



# 健康・趣味・教養コース

※大学・先生の都合により日時の変更もあります。  
※講座により、開講時間の変更があります。

2023年度 城西国際大学「市民未来大学」

## 4月下旬～5月中旬

---

### ①気軽に毛筆を楽しもう（春）

講師：渡邊 恵子（正師範） 時間：13:25～15:10  
日程：火曜日（4月18日、25日、5月9日、16日）  
概要：筆ペン・毛筆で基礎～応用を学ぶ（秋と内容は異なります）  
人数：8名

### ②オリーブに親しむ

講師：光本 篤史（薬学部医療薬学科 教授） 時間：9:05～10:50  
日程：金曜日（4月21日、28日、5月12日、26日）  
概要：オリーブの概説、観察、実と葉の活用、ワークショップなど  
人数：8名

### ③皮膚の健康を守る香粧品

講師：押坂 勇志（薬学部医療薬学科 助教） 時間：11:00～12:45  
日程：木曜日（4月20日、27日、5月11日、18日）  
概要：香粧品の歴史、医薬品との違い、老化と予防などを学ぶ  
人数：7名

## 5月下旬～6月中旬

### ④街歩きに関する講座

講師：金子 祐介（観光学部観光学科 助教） 時間：11:00～12:45  
日程：土曜日（5月27日、6月24日（街歩き2コマ分）、7月1日）  
概要：事前学習、大網白里市内街歩き、事後学習を予定（※交通費別途）  
人数：5名

### ⑤クラフトバンド手芸でカゴやバッグを作ってみよう

講師：御園生 清子（クラフトバンドエコロジー協会 講師） 時間：11:00～12:45  
日程：水曜日（5月24日、31日、6月7日、14日）  
概要：キットを用いて簡単な作品を作る（※キット代別途）  
人数：2名

### ⑥更なる健康を目指して

講師：久保田 好子（健康管理士） 時間：13:25～15:10  
日程：火曜日（5月30日、6月6日、13日、20日）  
概要：意外と知らない食事や生活習慣について学び健康的な生活を目指す  
人数：13名

## 6月下旬～7月中旬

---

### ⑦世界遺産の不思議と魅力（春）

講師：片岡 英夫（世界遺産アカデミー認定講師） 時間：11:00～12:45

日程：月曜日（6月19日、26日、7月3日、10日）

概要：世界遺産の基礎、世界遺産の紹介・解説（秋と内容は異なります）  
実際に訪れた体験など講師独自の切り口で学ぶ

人数：9名

### ⑧ソーシャルビジネスを学ぼう

講師：都丸 孝之（メディア学部メディア情報学科 教授） 時間：13:25～15:10

日程：金曜日（6月23日、30日、7月7日、14日）

概要：事例紹介を元に地域連携、ソーシャルビジネスを全員で考える  
アイデアを出し合い演習を交え基本的な考え方を学ぶ

人数：7名

## 6月下旬～7月中旬

---

### ⑨AEDを用いた蘇生法及び日常生活で活用できる救急法

講師：四十竹 美千代（看護学部 教授）中野 元（看護学部 准教授）

池上 萌絵（看護学部 助教）時間：11:00～12:45

日程：水曜日（6月21日、28日、7月5日、12日）

概要：心臓マッサージやAEDを用いた救急法を学ぶ

人数：3名

### ⑩福祉に関する講座

講師：倉田新（福祉総合学科 教授）広瀬美和（福祉総合学科 教授）

林和歌子（福祉総合学科 准教授）伊藤将子（福祉総合学科 助教）

日程：木曜日（6月22日、29日、7月6日、13日）時間：9:05～10:50

概要：孫育や介護など福祉に関する知識を学ぶ

人数：6名

# 10月上旬～10月下旬

## ⑪学んで実践！知って得する！イキイキ健康美容講座

講師：戸田 美樹 (salon flower 主宰) 時間：11:00～12:45  
日程：月曜日 (10月2日、16日、23日、30日)  
概要：肌のお手入れやメイク、食事、ストレッチなど実践形式で学ぶ  
人数：3名

## ⑫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 (経営情報学部総合経営学科 教授) 時間：11:00～12:45  
日程：木曜日 (10月12日、19日、26日、11月2日)  
概要：実際に身体を動かし、楽しさを体験。ボッチャ、グラウンドゴルフなど  
人数：6名

## ⑬健康的な生活のための運動・栄養

講師：酒井 健介 (薬学部医療薬学科 教授) 時間：11:00～12:45  
日程：水曜日 (10月4日、11日、18日、25日)  
概要：運動と栄養の知識や関係性を学び健康的な生活を目指す  
人数：14名

# 11月上旬～11月下旬

## ⑭世界遺産の不思議と魅力（秋）

講師：片岡 英夫（世界遺産アカデミー認定講師） 時間：11:00～12:45  
日程：月曜日（11月13日、20日、27日、12月4日）  
概要：世界遺産の基礎、世界遺産の紹介・解説（春と内容は異なります）  
人数：9名

## ⑮気軽に毛筆を楽しもう（秋）

講師：渡邊 恵子（正師範） 時間：13:25～15:10  
日程：火曜日（11月7日、14日、21日、28日）  
概要：筆ペン・毛筆で基礎～応用を学ぶ（春と内容は異なります）  
人数：6名

## ⑯生活と運動

講師：大杉 紘徳（理学療法学科） 安齋 紗保理（理学療法学科）  
日程：土曜日（11月4日、25日） 時間：9:05～10:50、11:00～12:45  
概要：日々の運動を続けるためにはどうしたらいいのかを考える  
人数：4名

# 12月上旬～12月下旬

※場合により2024年1月中旬までとなる可能性があります

## ⑰漢方薬・生薬について

講師：田嶋（薬学部 教授）地野（薬学部 特任教授）

堀江（薬学部 教授）大原（薬学部 助教）

日程：火曜日（12月5日、12日、19日、1月16日）時間：13:25～15:10

概要：漢方医・研究者から見た漢方薬や生薬の作用・使用方法を学ぶ

人数：11名

## ⑱庭園の歴史と見方

講師：多田 充（観光学部観光学科 教授）時間：11:00～12:45、13:25～15:10

日程：12月6日（水）講義 12月9日（土）見学

概要：庭園や公園の役割について学び、実際に浜離宮恩賜庭園と  
日比谷公園を見学（交通費別途）

人数：6名