



健康・趣味・教養コース

※大学・講師の都合により開講スケジュールを変更する場合があります。

2024年度 城西国際大学「市民未来大学」

春学期 講座内容

世界遺産の不思議と魅力（春）

講師：片岡 英夫

時間：11:00～12:45

日程：4月22日、5月13日、20日、27日（月曜日）

内容：世界遺産の概念や先生が実際に行かれた世界各地の世界遺産についての楽しいお話など。旅行の計画を立てる前にぜひ！！

※（秋）とは内容が異なります。

毛筆を楽しもう（春）

講師：川津 益美

時間：9:05～10:50

日程：4月23日、5月14日、21日、28日（火曜日）

内容：のし袋、ハガキなど日常生活で使うことの多い実用書や筆を使ってかな文字、楷書・行書で文字を書いてみませんか。

※（秋）とは内容が異なります。

オリーブに親しむ

講 師：光本 篤史

時 間：9:05～10:50

日 程：4月19日、26日、5月24日、31日（金曜日）

内 容：東金市で産地化を目指しているオリーブについての講座です。
オリーブ概説や観察、実と葉の活用、またワークショップもあります。

庭園の歴史と見方

講 師：多田 充

日 程：5月13日（月曜日）講義 13:25～15:10、15:20～17:05

5月18日（土曜日）現地見学（集合場所、時間など詳細は後日）

内 容：実際に浜離宮恩賜庭園へ見学に行きます。

見学当日はオプションツアーがあるかも！！

※現地までの交通費、入園料等をご負担ください。

福祉に関する講座①

講 師：佐野 智子、伊藤 将子、安田 孝

時 間：13:25～15:10

日 程：5月21日、28日、6月4日、11日（火曜日）

内 容：安田先生－ ウェルビーイングとは？

佐野先生－ 健康のカギは難聴対策！（2回）

伊藤先生－ 災害避難所における生活の工夫

犬との触れ合いがもたらす健康

講 師：柚山 香世子・志賀 亮太

時 間：13:25～15:10

日 程：5月27日、6月10日、17日、24日（月曜日）

内 容：犬とのふれあいがもたらす心身への影響や関わりを知り、
健康づくりに取り組んでみませんか。

※実際にセラピードッグとふれあうため、犬アレルギーのない方

ソーシャルビジネスを学ぼう

講 師：都丸 孝之

時 間：13:25～15:10

日 程：6月18日、25日、7月2日、9日（火曜日）

内 容：地域や社会が抱える課題をどのように解決できるかを
みんなで考えてみましょう。

更なる健康を目指して

講 師：久保田 好子

時 間：9:05～10:50

日 程：6月10日、17日、24日、7月2日（月曜日）

内 容：毎日食べている食事について、いろいろと気になる生活習慣病について、改めて考え直してみませんか。

福祉に関する講座②

講 師：堀 千鶴子、茆 海燕、姜 東星、綿貫 文野

時 間：11:00～12:45

日 程：6月25日、7月2日、9日、16日（火曜日）

内 容：堀先生－ 女性支援新法はなぜ必要とされたのか

茆先生－ 社会参加活動

姜先生－ 林京子「空罐」を読む－語りえなかった存在に向き合う

綿貫先生－バーチャル保育園について

皮膚の健康を守る香粧品

講 師：押坂 勇志

時 間：11:00～12:45

日 程：6月20日、7月4日、11日、18日（木曜日）

内 容：普段使っているシャンプーや洗顔フォーム、これって医薬部外品、それとも化粧品？ 香粧品の歴史、医薬品との違い、老化と予防など一緒に学びましょう

AEDを用いた蘇生法・日常生活で活用できる介護予防

講 師：四十竹 美千代、中野 元、池上 萌絵

時 間：11:00～12:45

日 程：6月26日、7月3日、10日、17日（水曜日）

内 容：実際にAEDを使ってみたり、認知症の予防についての講義です。
手を温めると認知症の予防になるの？

秋学期 講座内容

香り・においの世界

講 師：中村 智香

時 間：11:00～12:45

日 程：9月26日、10月3日、10日、17日（木曜日）

内 容：親子の絆にも香りがかかわっていることをご存知ですか。嗅覚のしくみや香りの作用など、香りについて学びませんか。

健康的な生活のための運動・栄養

講 師：酒井 健介

時 間：11:00～12:45

日 程：10月2日、9日、16日、23日（水曜日）

内 容：健康的な生活をおくるために、運動や栄養の知識や関係性を学びませんか。

パラスポーツ・レクリエーションスポーツ体験

講 師：石原 啓次

時 間：13:25～15:10

日 程：10月11日、18日、25日、11月1日（金曜日）

内 容：ボッチャやグラウンドゴルフ、また今注目されているモルックやユニカールを学生と一緒に体験してみませんか。

※天候により、体育館またはグラウンドで行います。

体育館では室内用運動靴をご準備ください。

街歩きに関する講座

講 師：金子 祐介

時 間：11:00～12:45、11:00～15:10(11/11のみ)

日 程：10月25日（金）、11月11日（月）、11月29日（金）

内 容：10/25 大学内で講義

11/11 養老溪谷へ街歩き

11/29 実際に歩いてみての感想・まとめ

現地までの交通費等をご負担ください。履きなれた靴での参加をお願いします。

毛筆を楽しもう（秋）

講 師：川津 益美

時 間：9:05～10:50

日 程：11月12日、19日、26日、12月3日（火曜日）

内 容：のし袋、ハガキなど日常生活で使うことの多い実用書や
筆を使ってかな文字、楷書・行書で文字を書いてみませんか。
※（春）とは内容が異なります。

大統領でたどるアメリカの「分断」の歴史

講 師：三島 武之助

時 間：9:05～10:50

日 程：11月20日、27日、12月4日、11日（水曜日）

内 容：国論を二分する政策論争に直面した幾人かの大統領を通して、
アメリカ合衆国の歴史を振り返ります。

温泉と健康

講 師：于 航

時 間：13:25～15:10

日 程：12月4日、11日（水）講義

12月14日（土）見学（集合場所、時間など詳細は後日）

内 容：温泉についての基本知識や健康効果について、また白子町の温泉へ
実地調査に行きます。

※現地までの交通費等についてはご負担ください。

漢方薬・生薬について

講 師：田嶋 公人、地野 充時、堀江 俊治、大原 厚祐

時 間：13:25～15:10

日 程：12月3日、10日、17日、1月14日（火曜日）

内 容：漢方薬ってどんなクスリ？生薬と漢方薬の違いは？などクスリに
関する知識を身につけませんか。

※日程が変更する可能性があります。詳細は5月にお知らせします。

世界遺産の不思議と魅力（秋）

講 師：片岡 英夫

時 間：11:00～12:45

日 程：12月9日、16日、1月20日、27日（月曜日）

内 容：世界遺産の概念や先生が実際に行かれた世界各地の世界遺産についての楽しいお話など。旅行の計画を立てる前にぜひ！！
※（春）とは内容が異なります。

からだを動かそう

講 師：大杉 紘徳、安齋 紗保理

時 間：9:05～10:50 11:00～12:45

日 程：1月11日、25日（土曜日）

内 容：健康のために運動がいいとわかっていても、続けることが難しい
ですね？どうやったら続けられるのか、また簡単な体操を
理学療法士の先生に教わりませんか。