

9:00 ～ 10:30	健康情報の見分け方～魅惑の健康情報、何のため？誰のため？～ （栄養学科 准教授 相良 かおる） 「これを食べれば、これを飲めば、健康になります！」「満足度90%の〇〇サプリ」等、マスメディアやネットメディアを通して多くの健康情報が流れます。今回、信頼できる健康情報の見分け方について考えます。
10:45 ～ 12:15	音楽の力で心と身体を健康に～歌で楽しく認知症予防～ （保育科 講師 山路 麻佳） 年齢を重ねると記憶力や身体機能の低下が起きていきます。皆さんの生活の身近にある音楽によって、それらの症状の改善や予防につながる効果が得られます。今回は、音楽にはどのようなパワーがあるのか、実際に音楽を楽しみながら、心も身体も元気に過ごす方法を考えていきます。

9月21日（金）

9:00 ～ 10:30	ANAKOT 未来をつくる学び～カンボジア教育支援について～ （英語学科 准教授 塚本 美紀） カンボジアでは教科書を買えない子どもたちがたくさんいることを知った有志の学生たちが、6年前からカンボジアの学校に本を贈るプロジェクトを続けています。カンボジアの「今」について、教育の面から考えます。
10:45 ～ 12:15	こころと人生～幸せのライフスタイルを求めて～ （福祉学科 教授 中島 俊介） 生涯発達心理学からの知見と理論を紹介します。人間の一生の心の発達を俯瞰することで人間の生きる力を強める新しい時代の心のありようを皆さんと一緒に考えたいと思います。

9月28日（金）

9:00 ～ 10:30	学校と儀式と唱歌と修学旅行～学校の文化史～ （看護学科 教授 新谷 恭明） 学校では入学式から始まっていろいろな儀式が行われています。そして儀式に欠かせないのが蛍の光とか、君が代といった歌です。また、運動会、文化祭、修学旅行など学校ではいろんな行事があり、それは学校の文化をつくっています。そういう学校文化がどうやってできたのかを振り返ってみます。
10:45 ～ 12:15	メンタルヘルスとコミュニケーション （福祉学科 教授 今村 浩司） 良好なコミュニケーションを図るためには、人と人との関係性の中で、「お互いに理解しあうという姿勢」が大切です。この姿勢があれば、メンタルヘルス上の問題は、起きづらいのではないかと感じています。そこで、本講では、コミュニケーションとメンタルヘルスの関係を考えてみたいと思います。