

令和3年度(2021年度) 公開講座【前期】のご案内

1 生命力の消耗を最小限に 整える看護ケアリング

講師 / 岡崎 美智子
(西九州大学 看護学科)

ナチンゲール生誕201年を迎えた今日、看護学の発展をナチンゲールの著作『看護覚え書 (Notes on Nursing)』を通して解説します。生命量の消耗を最小限度に整え、自然治癒力を引き出す看護ケアリングとは、喚起・栄養・陽光・清潔…など、人々の健康を支え健康を回復し、癒しを与える看護の力について共に考え、語り合います。

■定員：17名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：健康福祉・生涯学習センター

8/4(水)
10:30-12:00

2 健康体操アラカルト

講師 / 米倉 慶子
(西九州大学短期大学部 幼児保育学科)

人生100年時代と言われている現在、身体の健康はとても大切です。自宅でする簡単なストレッチや軽運動をご紹介します。実技を行いますので動きやすい服装・飲み物をご持参の上ご参加ください。

■定員：17名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：健康福祉・生涯学習センター

8/18(水)
10:30-12:00

3 腰痛予防講座

講師 / 古後 晴基
(西九州大学 リハビリテーション学科)

腰痛の種類と概要をお話し、自宅でする腰痛の予防及び改善方法を講義します。実演を交えた講義を行います。実際に実技を行いたい方は動きやすい服装・飲み物をご持参の上ご参加ください。

■定員：17名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：健康福祉・生涯学習センター

8/23(月)
10:30-12:00

4 人を支えるための コミュニケーション

～普段のコミュニケーションとどう違うの?～

講師 / 加藤 稔子
(西九州大学 社会福祉学科)

地域でのボランティア活動等「人の役に立ちたい」と思う方々の活躍の場が増えています。そんな時に活用できる方法をお伝えします。

■定員：17名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：健康福祉・生涯学習センター

8/24(火)
10:30-12:00

5 アートセラピーを通した こころの健康促進

講師 / 西村 喜文
(西九州大学 心理カウンセリング学科)

本講座では、箱庭療法の技法を用いて、こころの健康の維持や増進に役立ててもらいたいと思います。受付は健康福祉・生涯学習センターで行います。10:15までに集合してください。

■定員：4名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：5号館4階
臨床心理センター

8/26(木)
10:30-12:00

6 Excel講座 (初級編)

講師 / 草場 聡宏
(西九州大学 子ども学科)

本講座ではExcelを使った講座を行います。Excel講座の基本的な使い方、便利な機能(関数・グラフ作成等)をご紹介します。Excelを使うのが初めての方、昔使っていたけど徐々に使用する方、自治会等で使用したい方など…ぜひご参加ください!

■定員：10名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：3号館2階
PC演習室

8/31(火)
9:30-12:00
※途中休憩あり

7 食品添加物について

講師 / 田中 知恵
(西九州大学短期大学部 地域生活支援学科)

身近な食品に使われている食品添加物について解説します。また、市販の加工食品中の添加物の検出など簡単な実験を体験しましょう。

■定員：12名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：5号館2階
理化学実験室

9/2(木)
10:30-12:00

8 体力を探る

講師 / 近藤 芳昭
(西九州大学 スポーツ健康福祉学科)

スポーツを楽しむ健やかな生活を送るために、どのような体力を養っていけばよいのでしょうか。皆さんと一緒に考えてみましょう。

■定員：17名
■受講料：500円
■対象：どなたでも参加可能
■会場：健康福祉・生涯学習センター

9/8(水)
10:30-12:00

申込方法について

電話・FAX・メールにてお申込みください。

- (1) 受講希望の講座名 (2) 住所
(3) 名前(漢字/フリガナ) (4) 年齢
(5) 電話番号 ※日中連絡がとれる番号

- ◆申込多数の場合は先着順とさせていただきます。
- ◆申込は各開催日1週間前が締切です。

受講料について

受講料(500円/回)は当日受付にて現金でお支払いください。

- ◆エルダーカレッジ生(在籍者のみ)無料
- ◆原則として、一度お支払いいただいた受講料は払い戻しできません。あらかじめご了承ください。

個人情報について

- ◆講座申込で取得した個人情報につきましては、公開講座運営以外の目的では使用いたしません。
- ◆会場内で陽性者が確認された場合、保健所等から開示要請があった際は、個人情報の提供に、同意くださいますようお願いいたします。

講義当日の受付について

- ◆講義開始30分前より、会場前にて受付を開始いたします。

受講上の注意事項

- ◆外出前に自宅で検温をし、37.5℃未満であることを確認して登校してください。
- ◆ご来場の際は、備え付けの消毒液のご使用、マスクの着用してください。
- ◆発熱、咳、体調不良などの症状がある場合は、受講をお控えください。
- ◆新型コロナウイルスの情勢や天候不良等のやむを得ない場合は会場・日程等を変更する場合がございます。
- ◆お申込人数の状況や講師の都合により、担当者変更及び開講しない場合もございます。なお、開講しない場合は、事前に申込まれた方に対して、ご連絡いたします。
- ◆敷地内は禁煙です。
- ◆貴重品は必ず自己管理をお願いいたします。
- ◆敷地内でのトラブル、事故などに関しては本学では一切責任を負いません。

申込方法・お問い合わせ

西九州大学
西九州大学短期大学部
健康福祉・生涯学習センター

〒840-0806 佐賀県佐賀市神園3丁目18-15

TEL: 0952-32-1314

FAX: 0952-37-9624

E-mail: kokaikoza@nisikyu-u.ac.jp

電話受付時間: 8:50-17:50(土日祝休館)

