

# 令和2年度 常葉大学 公開講座

暮らしに役立つ17講座が新しい日常を支えます

多様化する

ビジネス・生活に**役立つ**

人生100年時代を

**楽しむ**

心の健康・身体の健康を**考える**



## お知らせ

新型コロナウイルス感染症などの発生状況や天候、その他やむを得ない事情により、開催を中止又は延期する場合があります。ご理解をお願い申し上げます。

## 感染拡大防止の取り組み

- ①会場内外での「三つの密」を回避するよう努め、会場内の換気を定期的 to 実施します。
- ②会場内外にアルコール消毒液を設置し、感染及び拡散防止に努めます。
- ③会場内で人の手が触れる場所は清掃時にアルコール消毒を実施します。
- ④会場内では参加者全員にマスクの着用をお願いします。

# 多様化する ビジネス・生活に 役立つ 〔6講座〕

詳細は2～3ページをご覧ください

多様化する社会の中で、仕事の取り組み方や日々の過ごし方にも変化が生じています。身近で話題性のあるテーマを取り上げ、各方面の専門家が役立つ講座を開催します。今必要な知識から、これからの気になることまで、ビジネスや生活に役立つヒントが満載です。

各会場のご案内は10ページをご覧ください

M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4
6	7	8	9	10	11
13	14	15	16	17	18
20	21	22	23	24	25
27	28				

## A キーワードから知る世界

(10月31日①から全4回)

草薙キャンパス

- ① 中国女性は強いのか？弱いのか？
- ② 伝統菓子の名前から知るブラジルの風土と文化
- ③ ことわざから眺めるスペイン史
- ④ 挨拶表現から学ぶ韓国の歴史と文化

## B 所有者不明土地・空家問題の解決方向性 (11月14日①から全3回) ～空家対策特別措置法から民法・不動産登記法改正へ～

オンライン  
(YouTube)

- ① 所有者不明土地・空家問題の社会・経済的背景と空家対策特別措置法
- ② 空家対策特別措置法の運用状況と民法・不動産登記法改正の議論
- ③ 民法・不動産登記法改正に向けた今後の展望：不動産全般との関連

## C 人工知能と認知科学 ～基礎知識と最新研究～

(11月25日①から全3回)

草薙キャンパス

- ① 人工知能の基礎知識
- ② 人の心がわかる人工知能は作れるか？
- ③ 人工知能はどのような人の賢さを引き出すか

## D わかりやすく教える技術 ～科学的な教え方へのお誘い～

(11月29日① 開催)

草薙キャンパス

- ① 「教える」ための道具を増やす
- ② 「教える」ための作戦を考える

## E 女性が活躍する職場 ～イキイキと働ける職場づくり～ (12月05日①から全2回)

浜松キャンパス

- ① あの会社はなぜ女性が輝いているのか？
- ② 経営学において女性就業はどうとらえられているのか？

## F 人口減少/少子高齢化に対する方策 (R3.1月13日①から全2回)

水落キャンパス

- ① 人口減少/少子高齢化に対する方策
- ② 人口減少/少子高齢化による人・まち・暮らしへの影響



多文化共生社会を迎え、外国籍住民との交流を積極的に図ることがますます求められています。本講座では、インバウンドとしての中国・韓国、そして外国籍住民の多いスペイン語圏・ブラジルを取り上げ、キーワードを手掛かりに歴史や文化を学びます。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
A1	10月31日 ⊕	14:00-15:30	中国女性は強いのか？弱いのか？	外国語学部 教授・戸田裕司	中国の女性には「強い」イメージがある一方、「男尊女卑」の下で虐げられているイメージもあります。歴史の実像の中から、中国女性像を考えます。
A2	11月21日 ⊕	14:00-15:30	伝統菓子の名前から知る ブラジルの風土と文化	外国語学部 准教授・江口佳子	ブラジルのお菓子は歴史とともに始まり、多様な民族の影響を受けて誕生しました。伝統菓子のポルトガル語名から、文化の融合をたどります。
A3	11月28日 ⊕	14:00-15:30	ことわざから眺める スペイン史	外国語学部 教授・増井実子	スペイン語で「壁に耳あり」は「海岸にモーロ人（イスラム教徒）がいるぞ」と表現されます。それはなぜか？諺からスペインの歴史を学びます。
A4	12月05日 ⊕	14:00-15:30	挨拶表現から学ぶ 韓国の歴史と文化	外国語学部 准教授・福島みのり	激動の近現代史を歩んできた韓国社会。その歴史と文化について、日常の中で交わされる意外な挨拶表現やコミュニケーションから学んでいきます。

- 定員...各50名 ●受講料...無料 ●対象...高校生以上 ●会場...草薙キャンパス  
●申込期限...各講義実施日の一週間前 [A1...10/23⊕ A2...11/13⊕ A3...11/20⊕ A4...11/27⊕] 必着 (受付先着順)

## 所有者不明土地・空家問題の解決方向性

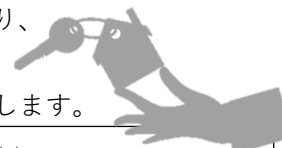
～空家対策特別措置法から民法・不動産登記法改正～

オンライン  
(YouTube)

核家族・高齢化社会などの所有者不明土地・空き家の背景と、これまでの法律対応を振り返り、

- ①2015年施行の空家対策特別措置法の内容と運用実施状況
- ②民法・不動産登記法（所有者不明土地関係）等の改正動向
- ③不動産全般との関連と改正法の活用可能性

について、今後を展望します。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
B1	11月14日 ⊕	14:00-16:00	所有者不明土地・空家問題の社会・経済的背景と空家対策特別措置法	法学部 教授 大久保紀彦	所有者不明土地・空家問題の社会・経済的背景を振り返ったうえで、その問題解決に向けた「空家対策特別措置法」の内容を説明します。
B2	11月21日 ⊕	14:00-16:00	空家対策特別措置法の運用状況と民法・不動産登記法改正の議論		2015年施行「空家対策特別措置法」の運用を確認したうえで、問題の根本的解決に向けた民法改正議論のうち、相続・登記の基本問題を確認していきます。
B3	11月28日 ⊕	14:00-16:00	民法・不動産登記法改正に向けた今後の展望：不動産全般との関連		民法・不動産登記法改正に向けて、発展的な論点である共有制度、遺産分割、相隣関係、登記手続きなども含め、今後を展望していきます。

- 定員...なし ●受講料...無料 (受講にかかる通信費用や機器使用等にかかる費用は受講者負担となります) ●対象...大学生以上  
●本講座はオンライン形式 (動画共有サービス「YouTube」のライブ配信による遠隔講義) で実施します  
●申込期限...各講義実施日の一週間前 [B1...11/6⊕ B2...11/13日⊕ B3...11/20日⊕] 必着 (受付先着順)

## 人工知能と認知科学 ～基礎知識と最新研究～



わたしたちの生活のありとあらゆるところで、人工知能AIという言葉を目にするようになりました。そこで本講座では、人間の知能に関する情報処理システムを探求する人工知能・認知科学の基礎知識と最新研究を講義します。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
C1	11月25日 ⊗	18:30-19:30	人工知能の基礎知識	経営学部 講師・山田雅敏	人工知能の変遷と基本的な仕組みの説明、また人工知能の観点から見た身体動作の獲得について考えます。
C2	12月02日 ⊗	18:30-19:30	人の心がわかる人工知能は作れるか？	静岡大学創造科学 技術大学院 教授・竹内勇剛	他者に対して「配慮」ができるロボットは果たして人の心をわかっていると言えるでしょうか？この問題をインタラクションという観点から考えます。
C3	12月09日 ⊗	18:30-19:30	人工知能はどのような人の賢さを引き出すか	静岡大学情報学部 助教・遠山紗矢香	私たちがより良く学んだり生活したりするためにどのように人工知能が活用できるかを考えます。

- 定員...各50名 ●受講料...無料 ●対象...大学生以上 ●会場...草薙キャンパス  
●申込期限...各講義実施日の一週間前 [C1...11/18⊗ C2...11/25⊗ C3...12/02⊗] 必着 (受付先着順)

# D わかりやすく教える技術 ～科学的な教え方へのお誘い～

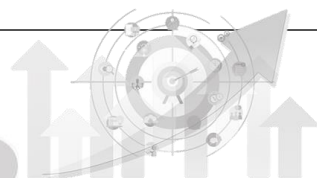
草薙

部下に仕事を教える、子どもに箸の持ち方を教える等、教える場面は日常生活の中にたくさんあります。しかし「教える」ことを教えてもらう機会はほぼありません。本講座では科学的な方法論をもとに分かりやすく教える技術を学びます。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
D	11月29日 ㊥	13:00-14:30	「教える」ための 道具を増やす	教育学部 講師・三井一希	科学的な教え方に役立つ理論や方法論を学びます。
		14:40-16:10	「教える」ための 作戦を考える		ワークを通じて科学的に教えるための方法を身につけます。

- 定員...40名 ●受講料...無料 ●対象...どなたでも ●会場...草薙キャンパス
- 申込期限...11月20日㊥必着（受付先着順）
- ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください



# E 女性が活躍する職場

－イキイキと働ける職場づくり－

浜松

本講座では、企業における女性の活躍事例から、イキイキと働ける職場づくりのヒントが得られます。性別による役割分業の変化から、女性の積極登用が期待されています。女性が活躍する職場はいかなるものなのでしょうか？仕事と家庭の両立、組織風土といった点を中心に先進事例を紹介します。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
E	12月05日 ㊥	10:00-11:30	あの会社はなぜ女性が輝いているのか？	経営学部 講師・鈴木章浩	経営者へのインタビュー調査から、女性活躍推進の示唆を得ます。女性が基幹的な役割を担い、競争力の源泉になっているケースを学びます。
	12月12日 ㊥	10:00-11:30	経営学において女性就業はどうとらえられているのか？		経営学分野において女性の労働はどう扱われてきたのでしょうか？文献調査から、第一線で活躍する研究者の業績について学びます。



- 定員...40名 ●受講料...無料 ●対象...社会人 ●会場...浜松キャンパス 3号館 3225教室
- 申込期限...11月27日㊥必着（受付先着順）
- ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください

# F 人口減少/少子高齢化に対する方策

水落

人口減少や少子高齢化問題について、本研究グループが取り組んでいる内容を地域の方々に紹介します。今後、静岡県・静岡市がこの問題に取り組む上で役立つような他地域の事例を紹介します。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
F1	R3 1月13日 ㊥	15:30-17:00	人口減少/少子高齢化に対する方策	法学部 教授・望月久 講師・杉村豪一	人口減少及び少子高齢化に関する各地域の取り組みを、地域の人々に紹介します。
F2	R3 1月20日 ㊥	18:30-20:00	人口減少/少子高齢化による人・まち・暮らしへの影響	法学部 助教・知念晃子	人口減少及び少子高齢化によって生ずる民法上の問題とその解決について紹介します。

- 定員...各20名 ●受講料...無料 ●対象...大学生以上 ●会場...水落キャンパス
- 申込期限...各講義実施日の一週間前〔F1...R3. 1/6㊥ F2...R3. 1/13㊥〕 必着（受付先着順）





# 人生100年時代を楽しむ〔6講座〕

詳細は5～6ページをご覧ください

日本は世界に先駆けて「超長寿社会」を迎え、まさに人生100年時代を迎えようとしています。

これまでの経験の上に学びを重ねることで、新たな人生設計を描き、一人ひとりが生涯にわたり輝き続けられることを狙いとして各種講座を開催します。普段の暮らしから、これからの気になることまで、充実した生活を送るためのヒントが満載です。

各会場のご案内は10ページをご覧ください

**G** 今だから学びたい論語 一から仁へー (11月21日(土)から全3回)

浜松キャンパス

- ①【道】 ②【仁】 ③【徳】

**H** 新しい生活様式における演奏配信の可能性 (12月07日(月)から全2回)

草薙キャンパス

- ① 変わりゆく演奏発信の世界 ② 演奏配信方法と制作過程

**I** 英語のヒット曲から学ぶ英語の発音 (12月10日(木)から全2回)  
～発音のルールとリスニングのコツ～

草薙キャンパス

- ① 英語のヒット曲と発音 Part 1 ② 英語のヒット曲と発音 Part 2

**J** 美術館学芸員の仕事を実習する (12月12日(土) 開催)  
～ものを守り、活かす～

瀬名キャンパス

美術館学芸員の仕事 (講義と実習)

**K** 現代日本の音楽を聴くVol. 9 (R3.1月15日(金) 開催)  
松村禎三作曲「交響曲」

瀬名キャンパス

楽曲の視聴とグループワーク

**L** 大人が絵本をひらくときVol. 8 (R3.1月21日(土)から全3回)

草薙キャンパス

- ① 大人こそ、絵本に親しもう！ (初参加者向け) ② 今、大人が読みたい絵本！  
③ 絵本お披露目会

# G 今だから学びたい論語 一道から仁へー

浜松



これまで孔子の仁は、老子の道とは異なって、規範倫理的に解釈されてきました。しかし、本講座では、隠遁せずとも日常生活で人との〈あいだ〉に道を体現するマニュアルだという解釈によって、論語を読み解きます。コロナ禍でゆれる現代社会において今まさにその解釈が参考になります。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
G	11月21日 Ⓟ	13:30-15:00	【道】	経営学部 教授・砂子岳彦	学ぶということを選び、知識でなく、知恵として、自らの道を開きます。
	12月05日 Ⓟ	13:30-15:00	【仁】		自他のあいだに仁があるのではなく、仁がまずあってその両端を自他とするとしたら、人生の意味とは何を意味するのでしょうか。
	12月19日 Ⓟ	13:30-15:00	【徳】		徳には配列があるので、それによって構造が成立します。その構造は君子を実現する人間構造として浮かび上がります。

- 定員...40名 ●受講料...無料 ●対象...どなたでも ●会場...浜松キャンパス 3号館 3225教室
- 申込期限...11月13日Ⓟ必着 (受付先着順)
- ※本講座申込者は、原則、実施する3講義とも受講してください



# H 新しい生活様式における演奏配信の可能性

草薙

コロナ禍で音楽界はどのような変化を見せたのでしょうか。  
1 回目は演奏会形態の変容、オンラインによるライブ配信による演奏会など、演奏発信方法の変化のお話を。  
2 回目は動画による演奏配信方法例と制作の過程をご紹介します。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
H	12月07日 Ⓟ	18:30-20:00	変わりゆく演奏発信の世界	短期大学部音楽科 准教授・井上幸子	生演奏による演奏会のほか、オンラインでのライブ配信による演奏会の発展、YouTube等の活用例を紹介します。
	12月14日 Ⓟ	18:30-20:00	演奏配信方法と制作過程	Digifield・録音技師 柴田康善	別々の場所で演奏したものを合わせるリモート演奏法や、一人で録音を重ねていく多重録音の方法を紹介します。

- 定員...20名 ●受講料...無料 ●対象...中・高校生以上 ●会場...草薙キャンパス
- 申込期限...11月30日Ⓟ必着 (受付先着順)
- ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください



# I 英語のヒット曲から学ぶ英語の発音 ～発音のルールとリスニングのコツ～

草薙

ビートルズの名曲 "Let It Be" はカタカナで書くと「レット・イット・ビー」ですが、そのように聞こえず発音しないのはなぜでしょう。  
英語の歌を聴いたり歌いながら、日本語にはない英語の発音方法やそのルールを取り上げて紹介します。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
I	12月10日 Ⓟ	18:30-20:00	英語のヒット曲と発音 Part 1	外国語学部 准教授・新妻明子	英語の子音と連結を中心に発音方法とそのルールについて学びます。
	12月17日 Ⓟ	18:30-20:00	英語のヒット曲と発音 Part 2		英語の子音の復習と、母音を中心に発音の違いやルールについて学びます。

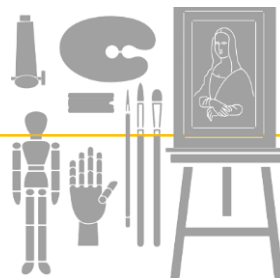
- 定員...50名 ●受講料...無料 ●対象...どなたでも ●会場...草薙キャンパス
- 申込期限...12月03日Ⓟ必着 (受付先着順)
- ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください



J

## 美術館学芸員の仕事を実習する

～ものを守り、活かす～



瀬名

「美術館や学芸員とは何か」という講義を聞いていただいたうえで、実習用資料を用いて、作品の検品（コンディションチェック）と、展示作業（絵画、掛け軸、彫刻）の実習を行います。ものを守りつつ、活かす体験をしてみましょう。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
J	12月12日 Ⓟ	13:30-16:30	美術館学芸員の仕事 (講義と実習)	教育学部 准教授・堀切正人 常葉ギャラリー館長	学芸員の仕事の一部を、実習を通して理解していきます。また、ものを取り扱う心構えや方法についても学んでいただきます。

- 定員...15名 ●受講料...無料 ●対象...中学生以上 ●会場...瀬名キャンパス内 常葉ギャラリー
- 申込期限...12月04日Ⓟ必着 (受付先着順)

K

## 現代日本の音楽を聴く Vol. 9

松村禎三作曲「交響曲」



瀬名

松村禎三作曲「交響曲」を聴き、簡単な感想文を書き、それを他の参加者と交換し、相手の感想文に簡単なコメントを書いていただきます。コロナ禍で人との交流が難しい状況下、音楽を介して生まれる様々なディスカッションを楽しんでください。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
K	R3 1月15日 Ⓟ	18:00-19:30	松村禎三作曲「交響曲」	短期大学部音楽科 准教授・塚本一実	楽曲の視聴とグループワーク

- 定員...20名 ●受講料...無料 ●対象...高校生以上 ●会場...瀬名キャンパス
- 申込期限...R3. 1月08日Ⓟ必着 (受付先着順)

L

## 大人が絵本をひらくとき Vol. 8

草薙

様々な経験を積み重ねてきた大人だからこそ味わえる、奥深い絵本の世界。人生100年時代に必要とされる力を絵本のメッセージから紐解く(第2回)とともに、講師の手がけた絵本をお披露目(第3回)し、制作秘話をお話しします。初心者向け講座(第1回目)を設けましたので、初めての方も安心して受講いただけます。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
L1	R3 1月21日 Ⓟ	18:30-20:00	大人こそ、 絵本に親しもう！	短期大学部 日本語日文学科 講師・宮本淳子	過去7回の講座から厳選作品をご紹介します (初参加者向け)
L2	R3 1月28日 Ⓟ	18:30-20:00	今、大人が読みたい絵本！		講師が選んだ絵本の朗読と解説
L3	R3 2月06日 Ⓟ	10:30-12:00	絵本お披露目会	短期大学部 日本語日文学科 講師・宮本淳子 静岡大学情報学部 准教授・田村敏広	オリジナル絵本『あ』の紹介と制作秘話

- 定員...各30名 ●受講料...無料 ●対象...高校生以上 ●第1回目(L1)は本講座初参加の方向け ●会場...草薙キャンパス
- 申込期限...各講座実施日の一週間前 [L1...R3. 1/14日Ⓟ L2...R3. 1/21日Ⓟ L3...R3. 1月29日Ⓟ] 必着 (受付先着順)

# 心の健康・身体の健康 を考える〔5講座〕



詳細は8~9ページをご覧ください

突然発生した「新型コロナウイルス感染症」の流行と、「新しい生活様式」を実践する日常・・・皆様の心や身体に変化はありませんか？皆様が心も身体も健やかにすごせるよう、健康づくりを応援するための講座を開催します。

1人ではなかなか取り組めないことでも、講座に参加することで解消できることもあります。心の健康・身体の健康を考えるためのヒントが満載です。

各会場のご案内は10ページをご覧ください

## **M** 新しい生活様式におけるストレス対処法 (11月28日(土)から全2回)

オンライン  
(Zoom)

- ① ストレスとは
- ② ストレスに対処する方法

## **N** 健康栄養講座 ―食生活から考えるポストコロナー (11月28日(土) 開催)

浜松キャンパス

- ① ウイルスと重篤化傾向者の特徴
- ② ポストコロナを生き抜くための栄養と食事 (調理実習)

## **O** 健康寿命を延ばそう！脳と身体を整える方法を学ぶ (12月05日(土) 開催)

草薙キャンパス

- ① 身体を整える
- ② 脳を整える―認知症にならないために―

## **P** 痛みに対する知識と運動 (12月09日(水)から全2回) ―痛みを知って、安全に運動しよう―

浜松キャンパス

- ① 膝の痛みに関する知識と運動
- ② 腰の痛みに関する知識と運動

## **Q** 感染症を知り、健康寿命を延ばそう。 (12月19日(土) 開催) ―新型コロナウイルスって何者？―

浜松キャンパス

- ① 感染症
- ② 新型コロナウイルス



# M 新しい生活様式におけるストレス対処法

オンライン  
(Zoom)

新しい生活様式が提唱され、これまでとは異なる考え方や行動が求められています。初めてのことや先の見えない状況は誰にとってもストレスになることが予想されます。本講座では、ストレスとは何か、新しい生活様式の中で生じるストレスについて、どのような対処を行えばよいのか、について瞑想、呼吸法、自律訓練法の体験なども交えながら学びます。



申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
M	11月28日 ⊕	10:30-12:00	ストレスとは	教育学部 教授・佐瀬竜一	ストレスの特徴、新しい生活様式とストレスの関連を学びます。
	12月19日 ⊕	10:30-12:00	ストレスに対処する方法		瞑想、呼吸法、自律訓練法などのストレス対処法を体験し、今後の活用法を学びます。

- 定員...50名 ●受講料...無料 (受講にかかる通信費用や機器使用等にかかる費用は受講者負担となります)
- 対象...どなたでも ●本講座はオンライン形式(会議ソフト「Zoom」による遠隔双方向講義)で実施します
- 「Zoom」アプリ(無料)をタブレット端末等にダウンロードして受講してください
- 申込期限...11月20日Ⓞ必着(受付先着順) ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください

# N 健康栄養講座

～食生活から考えるポストコロナ～



浜松

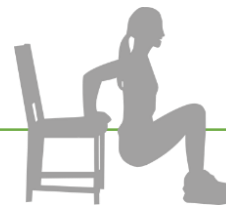
新型コロナウイルス感染症の流行により、様々な場面で新しい生活様式の実践が求められています。このような新しい時代を食の観点から捉え、新型コロナウイルスと生活習慣病との関連性や、感染症対策に備えた食生活などを提案します。食生活改善でコロナ禍を乗り切りましょう。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
N	11月28日 ⊕	10:00-11:30	ウイルスと重篤化傾向者の特徴	健康ブレイクス学部 教授・横尾宏毅	新型コロナウイルスは変異が速く強毒化しやすいため、身体に不調部位があると簡単に命を奪い去ります。ウイルスに対抗するためにも、良い生活習慣を提案します。
		13:00-15:00	ポストコロナを生き抜くための栄養と食事	健康ブレイクス学部 准教授・池谷昌枝	ポストコロナを強く生きるためには、健康的なからだの基盤づくりと免疫力アップが重要な鍵となります。本講座では調理を交えて実生活で役に立つ栄養と食事を紹介します。

- 定員...24名 ●受講料...無料 ●対象...高校生以上 ●会場...浜松キャンパス 5号館 5208教室
- 服装...調理ができる服装 ●持ち物...マスク、エプロン、手拭きタオル、筆記用具
- 申込期限...11月20日Ⓞ必着(受付先着順) ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください
- 注意事項...調理実習中はマスクの着用が必須となります ●昼食が必要な場合はご持参ください

# O 健康寿命を延ばそう!

～脳と身体を整える方法を学ぶ～



草薙

人生100年時代を迎えるにあたって大切な「健康寿命」を延ばすための方法を「脳」と「身体」の両側面から学びます。健康になるための方法論を知り、体験することは、皆さんの心身の健康に役立ちます。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
O	12月05日 ⊕	10:00-11:00	身体を整える	健康科学部 准教授・中村浩一	筋力トレーニングとストレッチングの実践
		11:10-12:10	脳を整える ～認知症にならないために～	健康科学部 講師・梅野和也	脳トレーニング、コグニサイズ、生活習慣などいろいろな方面から認知症予防について説明します。

- 定員...20名 ●受講料...無料 ●対象...健常な中・高齢者 ●会場...草薙キャンパス
- 服装...軽い運動ができる服装 ●持ち物...上履き・室内運動靴、タオル、筆記用具
- 申込期限...11月27日Ⓞ必着(受付先着順)
- ※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください

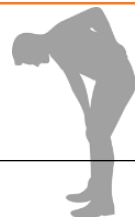


P

## 痛みに対する知識と運動

－痛みを知って、安全に運動しよう－

浜松



痛みはケガや病気を伝える警告信号の役割として大変重要です。しかし、日常生活動作においてその痛みが長期化すると「慢性疼痛」といってケガや病気が治ったにも関わらず痛みだけが残存することになります。慢性疼痛になってしまうと簡単には痛みを取り除くことができなくなります。まずは痛みの原因を知るための基本的な考え方を一緒に学びましょう。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
P	12月09日 Ⓢ	19:00-20:30	膝の痛みに関する知識と運動	健康プロフェュス学部 〔座学〕 講師・安井正佐也 〔運動〕 助教・眞鍋和親	座学では、膝関節に現れる様々な痛みの原因を詳しく解説し、運動では、健康な足腰を維持するために必要な筋肉を鍛えていきます。
	12月16日 Ⓢ	19:00-20:30	腰の痛みに関する知識と運動		座学では、腰部に現れる様々な痛みの原因を詳しく解説し、運動では、健康な足腰を維持するために必要な筋肉を鍛えていきます。

●定員...40名 ●受講料...無料 ●対象...どなたでも ●会場...浜松キャンパス 8号館 柔道場

●服装...軽い運動ができる服装 ●持ち物...タオル、飲料

●申込期限...12/02Ⓢ必着（受付先着順）

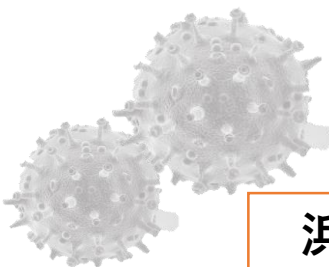
※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください

Q

## 感染症を知り、健康寿命を延ばそう。

－新型コロナウイルスって何者？－

浜松



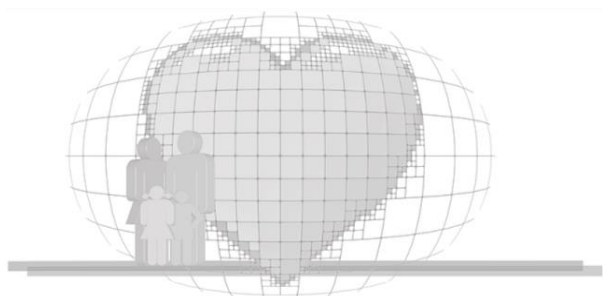
病原体がどのように体内に侵入して感染症が発症するのか、感染症の予防は健康寿命を延ばせるかを学びます。また、現在流行中の新型コロナウイルスの特報を理解して、感染予防法や新しい生活様式を学びます。

申込記号	開催日	時間	講義名	講師	内容
Q	12月19日 Ⓢ	10:00-11:00	感染症	保健医療学部 教授・太田力	病原体がどのように体内に侵入して感染症が発症するのか、感染症の予防は健康寿命を延ばせるかを学びます。
		11:10-12:10	新型コロナウイルス		現在流行中の新型コロナウイルスの特報を理解して、感染予防法や新しい生活様式を学びます。

●定員...40名 ●受講料...無料 ●対象...どなたでも ●会場...浜松キャンパス 3号館 3225教室

●申込期限...12月11日Ⓢ必着（受付先着順）

※本講座申込者は、原則、実施する2講義とも受講してください



# 会場のご案内

草

## 草薙キャンパス会場

静岡市駿河区弥生町6-1



### 交通案内

- JR東海道線
  - ・草薙駅 下車（学園口より徒歩約4分）
- 静岡鉄道
  - ・草薙駅 下車（徒歩約7分）

瀬

## 瀬名キャンパス会場

静岡市葵区瀬名1-22-1

### 交通案内

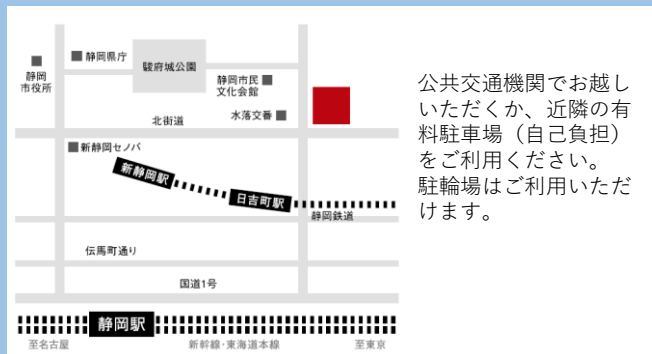
- しずてつジャストラインバス
  - JR静岡駅（北口6番のりば 系統番号61もしくは63）
  - JR草薙駅（北口停留所 草薙瀬名新田線 瀬名新田行）
  - ・西奈中・常葉大学瀬名キャンパス入口 下車



水

## 水落キャンパス会場

静岡市葵区水落町1-30



### 交通案内

- しずてつジャストラインバス
  - JR静岡駅（北口5・6番のりば全路線）
  - ・水落町もくせい会館入口常葉大学水落キャンパス前 下車

浜

## 浜松キャンパス会場

浜松市北区都田町1230

### 交通案内

- 天竜浜名湖鉄道
  - ・常葉大学前駅下車（徒歩7分）
- 遠州鉄道バス
  - JR浜松駅（北口ターミナル16番のりば 都田線（市役所経由）都田行）
  - ・常葉大学東門 下車



-----電車・バスでお越しの方は、運行状況にご注意ください。-----

# 講座について

## ●講座の形態

講座によって各回講義と連続講義の形態があります。

各講座の「申込記号」が、

- ・アルファベットの後ろに数字の記載がある講座（例：A-1、B-1など）は、**各回講義**です。
- ・アルファベットのみ講座（例：D、Eなど）は、**連続講義**です。

連続講義の講座をお申込みいただく場合は、原則、実施する全ての講義を受講していただきます。

## ●受講料 … 原則、無料で受講いただくことができます。

## ●対象者 … 原則、どなたでも受講することができます。（一部、年齢制限のある講座があります）

## ●会場 … 講座によって異なります。

各会場への交通案内については、10ページをご参照ください。

## 申込み方法 受講を希望される方は、以下のいずれかの方法でお申込みください

### ●WEB申込 … 申込書に掲載されているQRコードから所定の申込みフォームにアクセスし、必要事項を入力（QRコード）してください。大学ホームページからもアクセスできます。

### ●FAX申込 … 所定の申込書に必要事項を記入のうえ、会場所在地の地域貢献課へFAX送信してください。申込書は本パンフレットの9ページと10ページの間にあります。ミシン目に沿って切り離し使用してください。大学ホームページからも用紙をダウンロードできます。

## 注意事項 以下の注意事項をご理解、ご同意のうえ、お申込みください

### ●各講座、実施形態・講義回数・会場・申込先・申込期間等が異なります。

### ●各講座とも申込順に受付し、定員に達し次第、募集を締め切ります。

### ●新型コロナウイルス感染症などの発生状況や天候、その他やむを得ない事情により、開催を中止又は延期する場合があります。

### ●参加にあたっては、本学の定める感染症対策に従い行動してください。

### ●お申し込み頂いた個人情報は、適切な方法で管理し今回の公開講座に使用する他、今後の公開講座のご案内に使用させていただく場合があります。

また万一、参加者に新型コロナウイルス感染症の感染が確認された場合、必要に応じて保健所等の公的機関へ参加者の氏名、連絡先が提供されることがあります。

## 参加にあたってのお願い 状況によっては、入場をお断りすることがあります

### ●以下に該当する場合はご来場をお控えください。

- ・体調がよくない（発熱・咳・咽頭痛・味覚障害などの症状がある）・新型コロナウイルス感染症陽性者や感染が疑われる方との濃厚接触者
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航又は当該在住者との濃厚接触者

### ●来場の際は、「マスクの着用」「咳エチケット」「こまめな手洗い・手指消毒」にご協力ください。

### ●入場時に、「体調確認シート」へのご記入等ご協力いただく場合があります。

## 「オンライン講座」実施について

新型コロナウイルスの感染拡大状況等を勘案し、下記2つの講座については、オンライン形式（YouTubeの限定公開または会議ソフト「Zoom」を利用した講義）で実施いたします。

ご自宅などにおいて、パソコン・タブレット端末・スマートフォンのいずれかをご用意の上、Wi-Fiの環境下でご受講ください。お申込み手続き完了後、受講に必要なアクセス用URL等をお知らせします。

〔オンライン講座〕詳細は各ページをご覧ください

B-所有者不明土地・空家問題の解決方向性（2ページ）… YouTubeの限定公開

M-新しい生活様式におけるストレス対処法（8ページ）… 会議ソフト「Zoom」

※受講にあたっての注意事項※

受講にかかる通信費用や機器使用等に関する費用は全て受講者負担となります。

機器操作の説明・指導はいたしません。また、受講中の機器トラブル等は受講生各自でご対応ください。

なお、配信される講座は著作権により保護されています。いかなる手段による録音、録画、保存も禁止いたします。