

令和元年度
東京家政大学狭山校舎

公開講座

後期講座のご案内



東京家政大学 地域連携推進センター

2019年度 後期講座のご案内

シンポジウム (狭山市教育委員会スポーツ振興課共催)

■生涯スポーツ社会の実現に向けて
～いつでも どこでも いつまでも 誰もがスポーツに親しめるまち～

ジュニアアカデミックスクール2019 駿河台大学連携共催 / 狭山市・入間市・飯能市教育委員会後援

■楽しくプログラミングを学ぼう!!

Tokyo Kasei塾2019

■低温微生物を知ろう 一チルド食品の品質・衛生管理のために一

公開講座

■【歴史・文学】・【文化・芸術】【心理・福祉】・【健康・スポーツ】ジャンルより12講座

《TJUP》県西部地域大学リレー公開講座

■親子で親しむ・楽しむ・感じる!! 「学ぼう! 歯の健康と脳の健康」

共催講座 (狭山市)

■体幹(腹筋・背筋)を鍛えて健康増進! 一運動と筋活動の関係を知ろう一

豊かな学びへの貢献を目指して

東京家政大学地域連携推進センターは活動を始めて6年目に入りました。大学の使命ともいえる、「地域課題解決に向けた連携・協力関係の構築」を目指して、本学の教育・研究の成果を地域社会で活用していただけよう、さまざまな事業を、一步一步、展開して来ています。

ここにご紹介する各種講座、研修会などはセンターの事業体系の中では、「学習機会提供事業」として位置づけられるものです。生涯学習社会である今日、地域、社会で活躍するみなさまに、豊かで有意義な日常生活を過ごしてもらうことや、職業的な能力の維持・向上を目指してもらうこと、あるいは、ご自身の持てる力を発揮して、地域社会や様々な人々を支援する活動などに生かしてもらうなど、リカレント教育にもつながるものです。講師・担当者は本学の教授陣を中心をお願いしています。この中に、きっとみなさまのお役に立つ学習機会があると思います。どうぞ活用ください。

なお、地域連携推進センターの活動・事業等が、2020年度から少しずつ変わります。本学が取り組み始めた「ひとの生(Life)を支える学の構築」という事業とも関連して、研究成果を取り入れた講座等を実施する予定です。



東京家政大学
地域連携推進センター
所長

東京家政大学
東京家政大学短期大学部
学長

山本 和人

2019年 10月 - 2020年 2月 CONTENTS

■地域連携推進センター事業概要.....4~5

■おすすめの講座.....6~7

■シンポジウム (狭山市教育委員会スポーツ振興課共催)
生涯スポーツ社会の実現に向けて
～いつでも どこでも いつまでも 誰もがスポーツに親しめるまち～ 8~9

■ジュニアアカデミックスクール2019
(駿河台大学連携共催 / 狭山市・入間市・飯能市教育委員会後援)
(01) 楽しくプログラミングを学ぼう!! 10~11

■Tokyo Kasei 塾 2019
(02) 低温微生物を知ろう
一チルド食品の品質・衛生管理のために一 12

■公開講座

■歴史・文学

(03) 中国の名言を楽しむ
～思想、歴史、詩の美言に酔いしれる～ 13
(04) 生きた論語を学ぼう ～孔子の一生と名言を味わう～ 13

■文化・芸術

(05) さあ 絵を描こう! 14
(06) 詩を読もう ～声の変化で心も身体も健康に～ 14
(07) 着物リメイク 一限りある資源を大切に利用しましょう一 15

■心理・福祉

(08) 性格の心理学 一心理検査を使って楽しく自分理解一 15
(09) シニアのポジティブ・エイジング
～人生100年の時代をいかに楽しく幸せに生きるか～ 16

■健康・スポーツ

(10) だしの魅力
一和食の基本の「かつおだし」を再確認しましょう一 16
(11) お口から健康を守る
～歯・口腔の健康が全身の健康につながる～ 17
(12) 心と身体に向き合おう!
一高度専門機器で身体機能を測定してみよう一 17
(13) 漢方と養生で健康に! 一食・運動・呼吸一 18
(14) 調理を科学の目で見てみよう! 一日々の調理を再発見 18

■《TJUP》県西部地域大学リレー公開講座
(15) 親子で親しむ・楽しむ・感じる!! 「学ぼう! 歯の健康と脳の健康」 19

■共催講座について

・〈狭山市共催〉体幹(腹筋・背筋)を鍛えて健康増進!
一運動と筋活動の関係を知ろう一 20

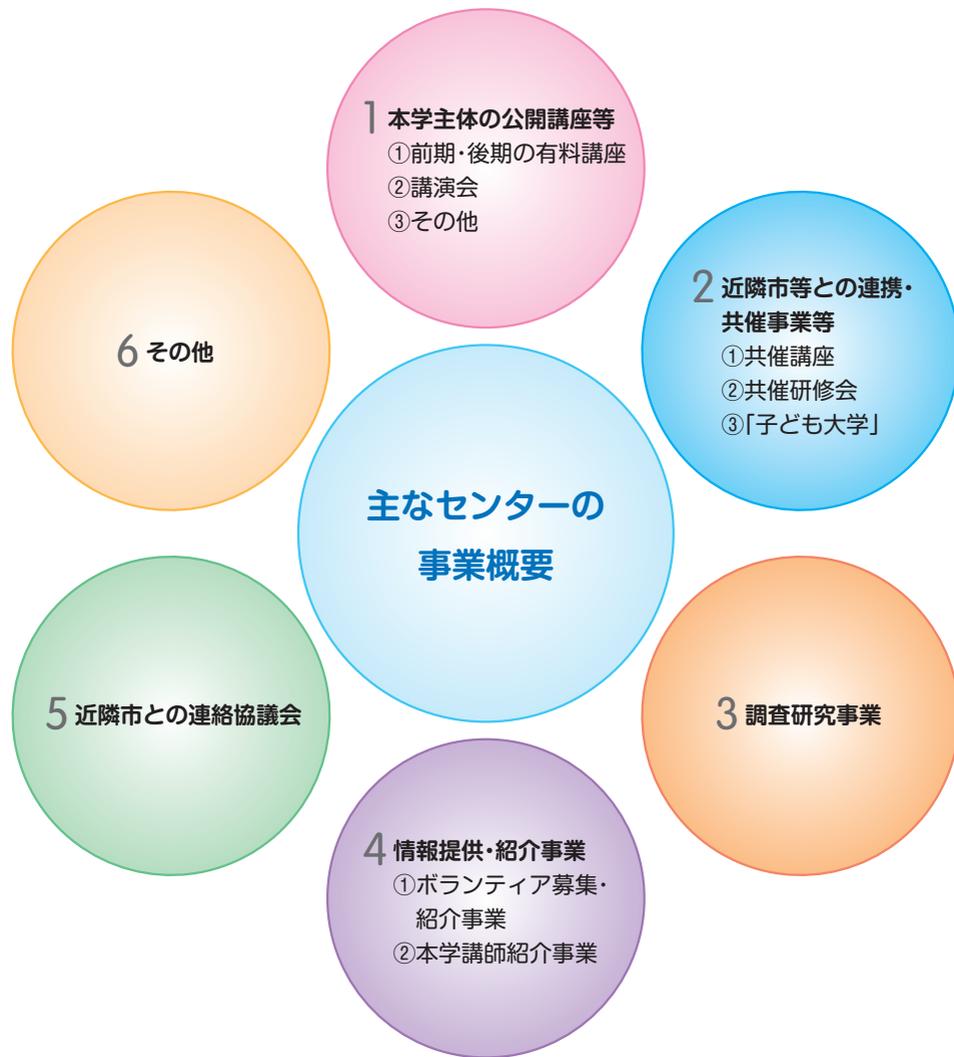
※2019年 後期カレンダー 21

■講師プロフィール 22~24

■受講のご案内 25~40

地域連携推進センター事業概要

地域連携推進センターは、東京家政大学狭山校舎に設置されている、地域社会との連携協力の推進に資するための機関です。将来的な課題も含めて、規程からその設置目的を掲げれば、「狭山校舎の施設および本学の専門的教育研究機能を地域社会に開放するとともに、地域社会に存在する課題解決のため、地域社会と連携協力した研究調査、本学が行う教授活動の地域社会での具現化など、実践的な教育研究活動を通して地域社会との連携協力の推進に資する」ことです。職員体制や組織整備を図りつつ、上記の目的を達成していきたくと考えています。



東京家政大学には板橋校舎、狭山校舎の2つのキャンパスがあり、両校舎の教職員の協力体制のもと、学生とも関わりつつ、活動を進めていきます。今、我が国の大学は地域と社会に貢献することが一層求められる中で、みなさまと共に活動するセンターとして成長したいと考えます。



◆センター英語名

[Community Liaison Center of Tokyo Kasei University]

◆センター通称名

[コミュリック (CommuLiC)]

1. 本学主体の公開講座等、多様な学習機会の実施

開かれた大学として、本学の専門性、特性を活かした各種教養講座（専門分野・一般分野）・講演会・シンポジウム等、多様な学習機会を地域社会の方々等に提供します。

2. 近隣市との連携による学習事業の開発・提供

近隣の自治体や関連機関・団体との連携により、地域社会の課題解決に向けた講座や研修会等の学習事業・学習プログラムの開発・提供を行います。

3. 調査研究事業の実施

センターが行う調査研究や地域における諸機関との共同研究・開発を行うと共にその成果について、報告書等の作成及び公表を行います。

4. 情報提供・講師紹介事業

各種ボランティア情報の提供を中心に、各関係機関からの要請による学生ボランティアの募集・紹介等を行います。

5. 近隣市との連絡協議会の設置

大学と近隣市との連絡協議会を設置し、連携によりそれぞれが有する機能を効果的に発揮できるよう、相互に協力し合いながら、地域と大学の活性化を図ります。

6. 研究部門及び共同研究の実施

2つの研究部門を持ち、センターが独自に行う調査・研究に加え、地域社会における関係機関との連携による調査・研究を行います。

(1) 地域社会事業研究部門

本学のもつ教育研究等知的財産を地域社会に提供すると共に、相互交流、共同事業等を行います。

(2) 子ども支援・看護総合研究部門

本学における関係の臨床的専門家と協働して、地域看護及び子どもたちの成長を地域・家庭と連携し、総合的に支援する事業を行います。

おすすめの講座

1 詩を読もう ～声の変化で心も身体も健康に～

P14

2018年よりスタートした講座です。

黙読だけでは分からない！声に出して詩の世界を味わってみませんか？

ストレッチで全身をほぐし、軽くなった体で声を出すと、いつもの声とは少し違って聞こえます！俳優で、ダンサーでもある金田誠一郎先生が丁寧に、楽しくレクチャー致します！



CMや映画・舞台上で活躍される俳優の先生による人気の講座です！

2 着物リメイク —限りある資源を大切に利用しましょう—

P15

箆笥にある着物、気になりながらどうしたらよいか迷っている方は沢山いらっしゃると思います。着物にはさみは入れたくないけれど、限りある資源を大切に利用するために、思い切ってリメイクしてみませんか。

本講座では、ゆかた地を利用してホームドレスの制作を致します。



初心者の方でも安心！丁寧にわかりやすくレクチャー。完成品を持ち帰れます！

3 お口から健康を守る ～歯・口腔の健康が全身の健康につながる～

P17

お口は、生きていく上で重要な器官です。

歯・お口の健康を守ることが、どのような病気の予防や健康につながるのか？歯が健康だと、おいしく、楽しく食べられます！よく噛める歯があると、唾液がたくさん出て、飲み込みもスムーズになります！作業療法士で歯科医師でもあるリハビリテーション学科の先生より、やさしく指導していただけます！！



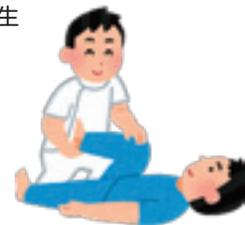
リハビリテーション学科の先生より、専門的に解説します！

おすすめの講座

4 心と身体に向き合おう！ —高度専門機器で身体機能を測定してみましょう—

P17

心や体の衰えは自分自身では気が付かないものです。その衰えの原因は何なのか、どうすれば防ぐ事が出来るのか、リハビリテーションの専門の先生が分かり易く説明します。また、医療機関などで使用する専門機器で普段は測定できない運動機能評価もしますので、自分の体のこと、日頃の生活の仕方や運動量などが分かり、今後の生活に役にたってくれると思います。この機会に自分自身の心と体に向き合ってみるのもいいですね。



普段測定できない自分の運動機能を専門の機械で是非、測定してみてください！

5 漢方と養生で健康に！ —食・運動・呼吸—

P18

できるだけ自然な方法で改善したいと思っている方は多いと思います！自分の体質を知り、普段の生活を少し見直してみるだけ！

現代医学には、医原病、多剤併用、副作用など多くの問題を抱えております。まして高齢者や子供には西洋薬や手術は大きな負担がかかります。そこで現在、長い歴史を持つ食・運動・呼吸などの養生法や自然療法である漢方が見直されています。漢方の基礎と各種疾患の養生法についてわかりやすく解説いたします。



老若男女かわからず、どなたでも、是非!! 養生を意識してみてください！

6 調理を科学の目で見てみよう！ —日々の調理を再発見—

P18

普段作っているお料理も、実は科学の応用だったりするんですよ。また、何げなくやっている事も、科学的に説明できる事が多いです。食材の特性を知って、その調理法の原理を知る事で、ますます料理が美味しくなり作る事も楽しくなってきます。この講座では座学で学ぶだけではなく、実際に作ってみて料理の科学的根拠を見ようと思います。



調理の原理を知る事で、料理作りが楽しく、美味しく変身します。

シンポジウム

生涯スポーツ社会の実現に向けて



～いつでも どこでも いつまでも 誰もがスポーツに親しめるまち～

講演概要

平成29・30年度の調査研究事業の一環として、地域社会における課題解決に向け、狭山市教育委員会スポーツ振興課と共同研究プロジェクトを立ち上げ、「狭山市と東京家政大学とのスポーツと健康・食生活に関するアンケート調査」を実施しました。

そこで、今回は、この調査に携わった教師陣が登場、さらに、セコムラガッツチームスタッフの海老沢洋氏が加わり、調査結果にも触れながら、自分の意志でスポーツを「する」、スポーツ競技を観戦「観る」、スポーツを指導する（食生活のサポート含む）「支える」等、スポーツ活動に携わるそれぞれの視点で、心身ともに健康で生き生きとした生活をする上での「スポーツ」の果たす役割とは何なのか。それぞれの立場より、子どもから大人までのすべての市民がスポーツを楽しめる生涯スポーツ社会を目指すための可能性、あり方を熱く語ります。

また、今年度は、アジア初、ラグビーワールドカップ2019、2020年には、東京オリンピック・パラリンピック競技大会、2021年には、ワールドマスターズゲームズ2021関西が、日本開催となり、「ゴールデン・スポーツイヤーズ」とも称されるまたとない機会です。スポーツに楽しむ絶好の機会でもあるため、是非、多くの市民の方に、「スポーツ」という文化を意識して関心をもってもらいたいと思います。

日時 **令和元年11月2日(土)**
14:00～16:30 (開場13:30)

会場 **東京家政大学 AV教室**

定員 **330名** **入場無料・事前申込要**

- ◆対象：狭山市在住・在勤・在学の方、東京家政大学学園関係者、その他
- ◆その他：手話通訳・要約筆記あり（事前にお申出ください。）
- ◆駐車場：稲荷山環境センター駐車場（台数に限りがあります。）
※上記の内容につきまして変更となる場合もあります。



コーディネーター



福井 至
人文学部
心理カウンセリング学科
教授



狭山市では、生涯スポーツ社会の実現を目指して、「狭山市スポーツ推進計画」を策定し、様々な取組みを進めています。当該計画策定時の市民アンケート調査では、スポーツの実施率は、「40%弱」、「運動不足」という結果であったことから、「いつでも どこでも いつまでも 誰もがスポーツに親しめるまち さやま」の基本理念のもと、市民のライフスタイルやニーズに応じたスポーツに親しむ機会を提供し、スポーツの振興を図っております。こうした現状を踏まえて、このたび、東京家政大学との共同研究プロジェクトとして、スポーツと健康・食生活の関係性にも触れて、調査を実施いたしました。

今回のシンポジウムでは、この調査結果にも触れながら進めていきます。

社会人ラグビー「トップイーストリーグ Div.1」所属
セコムラガッツチームスタッフ
海老沢洋氏も登壇!



登壇者



池森 隆虎
子ども学部
子ども支援学科
教授



宇和川 小百合
家政学部
栄養学科
准教授



色川 木綿子
家政学部
栄養学科
講師



海老沢 洋
セコム株式会社ラグビー部
セコムラガッツOB
現在チームスタッフ



**01 東京家政大学・駿河台大学 連携共催講座
楽しくプログラミングを学ぼう!!**

後援：狭山市教育委員会・入間市教育委員会・飯能市教育委員会

申込締切
11/22
金

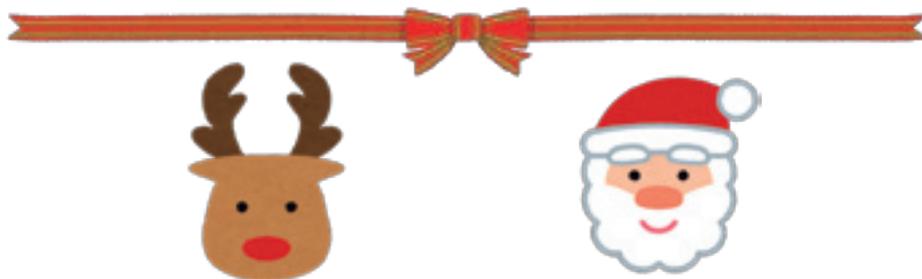
【講師】 天野 美穂子(東京家政大学家政学部 特任講師)
内田 いづみ(駿河台大学情報処理教育センター 講師)
太田 康友 (駿河台大学情報処理教育センター 助教)

講座日程	【東京家政大学会場】 令和元年12月7日(土) 【駿河台大学会場】 令和元年12月21日(土)
時間	【東京家政大学会場】 9:00~16:00 (午前の部9:00~11:30、午後の部12:30~16:00) 【駿河台大学会場】 9:30~16:30 (午前の部9:30~12:00、午後の部13:00~16:30)
定員	20名/各会場
受講料	2,500円(教材費含む)
対象	小学4・5・6年生(狭山市・入間市・飯能市在住の方)
持ち物	筆記用具、USBメモリ(完成したデータを持ち帰りたい方のみ) ※昼食は各会場、学食利用可
申込方法	※申し込みは会場ごとになります。(1人1会場) 【東京家政大学会場】本パンフレットP. 26の手順に従ってお申し込みください。 【駿河台大学会場】経営企画室地域連携課までお問い合わせください。

◆講座概要

「スクラッチを使って動くクリスマスカードを作ろう！」

Scratchを使用して、プログラミングの基本(コンピューターに指示を与えて、自分の思う通りに動かす)を体験し、最終的に家族に向けての動くクリスマスカードを完成させよう!



1 午前の部 Scratchの使い方

講義概要

Scratchの使い方。
基本操作を学ぼう。簡単な作品制作まで行ってみる。

2 午後の部 動くクリスマスカードの作成

講義概要

動くクリスマスカードの作成。
オリジナルな作品を完成させる。
最後にみんなに自分の作品を発表してみよう!

【お申込み・お問い合わせ】

東京家政大学
地域連携推進センター
電話：04-2955-6959

駿河台大学
経営企画室地域連携課
電話：042-972-1181



02 低温微生物を知ろう

—チルド食品の品質・衛生管理のために—

【講師】 藤井 建夫(東京家政大学大学院客員教授)

申込締切

11/1
金

講座日程	2019年11月15日(金)
時間	13:00~14:30、14:40~16:10 [90分]×(全2回)
定員	20名
受講料	《一般》4,000円 《本学学生》2,000円
対象	食品関係の企業に従事されている方、及びこのテーマに関心をお持ちの方。
持ち物	筆記用具

◆講座概要

EPAやDHAが海の青魚に多いのは、それらが平均水温5℃と言われる低温の海に生息するため、牛や豚などの陸上動物とは異なる。微生物にも大腸菌やサルモネラなどの中温微生物とは性状の異なる低温微生物がいて、チルド食品の品質・衛生管理の重要な対象となる。本講座ではその様な観点から、低温微生物の諸問題について学ぶ。なお、講義の要点は2017年度(前期)のものと重複するが、同講座の参加申込が定員をオーバーしたため、再度開講するものである。

講義

13:00~
14:30

低温微生物の特徴

講義概要

冷蔵庫の食品が腐るのは、低温微生物が増殖するためである。低温でも微生物が増殖できるのは、中温微生物とは違って、細胞膜に高度不飽和脂肪酸(EPAやDHAなど)含量が多いためである。食品現場では、これらが25℃以上では増殖しないが、10℃以下でもよく増殖することなど、中温微生物とは増殖特性が異なることを理解することが重要である。

講義

14:40~
16:10

チルド食品の微生物危害とその対策

講義概要

低温増殖性の食中毒細菌では、リステリアが最重要である。我が国ではまだあまり問題になっていないが、欧米では本菌による食中毒が多発しており、例えばアメリカでは、年間2,500件発生し、死亡者が500人と推定されている。その他、ボツリヌス菌やヒスタミン生成菌の一部も低温で増殖する。チルド食品の生菌数測定には、公定法の35℃培養は不適當であるが、このことがあまり理解されていない。

公開講座

03 中国の名言を楽しむ ~思想、歴史、詩の美言に酔いしれる~

申込締切

1/9

講師 打越 竜也(東京家政大学地域連携推進センター 講師・大東文化大学地域連携センター 講師)

講座日程 木曜日(全6回) 13:00~14:30[90分]
定員 30名
受講料 《一般》6,000円 《本学学生》3,000円
持ち物 筆記用具

開催日

- 1月23日(木) 歴史 I
- 1月30日(木) 歴史 II
- 2月 6日(木) 詩 I
- 2月13日(木) 詩 II
- 2月20日(木) 思想 I
- 2月27日(木) 思想 II

講座内容

中国の歴史書で有名な『史記』などから生まれた故事成語、諸子百家と言われた多くの思想家たちが残した名言など、悠久な歴史を歩んだ中国から生まれた思想、歴史、詩の美言に酔いしれてみましょう。漢文を使いますが初学者大歓迎です。

この名言を声にだして読み味わう歌声喫茶、いや名言喫茶の時間をともに楽しみましょう!

毎回大人気の文学講座!
中国の幅広い文学に触れ、
歴史の美言に酔いしれましょう!!



04 生きた論語を学ぼう ~孔子の一生と名言を味わう~

申込締切

1/9

講師 打越 竜也(東京家政大学地域連携推進センター 講師・大東文化大学地域連携センター 講師)

講座日程 木曜日(全6回) 14:45~16:15[90分]
定員 30名
受講料 《一般》6,000円 《本学学生》3,000円
持ち物 筆記用具

開催日

- 1月23日(木) 全20篇の中から、毎回テーマを決めながら(例えば、
- 1月30日(木) 私たちが忘れてしまったこ
- 2月 6日(木) と。立派な人とそうでない
- 2月13日(木) 人との違いなど) 抜粋して
- 2月20日(木) 読んでまいります。
- 2月27日(木)

講座内容

乱世の中国で「仁」を主張した孔子と、その弟子たちの言葉が『論語』に収められています。この言葉が今を生きる私たちの心にも響きわたる、まさに名言の宝庫です。

今回は孔子の一生に関係する他の資料なども使いながら理解しつつ、孔子の名言を読み味わいたいと思います。

受講生の声

漢字で表現された物事を考えたり、想像するのが楽しみです。この講座は自分の楽しみが倍増します。



05 さあ 絵を描こう!

申込締切
1/10金

講師 寺田 和幸(東京家政大学名誉教授)
講座日程 土曜日(全4回・8コマ) 13:00~16:00【180分】
定員 25名
受講料 <<一般>>8,000円 <<本学学生>>4,000円
教材費 2,000円(画用紙・クロッキー帳・モチーフ等)
持ち物 鉛筆、水彩色鉛筆、コンテなどは、講座で用意しますが、個人で持っている場合は持参可。汚れても良い服装。

開催日

- ①1月25日(土) 花を描く
- ②2月1日(土) 人物(裸婦)クロッキー
- ③2月8日(土) 人物(着衣)クロッキー
- ④2月15日(土) 花と人物(3日間のまとめ) コラージュを取り入れた制作

初めて描く方ももちろん、以前に受講された方も、毎回の講座では発見の連続です! お互いの作品を認め合い、和やかに進む人気講座♪

講座内容

絵を描く楽しさを味わってみましょう! 集中して対象と向き合いじっくりと描き上げていくと、今までと違う豊かな世界が見えてきます!

1日目から3日目は、花のスケッチ、人物クロッキー(裸婦・着衣)を楽しみます!

4日目は、「花と人物」をテーマに3日間のまとめとして、コラージュを取り入れた作品制作を試みてみます。

※毎回ミニ講評あり。



06 詩を読もう ~声の変化で心も身体も健康に~

申込締切
1/22水

講師 金田 誠一郎(俳優・演出家・振付師)
講座日程 水曜日(全3回) 13:30~15:00【90分】
定員 20名
受講料 <<一般>>3,000円 <<本学学生>>1,500円
持ち物 筆記用具、動きやすい服装

開催日

- ①2月5日(水) 声をだしてみよう 体を動かしてみよう 詩を読んでみよう
- ②2月12日(水) 発声、ストレッチから詩の中に、どんな動きが潜んでいるか探してみよう
- ③2月19日(水) みんなで、一つの詩を動きのある群読に仕上げよう

講座内容

詩の朗読をただ読むだけでは勿体無いので、体を動かしながら読んでみる。

言葉と体、心と体はこんなに繋がっているんだと実感してもらえたら嬉しいです。

少しお芝居するような…そんな感覚で詩と向かい合う時間をみんなで作っていきましょう。

黙読だけではわからない! 声に出して詩の世界を味わってみませんか!



07 着物リメイク 一限りある資源を大切に利用しましょう

申込締切
2/4火

講師 寺田 恭子(家政学部准教授)
講座日程 2/18・2/21(全2回) 13:00~16:00【180分】
定員 20名
受講料 <<一般>>2,000円 <<本学学生>>1,000円
対象 初心者
材料費 1,000円
持ち物 筆記用具、裁縫用具(待針、縫針、糸切はさみ、チャコペンシル等)
※ないものは、貸出します。
※ゆかた地と縫い糸は、講座で用意します。
※応用作品を作る方は、各自解いて、洗った生地を2回目に持参ください。
※フットペダルのミシンを使用するため、かかとの低い靴でお越しください。

開催日

- ①2月18日(火)
 1. 着物リメイク
 2. ホームドレスの制作
 ゆかたについて、着物の解き方、解いた生地の洗い方の説明の後、実習
- ②2月21日(金)
 1. ホームドレスの制作
 2. 応用作品の制作実習

講座内容

単笥にある着物、気になりながらどうしたらよいか迷っている方は沢山いらっしゃると思います。着物にはさみは入れたくないけれど、限りある資源を大切に利用するために、思い切ってリメイクしてみませんか。本講座では、ゆかた地を利用してホームドレスの制作を致します。

受講生の声

初めて、物を作る講座に参加させていただきました。布地はカットしてあり、印まで付けて頂いて、至れり尽くせりでした。ミシンも使いがってが良くて、何とか形になり満足しています。



06 詩を読もう ~声の変化で心も身体も健康に~

申込締切
1/22水

講師 金田 誠一郎(俳優・演出家・振付師)
講座日程 水曜日(全3回) 13:30~15:00【90分】
定員 20名
受講料 <<一般>>3,000円 <<本学学生>>1,500円
持ち物 筆記用具、動きやすい服装

開催日

- ①2月5日(水) 声をだしてみよう 体を動かしてみよう 詩を読んでみよう
- ②2月12日(水) 発声、ストレッチから詩の中に、どんな動きが潜んでいるか探してみよう
- ③2月19日(水) みんなで、一つの詩を動きのある群読に仕上げよう

講座内容

詩の朗読をただ読むだけでは勿体無いので、体を動かしながら読んでみる。

言葉と体、心と体はこんなに繋がっているんだと実感してもらえたら嬉しいです。

少しお芝居するような…そんな感覚で詩と向かい合う時間をみんなで作っていきましょう。

黙読だけではわからない! 声に出して詩の世界を味わってみませんか!



08 性格の心理学 一心理検査を使って楽しく自分理解一

申込締切
10/17水

講師 福井 至(人文学部教授)
講座日程 木曜日(全2回) 14:00~15:30【90分】
定員 20名
受講料 <<一般>>2,000円 <<本学学生>>1,000円
受講対象者 年齢不問
持ち物 筆記用具

開催日

- ①10月31日(木) 交流分析理論から見た自分の性格
- ②11月14日(木) 認知行動理論から見た自分の性格

講座内容

この講座では、ご自身のポジティブな側面や強さが、どのあたりにあるかを確認できる心理検査を実施していこうと思います。1回目は東大式エゴグラム検査です。交流分析理論という心理学の理論から、ご自身の強さのもととなっている心の状態を確認してみましょう。2回目は、認知行動理論から、嬉しい楽しいといった肯定的気分が、どのような考えからどの程度経験できているか、質問紙を用いて確認してみましょう。自分探しのために簡単にできる心理検査を中心に講座を組みましたので、気楽に受けてみてください。

簡単にできる心理検査!

自分自身を見つめ直してみませんか?



09 シニアのポジティブ・エイジング ~人生100年の時代をいかに楽しく幸せに生きるか~

申込締切
1/9本

講師 西村 純一 (東京家政大学大学院客員教授)
講座日程 木曜日(全5回) 10:30~12:00[90分]
定員 50名
受講料 <<一般>>5,000円 <<本学学生>>2,500円
受講対象者 年齢不問
持ち物 筆記用具

講座内容

人生100年の時代を楽しく幸せに生きていくためには、60歳くらいからポジティブ・エイジング(前向きな老い)の実践を日々の生活のなかで積み重ねていくことが重要です。本講座では、ポジティブ・エイジングの重要な要素を5つに整理し、5回にわたって解説します。

その5つとは、①健康長寿の基盤づくり、②認知機能の維持・認知症の回避、③ストレス・マネージメント、④生きがいとつながりの獲得、⑤性格と知恵の活かし方、です。

- 開催日
- ①1月16日(木) 健康長寿の基盤づくり
 - ②1月23日(木) 認知機能の維持・認知症の回避
 - ③1月30日(木) ストレス・マネージメント
 - ④2月6日(木) 生きがいとつながりの獲得
 - ⑤2月13日(木) 性格と知恵の活かし方

受講生の声

先生のお話が面白く、途中、ご家族のお話をされると、ちょっと恥ずかしそうな表情をされるのがステキでした。毎回、通うのが楽しみでした。



10 だしの魅力 一和食の基本の「かつおだし」を再確認しましょう

申込締切
11/15金

講師 加藤 和子 (家政学部准教授)
講座日程 金曜日(全3回) 15:00~16:30[90分]
定員 20名
受講料 <<一般>>3,000円 <<本学学生>>1,500円
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

講座内容

和食の特徴は「だし」を用いて、旬の素材の味をいかす調理方法で、日本人の食生活の基本でしたが、食生活の多様化により、世界各国の料理が食卓に上るようになり、和食離れの傾向がみられます。しかし、海外からは和食が注目されています。日本の家庭では、かつお節、こんぶ、煮干し、干しいたけだしなどが使われてきましたが、顆粒だしが主流になっています。この講座では、和食の基本となる「だし」の食文化、だしの調理学を知り、だしを五感で味わい、それぞれのだしについて知り、味わい深さなどを学んで頂けたらと思っています。

- 開催日
- ①11月29日(金) 「かつおぶしだし」の食文化(講義)
 - ②12月6日(金) 「かつおだし」の基本的なとり方と五感での味わいの違い(講義)
 - ③12月13日(金) 「かつおだし」を用いた料理を五感で味わいましょう!(実習)

だしの取り方
だしのチカラ



11 お口から健康を守る ~歯・口腔の健康が全身の健康につながる~

申込締切
10/31水

講師 久篠 奈苗 (健康科学部准教授)
講座日程 木曜日(全3回) 10:00~11:30[90分]
定員 20名
受講料 <<一般>>3,000円 <<本学学生>>1,500円
持ち物 歯ブラシ・手鏡・タオル



講座内容

お口は、話す・食べる・呼吸する・表情をつくる働きがあり、生きていく上で重要な器官です。

お口の管理は、むし歯や歯周病などの歯の病気から歯を守るためだけでなく、全身の健康にも大きな影響を与えることがわかっています。歯・お口の健康を守ることがどのような病気の予防や健康につながるのか、また、お口の健康管理の方法を知っていただき、生活に活かしていただきたいと思います。

- 開催日
- ①11月14日(木) 歯・口腔の基礎知識
 - ②11月21日(木) 歯磨き
 - ③11月28日(木) 嚥下と肺炎予防

年齢を重ねると体にはさまざまな変化が現れますが、それは口の中も例外ではありません。口の中に見られるトラブルと効果的なケア方法を学びましょう。



12 心と身体に向き合おう！ 一高度専門機器で身体機能を測定してみましょう

申込締切
10/29火

主任講師 後藤 寛司 (健康科学部教授) 講師 下田 信明 (健康科学部教授) 齊藤 展士 (健康科学部教授)
講座日程 火曜日(全2回・2コマ)
①13:00~14:30[90分] ②13:00~16:00[180分]
定員 20名
対象 医師や専門家などから運動を中止されていない方
受講料 <<一般>>2,000円 <<本学学生>>1,000円
持ち物 筆記用具、室内履き、動きやすい服装(トレーニングウェアなど)、タオル、飲み物

講座内容

日頃から運動や趣味など様々な活動をしているからといって健康面に安心していませんか？心や身体の衰えは自分自身が気付かない間に進んでいくものです。この講座では、心や身体の衰えは何が原因なのか、どのように衰えていくのか、衰えを防ぐには何をすればよいのかに関して、リハビリテーション専門職の観点から説明します。そして、今の自分自身の身体機能はどのような状態なのか、医療機関などで使用する専門機器で測定してみましょう。この機会に自分自身の心と身体に向き合ってみませんか？

- 開催日
- ①11月12日(火) 心と向き合う(下田) 認知症・老年期うつについての予防方法など。その後簡単な運動課題・認知課題の同時実施を体験します。
 - ②11月19日(火) 身体と向き合う(後藤・齊藤) 運動機能の衰えや予防方法などについて。身体機能を測定など。

※講座では、簡単な運動や測定をします。その際、各個人の健康状態などをお聞きすることがあります。健康状態やその日の体調に応じて、それらの運動や機器を使用した測定をご遠慮して頂くことがありますので、ご承知おきください。

受講生の声

いろいろと自分の体の事が分かり、とても良かったです。教えていただいた事を参考にして、これからも自分の身体と向き合っていきたいと思っています。



13 漢方と養生で健康に! 一食・運動・呼吸一

申込締切
9/26

講師 吉村 吉博 (日本統合医療学園理事長・学長)
講座日程 木曜日(全5回) 14:30~16:00【90分】
定員 40名
受講料 ≪一般≫5,000円 ≪本学学生≫2,500円
持ち物 ノート、筆記用具

開催日

- ①10月10日(木) 漢方の基礎知識
- ②10月31日(木) がんの漢方と養生
- ③11月21日(木) 免疫疾患の漢方と養生
- ④11月28日(木) 冷え症の漢方と養生
- ⑤12月5日(木) かぜの漢方と養生

講座内容

現在、現代医学が最先端のように見えますが、医原病、多剤併用、副作用など多くの問題を抱えております。まして高齢者や子供には西洋薬や手術は大きな負担がかかります。そこで現在、長い歴史を持つ食・運動・呼吸などの養生法や自然療法である漢方が見直されています。漢方の基礎と各種疾患の養生法についてわかりやすく解説いたします。また、皆様からの質問について丁寧に対応していきたいと思っております。



14 調理を科学の目で見てみよう! 一日々の調理を再発見一

申込締切
1/31

講師 土屋 京子 (家政学部教授)
講座日程 土曜日(全3回) 11:00~13:00【120分】
定員 20名
受講料 ≪一般≫3,000円 ≪本学学生≫1,500円
材料費 1,000円
持ち物 エプロン、三角巾、手拭タオル、筆記用具

開催日

- ①2月15日(土) 食品の色について 野菜の色の变化の実験を行う。
- ②2月22日(土) ジャガイモの調理性について 粉吹き芋とマッシュポテトの調理要領を学ぶ。
- ③2月29日(土) 挽き肉の調理性について ハンバーグの調理要領を学ぶ。

受講生の声

食材の特性を知ることにより、普段の料理がおいしくなったり、うまく出来るようなヒントがたくさんいただけて、勉強になりました。

調理の原理を知れば、もっとおいしくなる!?



講座内容

「調理」とは、人間の食を調えるために種々の食材を処理することを意味します。すなわち、色々な食品を美味しく食べられるようにする作業です。私達が毎日行っている調理は、何気なくやっていることでも理由があり、科学的に説明できることが多いのです。

そこで、調理について改めて見直してみませんか? 新しい発見があるかもしれません。また、原理(理由)がわかると失敗も少なくなると思います。

ここでは、実際に現象を確認しながら理解した後、実習につなげる講座にします。



15 親子で親しむ・楽しむ・感じる!! 「学ぼう! 歯の健康と脳の健康」

申込締切
10/4
金

【講師】久篠 奈苗(健康科学部准教授)

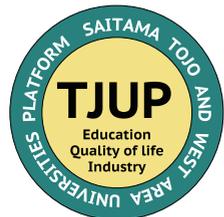
★駿河台大学・東邦音楽大学・東京家政大学・西武文理大学・埼玉医科大学・埼玉医科大学短期大学の計6大学が、リレー公開講座を実施。(各大学HPをご確認ください。)

講座日程	2019年10月19日(土)
時間	13:30~15:30【120分 休憩10分含む】
受講料	親子一組1,000円(資料代・保険代他)
対象	小学1~3年生とその保護者
持ち物	筆記用具、日常使用の歯ブラシ(親子)、タオル
事前質問	「歯」のことについて、質問希望の方は、申し込みの際、受付 ※ご質問多数の場合、講座時間の関係より、全ての質問に解説できない場合もありますので、ご承知おきください。

◆講座概要

乳歯から永久歯に生え替わる時期について、また、歯と脳の関係性を踏まえた虫歯予防法・健康法等を、わかりやすく、また、実際、意外と知らない歯磨きの方法等、実践も含めて、昨年、開設したりハピリテーション学科の先生(歯科医師・作業療法士)が、専門職の観点より、レクチャーします!!

是非、この機会に、親子で「歯」について学び、楽しく、効果的な歯ブラシ習慣方法等により、「歯科予防・健康」に繋げてください。最後に、事前に頂いた質問に対して、Q&Aコーナーを設け、解説していきます。



東京家政大学は、TJUP(埼玉東上地域大学教育プラットフォーム)に加盟しており、地域の活性化・まちづくりに取り組んでいます。



共催講座について

地域連携推進センターでは、狭山市と共催講座を企画しています。

《狭山市共催》体幹（腹筋・背筋）を鍛えて健康増進！ —運動と筋活動の関係を知ろう—

講 師	清水 順市（健康科学部教授）		
対 象	狭山市在住・在勤の方	定 員	25名
日 程	10月10日(木)・24日(木) 全2回 10:00～12:00		
会 場	東京家政大学狭山校舎		
持ち物	動きやすい服装 ※腹部に直接触れて計測します		
料 金	1,000円 (2回分)	申込開始日	9月17日(火)

【お申込み・お問合せ】

狭山市教育委員会	東京家政大学
生涯学習部スポーツ振興課	地域連携推進センター
電話：04-2953-1111	電話：04-2955-6959

身体運動には多くの方法があります。起き上がりや姿勢維持に重要な役割を果たす「体幹筋」もそのひとつです。この講座では普段行っている運動時の筋活動の状況を知ること、効率的な活動や、その方法について学びます。

H30年度新設のリハビリテーション学科教授が、身体の解剖学的知識を基に、筋肉の収縮はどのような仕組みで起こるかをレクチャーします！簡単な触診や、専用の器具を使用して、ご自身の筋活動を確認できます。

単純な筋の収縮活動と持続的な筋の収縮活動の違いを学んでいきましょう！

平成30年度の様子



筋活動を測定しました！



自分の柔軟性はどの位？



ヒトの身体構造とは？

2019年 後期カレンダー

2019年 10月

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14 <small>体育の日</small>	15	16	17	18	19
20	21 <small>即位礼正殿の儀</small>	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2019年 11月

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3 <small>文化の日</small>	4 <small>振替休日</small>	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23 <small>勤労感謝の日</small>
24	25	26	27	28	29	30

2019年 12月

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2020年 1月

S	M	T	W	T	F	S
			1 <small>元日</small>	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 <small>成人の日</small>	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2020年 2月

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 <small>建国記念の日</small>	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 <small>天皇誕生日</small>	24 <small>振替休日</small>	25	26	27	28	29



講師プロフィール (50音順 あ〜か)

天野 美穂子 (あまの みほこ)

東京大学大学院学際情報学府博士課程単位取得満期退学。現在、家政学部特任講師。専門分野は、社会情報学、情報教育、社会心理学。担当は、子どもの思考とプログラミング、情報活用、メディア情報と社会を読み解く、など。

《担当講座》駿河台大学連携共催ジュニアアカデミックスクール2019 (1. 楽しくプログラミングを学ぼう!!)

色川 木綿子 (いろかわ ゆうこ)

東京家政大学大学院人間生活学総合研究科健康栄養学専攻修了。現在、家政学部講師。専門分野は栄養教育、公衆栄養学。担当科目は、栄養指導論、栄養指導実習、公衆栄養学、栄養士実習。近赤外線栄養成分測定研究会理事、日本家政学会関東支部若手の会幹事など。

《担当講座》狭山市共催シンポジウム (生涯スポーツ社会の実現に向けて ~いつでもどこでもいつでも 誰もがスポーツに親しめるまち~)

内田 いづみ (うちだ いづみ)

駿河台大学大学院現代情報文化研究科健康栄養学専攻修了。私立中高一貫校の非常勤講師を経て、2010年度に駿河台大学に着任。現在、情報処理教育センター講師。専門分野は教育工学、情報リテラシー教育、初年次教育、アクティブ・ラーニング。主に、初年次の情報リテラシー科目と教職課程科目を担当。楽しくかつ効率よく学べる授業づくりを目指している。また、大学で授業を担当する傍ら、情報処理教育センター窓口で学生たちの学習支援を行っている。

《担当講座》駿河台大学連携共催ジュニアアカデミックスクール2019 (1. 楽しくプログラミングを学ぼう!!)

太田 康友 (おおた こうすけ)

大阪大学大学院基礎工学研究科後期博士課程単位取得退学 (医科学修士)。現在、駿河台大学情報処理教育センター助教、千葉商科大学客員講師。学生の頃は理論物理学を志していたが、生物物理学→細胞生物学と紆余曲折を経て、気がつけば初年次情報基礎科目を10年以上担当している。高校までにパソコンに苦手意識を持ってしまった学生に自信を持たせられるような授業手法を探究中。

《担当講座》駿河台大学連携共催ジュニアアカデミックスクール2019 (1. 楽しくプログラミングを学ぼう!!)

池森 隆虎 (いけもり たかとら)

筑波大学体育専門学群卒業、筑波大学大学院体育研究科コーチ学専攻修了、体育学修士。現在、子ども学部教授。専門分野はスポーツ心理学。子どもの遊び、運動あそび環境について研究。運動と音楽を結びつける様々な可能性を研究。また、表現環境を最新の演出ができるように音楽、音響、照明等についてハードのセット方法およびソフトの活用技術の研究も行っている。

《担当講座》狭山市共催シンポジウム (生涯スポーツ社会の実現に向けて ~いつでもどこでもいつでも 誰もがスポーツに親しめるまち~)

打越 竜也 (うちこし たつや)

大東文化大学大学院中国学専攻博士課程満期退学 (文学修士)。専門分野は、中国古代哲学、特に孔子をはじめとする儒家思想及び近代哲学。現在、東京家政大学・大東文化大学の他、各大学の生涯学習及び埼玉県各公民館等で論語講座を担当。また、大学受験予備校河合塾の漢文講師、放送大学非常勤講師も兼任。

《担当講座》公開講座 (3. 中国の名言を楽しむ ~思想、歴史、詩の美言に酔いしれる~) (4. 生きた論語を学ぼう ~孔子の一生と名言を味わう~)

宇和川 小百合 (うわがわ さゆり)

東京家政大学・管理栄養士専攻を卒業後、助手、講師を経て現在、家政学部准教授。栄養士、管理栄養士の養成校の教員として、専門職の学生教育および管理栄養士国家試験合格を目指す学生の教育に携わっている。その他、東京都栄養士会理事、全国栄養士養成施設協会理事および栄養士実力認定試験問題作成 (栄養指導論) 総務委員を務めている。主な著書に、栄養教育論 (学建書院)、栄養教育・指導実習 (建邦社) 等がある。論文では「自由行動下における尿中ミネラルの日内リズム」、「家族構成にみる行事食と儀礼食」等がある。

《担当講座》狭山市共催シンポジウム (生涯スポーツ社会の実現に向けて ~いつでもどこでもいつでも 誰もがスポーツに親しめるまち~)

加藤 和子 (かとう かずこ)

調理学実験の魅力にひかれ、助手を経て現在、家政学部准教授。調理学、調理科学実験、食の文化などを担当。日常生活の中で常に疑問を持ち、要領よくおいしい食べ物を作り、楽しく笑顔の食卓づくりを目指している。

《担当講座》公開講座 (10. だしの魅力 一和食の基本の「かつおだし」を再確認しよう~)

講師プロフィール (50音順 か〜て)

金田 誠一郎 (かなだ せいいちろう)

オンシアター自由劇場付属養成所卒業後、アメリカ、ニューヨークヘダダの勉強のため渡米。1992年には自身の劇団「UTAN☆EYES」を立ち上げ、作・演出、振り付けを手がける。1999年ショー「GEKI大魔王旗揚げ」に参加。2012年までのほとんどの公演に参加。その後、映像作品へ活動の場を広げる。出演作品「シン・ゴジラ」「日本の一番長い日」「闇金ウシジマくん」など。

《担当講座》公開講座 (6. 詩を読もう ~声の変化で心も身体も健康に~)

後藤 寛司 (ごとう ひろし)

平成11年、北里大学医療衛生学部を卒業し、理学療法士の国家資格を取得。その後、北里大学大学院医療系研究科 (博士課程) を修了し、博士 (医学) を取得。理学療法士として、一般総合病院や訪問看護ステーションなどのリハビリテーション部門にて非常勤職員として勤務。豊橋創造大学 (平成18年: 専任講師、平成26年: 准教授) を経て、現在、健康科学部教授。専門分野は、バイオメカニクスや老年学を中心に、ヒトの動作分析や地域在住者への運動介入に関する研究に従事。

《担当講座》公開講座 (12. 心と身体に向き合おう! 一度度専門機器で身体機能を測定してみよう~)

清水 順市 (しみず じゅんいち)

広島大学大学院医学系研究科にて博士 (医学) を取得。国立大学の保健学科の開設、公立大学の開設に関わる。現在、健康科学部教授。研究は①脳機能および自律神経系を神経生理学的視点から探求、②視覚障害児の運動発達と促進方法を追求している。日常生活行為が身体や脳に与える影響を電気生理学的な手法で解明し、効果的な生活行為のあり方や方法を見出す。著書: 地域包括ケアシステムにおけるPT・OTの役割。

《担当講座》狭山市共催 (体幹 (腹筋・背筋) を鍛えて健康増進! 一運動と筋活動の関係を知らう~)

土屋 京子 (つちや きょうこ)

東京家政大学家政学部栄養学科卒業。助手、講師、准教授を経て、現在、家政学部教授。調理科学を専門としている。本学では調理学、調理科学実験、調理実習 (基礎・応用)、基礎栄養学実習、家庭科教育演習、フードコーディネーター論等を担当している。主な著書に「新版 調理実習と基礎理論」「調理科学実験」「健康を考えた調理学実験」「三訂小児栄養実習」等がある。

《担当講座》公開講座 (14. 調理を科学の目で見てみよう! 一日々の調理を再発見~)

久篠 奈苗 (くしの ななえ)

広島大学医学部保健学科卒業、長崎大学歯学部卒業、久留米大学大学院医学研究科修了 (医学博士)。現在、健康科学部准教授。専門分野は、障害者歯科、歯科・口腔外科、産業保健。担当は、摂食嚥下機能学、他。作業療法士と歯科医師の経験を生かして、口腔を通じた健康増進の指導を行っている。

《担当講座》公開講座 (11. お口から健康を守る ~歯・口腔の健康が全身の健康につながる~) (TJUP) 東西部地域大学リレー公開講座 (15. 親子で親しむ・楽しむ・感じる!! 「学ぼう! 歯の健康と脳の健康」)

齋藤 展士 (さいとう ひろし)

北海道大学大学院医学研究科にて博士号取得 (医学)。現在、健康科学部教授。リハビリテーション科学、神経科学を専門とし、脳と運動・姿勢の関係について探求している。担当は理学療法評価学、運動療法学、運動学演習など。運動制御と運動学習に関する研究、バランス障害に対する理学療法に関する研究などニューロサイエンスやバイオメカニクスの分野を中心に臨床への還元を目指した研究に携わる。

《担当講座》公開講座 (12. 心と身体に向き合おう! 一度度専門機器で身体機能を測定してみよう~)

下田 信明 (しもた のぶあき)

作業療法士、博士 (保健医療学)。7年間の病院勤務後、2つの大学勤務を経て、現在、健康科学部教授。脳卒中上肢機能・高次脳機能障害や認知症への作業療法、および在宅ケア・地域リハビリテーションを専門とする。手の心的回転課題における反応時間および脳活動に関する研究を中心として研究活動を行っている。日本在宅ケア学会理事・ガイドライン作成委員会委員・学会活動推進委員会委員。編書: リハビリテーション基礎評価学、ADL (共に、羊土社)

《担当講座》公開講座 (12. 心と身体に向き合おう! 一度度専門機器で身体機能を測定してみよう~)

寺田 和幸 (てらた かずゆき)

東京家政大学名誉教授。東京芸術大学大学院美術研究科油画専攻修了。国画会会員。日本美術家連盟会員。大学版画学会会員個展、グループ展、日・米作家交流展等多数出展。

《担当講座》公開講座 (5. さぁ 絵を描こう!)

講師プロフィール (50音順 て～よ)

寺田 恭子 (てらだ きょうこ)

東京家政大学家政学部服飾美術学卒業。助手、講師を経て、現在、家政学部准教授。専門分野は服飾造形。担当は和服造形、和服論、人間教育基礎科目等。教科用図書検定調査審議会専門委員高等学校「家庭総合」「家庭基礎」(平成23年度)。横浜みなと博物館「愛すべき海辺の観光今・昔」(27年)他に明治時代の水着雑形の実物大復元品を展示。東京家政大学博物館・秋の特別企画展(22年・29年)明治時代の改良服女物・改良袴雑形の実物大復元品を展示。地域連携推進センターと入間市共催「就労支援」(25年・26年)・地域連携推進センター後期講座「着物リメイク」(31年)

《担当講座》公開講座(7. 着物リメイク 一限りある資源を大切に利用しましょう)

福井 至 (ふくい いたる)

早稲田大学大学院人間科学研究科卒業。現在、人文学部・大学院教授。東京家政大学附属臨床相談センターの臨床心理士、および医療法人和楽会赤坂クリニックの認知行動療法センター長を兼任。専門分野は臨床心理学、認知行動療法。主な著書は「貝谷久宣・福井至監修(2012) 図解やさしくわかる認知行動療法 ナツメ社」「貝谷久宣・福井至監修(2018) 今日から使える認知行動療法 ナツメ社」

《担当講座》狭山市共催シンポジウム(生涯スポーツ社会の実現に向けて ~いつでもどこでもいつまでも誰もがスポーツに親しめるまち~) 公開講座(8. 性格の心理学 一心理検査を使って楽しく自分理解一)

吉村 吉博(よしむら よしひろ)

星薬科大学大学院博士課程修了(薬学博士)。外務省JICA専門家としてビルマ国製薬開発センター、厚労省の派遣でアメリカ合衆国疾病対策予防センター(CDC)にて研究。星薬科大学助教授、日本薬科大学漢方薬学教授、日本統合医療学園理事長・学長に至る。現在、東京農業大学非常勤講師、星薬科大学客員教授、漢方吉村薬局・漢方健康堂顧問を兼任。

《担当講座》公開講座(13. 漢方と養生で健康に! 一食・運動・呼吸一)

西村 純一(にしむら じゅんいち)

東京大学大学院教育学研究科教育心理学修士課程修了(教育学修士)。群馬大学大学院医学研究科研究生(医学博士取得)。現在、東京家政大学大学院客員教授。専門分野は、教育心理学・老年心理学・心理学研究法。社会活動は、シニアプラン開発機構「生きがい研究会」座長、日本高等教育評価機構評価員、板橋区グリーンカレッジ大学院講師など歴任。著書:「教育心理学エッセンシャルズ」「生涯発達心理学」「成人発達とエイジングの心理学」「これから心理学を学ぶ人のための研究法と統計法」など。

《担当講座》公開講座(9. シニアのポジティブ・エイジング ~人生100年の時代をいかに楽しく幸せに生きるか~)

藤井 建夫(ふじい たてお)

京都大学大学院農学研究科博士課程修了、京都大学農学部助手、水産庁東海区水産研究所微生物研究室長、東京水産大学、東京海洋大学教授、山脇学園短期大学教授、東京家政大学特任教授、日本食品衛生学会会長などを経て、現在、東京家政大学大学院客員教授、東京海洋大学名誉教授。日本水産学会、日本食品衛生学会、日本食品微生物学会の各名誉会員。専門分野は、食品微生物学(腐敗、発酵、食中毒、微生物制御)の研究・教育。また、「ホンマでっか?! TV」(フジTV)、「林修の今でしょ! 講座」(テレビ朝日)など数多くのメディアに出演。主な著書は、「食品微生物の基礎」(講談社)、「魚の発酵食品」(成山堂書店)、「新・食品衛生学」(恒星社厚生閣)など。

《担当講座》Tokyo Kasei 塾 2019(2. 低温微生物を知ろう 一チルド食品の品質・衛生管理のために一)



お願い
講座をお申し込みの
前に必ず、目を通してください。

受講のご案内

受講のご案内・申込方法	26~27
よくあるご質問 Q&A	28~29
講座風景の様子	30~33
学園が設置する学校・学部・学科等構成	34
狭山キャンパスマップ	35
交通のご案内	36
受講申込書(FAX専用紙・ハガキ) 講座風景	37~40

お知らせ

募集状況はセンターホームページで確認できます。

URL: <https://www.tokyo-kasei.ac.jp/society/commulic/index.html>

電子メールでも申し込みが可能です。
(詳細はP. 27参照)

受講のご案内

❖申し込み ❖手続き方法

❖受講資格

- ◆年齢・性別は問いません。どなたでも受講できます。
- ◆講座により、受講条件がついている講座がありますので、各講座のご案内をご覧ください。

❖定員

- ◆受講希望者が定員を超えた場合は、講座によっては、キャンセル待ちという形で、先着順に対応致します。

❖受講キャンセルについて

- ◆受講申し込み後、やむを得ずキャンセルをする場合は必ずご連絡ください。ただし、講座の開講決定後のキャンセルの場合、材料費が伴う講座に関して、材料費を徴収させていただきます。また、講座開講後のキャンセルの場合は、受講料・教材費の返金は致しません。ご容赦ください。

❖キャンセル待ちについて

- ◆「キャンセルが発生した場合」講座の前日ま

でにお電話にて連絡致します。

- *申込書のお電話番号は日中連絡のつく電話番号をご記入ください。

❖開講中止について

- ◆講座申し込み締切日（各講座開始日から遡って約2週間前）の時点で、申込者数が一定数に達しない場合は、講座を中止することがあります。中止決定の場合は、申込者に連絡致します。

❖受講料について

- ◆初回当日に各講座受付にて徴収致します。
- *釣銭のないように、ご協力ください。

❖休講について

- ◆講師の都合によりやむを得ず休講する場合は、後日、補講を行います。また、交通機関の運休・悪天候等の場合は、状況によっては、休講となることもあります。センターまでご確認ください。

❖修了証書について

- ◆講座回数の2/3以上の出席者には、修了証書を授与致します。共催講座は除きます。

❖図書館利用について

- ◆講座受講期間中は、図書館への入館ができます。ただし、図書貸し出しやAV等の視聴覚機器のご利用はできません。
- ◆ご利用の際には、「図書館利用カード」が必要となりますので、センターまでお越しください。

❖受講上の注意

- ◆駐車場はありませんので、お車でのご来校はご遠慮ください。
- ◆教室内での飲食・喫煙はご遠慮ください。
- ◆講座中は、携帯電話の電源をお切りになるか、マナー対応にしてください。
- ◆他の受講生の迷惑となるような行為、また、講義の進行を妨げるような行為があった場合は、受講をお断りする場合があります。

- ◆教室内では、許可なく録音・録画・撮影することはできません。

❖受講特典

- ◆受講案内のパンフレットを、毎年お送り致します。

❖個人情報について

- ◆個人情報は公開講座以外の目的には使用致しません。

電子メールでの申し込み方法

次の事項を明記の上、メールの件名を「公開講座申し込み」として、下記E-mailアドレスへ送付してください。

- | | |
|-------------------|-----------|
| ①受講講座名 | ②住所 |
| ③氏名（ふりがな） | ④性別 |
| ⑤電話番号／携帯番号 | ⑥生年月日（年齢） |
| ⑦職業 | ⑧受講経験の有無 |
| ⑨講座は何でお知りになったかを記入 | |

申込専用《E-mail》アドレス

chiikiubo@tokyo-kasei.ac.jp

お問い合わせ先

東京家政大学 地域連携推進センター
 住 所 〒350-1398 埼玉県狭山市稲荷山2-15-1
 T E L 04-2955-6959 F A X 04-2955-6929
 受付時間 平 日 9:00～17:00
 土曜日 9:00～12:00
 E-mail chiiki@tokyo-kasei.ac.jp
 URL <https://www.tokyo-kasei.ac.jp/society/commulic/index.html>

申込方法

❖流れ

1 受講申し込み (先着順)

巻末の「受講申込書」に必要事項をご記入の上、メール、FAXまたはハガキで、お申し込みください。

★申込締切は原則、各講座開始日の約2週間前

- 日数調整のため、締切日が前後する場合がありますのでご了承ください。
- 各講座のタイトルの右横に、申込締切日を表記。この日が、開講有無の最終決定日となります。
- *お電話でのお申し込みは受付けておりません。

2 申し込み結果 通知郵送

- *開講決定の場合～「受講票通知」（ハガキ）を各講座申込締切後に郵送します。
- *受講希望者が定員を超えた場合～講座によっては、「キャンセル待ち」という形で、先着順とし、各講座申込締切後に通知を郵送します。
- 「キャンセルが発生した場合」講座の前日までに電話にて連絡します。
- 「講座の前日までにキャンセルが発生しない場合」連絡は致しませんのでご了承ください。
- *講座申込締切日の時点で、申込者数が一定数に達しない場合～中止決定の通知を郵送します。

3 受講料徴収 講座開講

- *講座期間中は、「受講票（ハガキ）」をご持参ください。正門入構の際、ご提示ください。
- *受付の後、指定の教室にお入りください。
- <教室への入室は、原則として30分前>

★初回当日に各講座受付にて 受講料を徴収致します。

（釣銭のないように、ご協力ください。）

よくあるご質問

みなさまより特に多く寄せられましたご質問にお答えします。

Q1 電話での受講申し込みはできますか？

A 電話でのお申し込みは受け付けておりません。巻末にある受講申込書ハガキ（パンフレット裏面）・FAX専用用紙（P. 37）または、専用（E-mail）アドレス（P. 27）にてお申し込みください。

Q2 申し込みをしたいが、巻末にある申込用紙を既に使ってしまった。どうしたらよいでしょうか？

A 専用の申込書でなくても大丈夫です。官製ハガキ、または、別紙に必要事項（P. 27の電子メールでのお申し込み方法入力事項①～⑨を参照）をご記入頂きお申し込みください。

Q3 女子大ですが男性も受講できますか？

A 性別・年齢に関係なくどなたでも受講できます。ただし、講座により受講条件が付いている講座がありますので、各講座のご案内をご覧ください。

Q4 定員がいっぱいの場合、「キャンセル待ち」で申し込みできますか？

A 講座によっては、キャンセル待ちでのお申し込みが可能です。その場合、キャンセルが発生した場合は、先着順にご連絡致します。募集状況はセンターホームページで確認ができます。（P. 25参照）

Q5 講座のキャンセルはできますか？

A やむを得ずキャンセルの場合は、必ずセンターまでご連絡ください。ただし、講座の開講決定後のキャンセルの場合、材料費が伴う講座については、材料費を徴収させていただきます。また、講座開講後のキャンセルの場合は、受講料・教材費の返金は致しません。ご容赦ください。

Q6 教室には何分前に入室できますか？

A 原則として講座開始の30分前より入室可能です。（大学の授業等で使用しているため、受付を済ませた後、教室へご入室ください。）講座によっては、入室可能時間が変わる場合がございます。その場合は受付の案内に従ってください。

Q7 早めに来た場合の待機場所、控え室はありますか？

A 大学の授業等で控え室の確保は難しいため、図書館・学生食堂等をご利用ください。なお、ご利用の際は、必ずセンターまで受講証を受け取りに来てください。また、図書館を利用する際は、「図書館利用カード」が必要となりますので、必ずセンターまでお越しください。（図書貸出し・AV等視聴覚機器等の利用不可）

Q8 欠席の連絡はした方がよいでしょうか？

A 特には欠席連絡の必要はありません。

Q9 講座を欠席した場合、その日の資料はもらうことができますか？

A 次回の講座の時に配布いたします。但し、最終回については、センターまでご連絡の上、お越しください。

Q10 講師・受講生の連絡先を教えていただけますか？

A 「個人情報の保護・管理」のため、ご本人の承諾なしに公表することは一切できませんのでご了承ください。

Q11 住所の変更等は届け出る必要はありますか？

A 必要です。住所・氏名等に変更が生じた場合は、センターまでご連絡ください。

Q12 センターから送られてくる講座の資料案内は停止できますか？

A できます。希望される場合は、センターまでご連絡ください。

Q13 車で通うことはできますか？

A 駐車場がございませんので、車でのご来校はご遠慮ください。公共交通機関をご利用ください。（P. 36参照）※やむをえず車でご来校された場合でも、基本的に入構はできませんのでご承知おきください。ご理解・ご協力お願い致します。

Tokyo Kasei塾 2018 風景



HACCP義務化に備えて



食品の品質管理で誤解していること

キャリアメイク支援講座 2018 風景

2019年度より入間市共催の保育者研修会に改編



保育の質を高めるための
《環境づくりの力》を磨く！



保育の質を高めるための
《環境づくりの力》を磨く！

ジュニアサイエンススクール 2018 夏休み理科自由研究「サポート講座」風景



おもしろく・楽しく学べるリサイクル
理科実験



「調理」を科学の目で見ながら、
再発見！

公開講座風景



さあ 絵を描こう！



詩を読もう



着物リメイク



性格の心理学



自分自身の「心」と「身体」に向き合ってみよう!!



調理を科学の目で見てみよう！

共催講座・研修会風景



夏休みスポーツ体験教室



スポーツ吹き矢健康法



体幹を鍛えて健康増進!



小学校外国語活動集中研修会①



小学校外国語活動集中研修会②



理科観察実験実技研修会

子ども大学さやま・いるま

狭山市・入間市の教育委員会と実行委員会を組織し、「子ども大学さやま・いるま」を毎年開校。

第8期（平成30年度）の様子



第1日【生き方学】
「ネイティブの先生と一緒に楽しく英語を学ぼう!!
～Let's Enjoy English!～」



第2日【はてな学】【生き方学】【ふるさと学】
「地域の歴史を知ろう! (博物館編)
～地域の歴史について学び、
まゆ玉人形作り体験!!～」



第3日【はてな学】【生き方学】
「スクラッチを使ってデジタル絵本作りに挑戦!!
～デジタル絵本でさやま・いるまを紹介しよう～」



第3日【はてな学】【生き方学】
*ワンコイン500円で、学食体験!!
「自分の好きなメニューを選ぼう!」
当日、わくわく! どきどき! お楽しみ!



第4日【はてな学】【生き方学】
「秋・冬の昆虫を見て、触って、観察! 発見!
～昆虫の魅力と不思議な世界を知ろう!～」



学校法人 渡辺学園

学園が設置する学校・学部・学科等構成

大 学 院

人間生活学
総合研究科

- 博士後期課程
 - 人間生活学専攻
 - 児童学児童教育学専攻
 - 健康栄養学専攻
- 修士課程
 - 造形学専攻
 - 英語・英語教育研究専攻
 - 臨床心理学専攻
 - 教育福祉学専攻

東京家政大学

家政学部

- 児童学科
 - 児童学専攻
 - 育児支援専攻
- 児童教育学科
- 栄養学科
 - 栄養学専攻
 - 管理栄養士専攻
- 服飾美術学科
- 環境教育学科
- 造形表現学科

人文学部

- 英語コミュニケーション学科
- 心理カウンセリング学科
- 教育福祉学科

健康科学部

- 看護学科
 - 作業療法学専攻
- リハビリテーション学科
 - 理学療法学専攻

子ども学部

- 子ども支援学科

東京家政大学短期大学部

- 保育科
- 栄養科

東京家政大学附属女子高等学校

東京家政大学附属女子中学校

幼稚園型認定こども園 東京家政大学附属みどりヶ丘幼稚園

東京家政大学ナースリールーム(事業所内保育所)

東京家政大学かせい森のおうち

東京家政大学かせい森の放課後等デイサービス

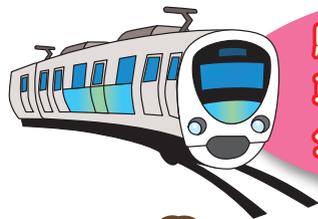


狭山キャンパスマップ



交通のご案内 ~当大学へのアクセス~

ACCESS



**駐車場がございませんので、
車での来校はご遠慮ください。
公共交通機関をご利用ください。**



ご協力をお願い致します。

2019 後期 受講申込書

FAX 04-2955-6929

受付番号

FAX専用用紙

※お申し込みの前に、P26~29の「受講のご案内・申込方法等」を必ずご確認ください。

- 駐車場はありませんので、お車でのご来校は、ご遠慮ください。
- 講座決定後のキャンセルの場合は、材料費が伴う講座については、材料費を徴収させていただきます。
- 講座開講後のキャンセルの場合は、受講料・教材費の返金は致しません。

以上の内容を了承の上、公開講座の受講を下記の通り申し込みます。

←ご確認の上、必ずチェックを入れてください。

講座番号	希望講座名
ご住所	〒
お名前	(フリガナ) 男・女
電話番号	携帯 () 自宅 () ※必ずご記入ください。
生年月日	(大・昭・平) 年 月 日 (歳)
ご職業	1. 会社員 2. 主婦 3. パート(派遣) 4. 無職 5. その他()
◆講座は何でお知りになりましたか。☑印を付けてください。 <input type="checkbox"/> 家政大からの案内 (パンフレット) <input type="checkbox"/> 公民館にあったパンフレット <input type="checkbox"/> ポスター・チラシ <input type="checkbox"/> 家政大のホームページ <input type="checkbox"/> 市報 <input type="checkbox"/> 知人・友人の紹介 <input type="checkbox"/> その他具体的に ()	
公開講座の受講状況	1. 今回、初めてセンターの公開講座を受講する。 2. 受講経験がある。 ※以前に受講された講座名をご記入ください。

三ツ線から切り離してご使用ください

2019 後期 受講申込書
FAX専用用紙

※お申し込みの前に、P26～29の「受講のご案内・申込方法等」を必ずご確認ください。

FAX番号
04-2955-6929

東京家政大学 地域連携推進センター



講座風景



▲だしの魅力



▲自分自身の「心」と「身体」に向き合ってみよう!!



▲調理を科学の目で見てみよう!



▲体幹を鍛えて健康増進!

ミシン線から切り離してご使用ください

2019 後期

受講申込書

受付番号

※お申し込みの前に、P26～29の「受講のご案内・申込方法等」を必ずご確認ください。

記入不要です。

■駐車場はありませんので、お車でのご来校は、ご遠慮ください。
■講座決定後のキャンセルの場合は、材料費が伴う講座については、材料費を徴収させていただきます。
■講座開講後のキャンセルの場合は、受講料・教材費の返金は致しません。

以上の内容を了承の上、公開講座の受講を下記の通り申し込みます。

←ご確認の上、必ずチェックを入れてください。

講座番号	希望講座名	
ご住所	〒	
お名前	(フリガナ)	
	男・女	
電話番号	携帯 ()	自宅 ()
	*必ずご記入ください。	
生年月日	(大・昭・平) 年 月 日 (歳)	
ご職業	1. 会社員 2. 主婦 3. パート(派遣) 4. 無職 5. その他()	
◆講座は何でお知りになりましたか。☑印を付けてください。	<input type="checkbox"/> 家政大からの案内 (パンフレット) <input type="checkbox"/> 公民館にあったパンフレット <input type="checkbox"/> ポスター・チラシ <input type="checkbox"/> 家政大のホームページ <input type="checkbox"/> 市報 <input type="checkbox"/> 知人・友人の紹介 <input type="checkbox"/> その他具体的に ()	
公開講座の受講状況	1. 今回、初めてセンターの公開講座を受講する。 2. 受講経験がある。 ※以前に受講された講座名をご記入ください。 { }	

ミシン線から切り離してご使用ください

----- ミシン線から切り離してご使用ください -----

— 個人情報 の 取扱い について —

本申込書にていただいた個人情報は、個人情報保護法及び関連法令に基づき適正に管理、保護し、目的以外の利用や第三者への情報提供は行いません。また、個人情報についての訂正・削除等を希望される場合は東京家政大学地域連携推進センターまでお申し出ください。

郵便はがき

講座風景

62円切手を
お貼りください

※2019年10月1日
以降63円切手が
必要になります

3 5 0 - 1 3 9 8

(受取人)
東京家政大学狭山校舎
地域連携推進センター公開講座受付係
行

埼玉県狭山市稲荷山 2-15-1

ミシン線から切り離してご使用ください



▲中国の名言を楽しむ



▲さあ 絵を描こう！



▲詩を読もう



▲着物リメイク



ミシン線から切り離してご使用ください



東京家政大学 地域連携推進センター

住 所：〒350-1398 埼玉県狭山市稲荷山2-15-1

T E L：04 (2955) 6959

F A X：04 (2955) 6929

E-mail：chiiki@tokyo-kasei.ac.jp

受付時間：平日9:00～17:00 土曜9:00～12:00

U R L：https://www.tokyo-kasei.ac.jp/society/commulic/index.html