

あ い さ つ

名桜大学は、地域に開かれた大学として、教育研究を広く社会に開放し、地域との連携および生涯学習の推進に努めております。

平成25年4月に「大学と地域をつなぐ総合窓口」として、エクステンションセンターを設置し、沖縄県北部地域並びに沖縄県民の生活や文化の向上に寄与する地域連携の役割を担ってまいりました。平成29年には、地域連携活動のさらなる発展を目指し、地域連携機構へと名称を変更いたしました。

名桜大学はこれまで以上に地域との繋がりを意識し、“地域に開かれ・地域と共に成長する”大学を目指して、今年度、公開講座を5講座、シリーズ公開講座を3講座と地域出前講座を57講座開講いたします。公開講座及び地域出前講座ともに“やんばる”に位置する大学として、地域に根ざした研究を地元へ還元する講座、健康やスポーツに関する講座や体験学習型の講座など、魅力的な講座を企画しております。

今後とも皆様の温かいご支援とご協力をお願いいたしますとともに、多くの方々に公開講座及び地域出前講座に参加していただけることを期待しています。

名桜大学 地域連携機構長
前川 美紀子

【目次】

○公開講座

名桜大学公開講座受講のご案内	2
名桜大学公開講座受講申込書	3
名桜大学公開講座一覧	4
名桜大学公開講座（シリーズ講座）一覧	10

○地域出前講座

地域出前講座の申込みについて	14
地域出前講座申込書	15
地域出前講座一覧	16

公開講座



名桜大学公開講座受講のご案内

【公開講座の申込方法】

次のいずれかの方法で申し込みを行ってください。

- ①「名桜大学公開講座受講申込書」に必要事項をご記入の上、直接窓口へ提出する。
- ②「名桜大学公開講座受講申込書」に必要事項をご記入の上、FAXにて提出する。

※FAXにて受付けますが、折返しのFAX受取確認はいたしません。

【公開講座申込期間】

- 各講座開講日の約2カ月前から講座開講日の7日前まで受付とする。
- 日程が未定の講座については、決定次第ホームページにてお知らせいたします。

【受講にあたっての注意事項】

- 受講希望者が一定人数に満たない場合は、講座の開講を中止する場合がございます。あらかじめご了承ください。その場合は、開講7日前に決定し、ホームページにてお知らせいたします。
- 日程等が未定の講座については、決定次第ホームページにてお知らせいたします。
- 講座の受講をキャンセルする場合は、ご連絡ください。

【講座の中止等について】

- 講師のやむをえない事情、天災や天候の激変、その他突発的な事情により、講座開講の日時・講座の内容等を変更または中止する場合があります。その場合、ホームページにてお知らせいたします。

【暴風警報発令時における講座の取扱いについて】

- 暴風警報が発令された場合、発令後の講座は延期または中止とします。

【お申込み・お問い合わせ】

名桜大学地域連携機構（受付：平日9時から17時）

TEL 0980-51-1555

FAX 0980-54-0707

名桜大学地域連携機構 行

名桜大学公開講座受講申込書

名桜大学公開講座の受講を希望しますので申し込みます。

講 座 名			
ふ り が な		性 別	1. 男 2. 女 (○で囲む)
氏 名			
電 話 番 号	(常時、連絡がとれる番号をご記入ください。)		
E - mail			
住 所	〒		
備 考			

※申し込み人数によって開催できない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

※申込期間内に手続きをしてください。

※ご記入いただいた個人情報については、公開講座に関する案内以外には使用いたしません。

※FAXで上記センターまでお送りください。

FAX番号：0980-54-0707

名桜大学公開講座一覧

講座名	講師名	開催予定日	時間	対象者	定員	受付期間	掲載ページ
1 「これからの世代のために社会を変えるには」 —地球と地域の環境を巡る世代間利害相反と若者の活動—	学外講師 田代 豊 (名桜大学 国際学群)	5月13日(金) 27日(金) 6月10日(金)	18:30 〃 19:30	一般市民	50名	4月15日 〃 4月28日	5
2 救急法救急員養成講習会 (赤十字救急法救急員養成講習会)	学外講師 前川美紀子 (名桜大学)	6月12日(日) 18日(土) 19日(日)	10:00 〃 17:00	一般市民	20名	5月23日 〃 6月3日	5
3 ハブ(蛇)対策講座	学外講師 新垣 裕治 (名桜大学 国際学群)	6月16日(木)	18:15 〃 19:45	一般市民	100名	5月31日 〃 6月10日	6
4 東屋部川ナイト・カヌー探検	なぐまさの会 新垣 裕治 (名桜大学 国際学群)	7月16日(土)	18:00 〃 21:00	一般市民 (小学生以上及び保護者同伴)	20名	6月27日 〃 7月8日	6
5 FC琉球コーチによるキッズサッカー教室 FC琉球コラボ企画	FC琉球 コーチ・選手	調整中	調整中	小学生 (保護者同伴)	50名	調整中	7

※調整中の講座につきましては「名桜大学地域連携機構」のホームページにて、情報を更新しています。
<https://www2.meio-u.ac.jp/ext-center/openlec.html>

1	「これからの世代のために社会を変えるには」 —地球と地域の環境を巡る世代間利害相反と若者の活動—		
担当講師名	田代 豊 (名桜大学国際学群) 岩野 さおり (フライデイ・フォー・フューチャー・ジャパン) 真喜屋 美 樹 (沖縄持続的発展研究所)		
講座の趣旨	地球環境や地域の将来像など、私たちの暮らす世界の在り方については、様々な立場の人々の利害や考えが反映されるような社会的合意が必要です。ところが、例えば地球温暖化や基地跡地利用というような問題は、世代間の利害が相反するという側面を持っています。現在だけでなく未来の状況も含めた選択が行われるときに、例えば若い世代の人たちの権利を、現在の社会状況は十分に守っているのでしょうか。本講座では、こうした世代間の利害相反の諸相と、それに対する若い世代の権利としての活動の意義について考えます。		
開催日時	令和4年5月13日(金)・令和4年5月27日(金)・令和4年6月10日(金) 各日 18:30~19:30		
受付期間	令和4年4月15日(金)~4月28日(木)		
受講対象者	一般市民 50名	場 所	北部生涯学習推進センター
講座内容	第1回 講義:「地球と地域の環境を巡る世代間の利害相反という問題提起」(田代) 第2回 講義:「地球環境問題を訴える意義」(田代・岩野) 第3回 講義:「基地返還跡地利用を巡る世代間関係の諸相」(田代・真喜屋)		
備 考			

2	救急法救急員養成講習 (赤十字救急法救急員養成講習会)		
担当講師名	日本赤十字社救急法指導員 (講師: 5名) 前 川 美紀子 (名桜大学)		
講座の趣旨	私たちのまわりには、交通事故や水難事故、産業事故、学校現場での事故が多発し、多くの人々が傷つき、または尊い命を落としております。このような時、けがや災害から身を守り、急病人やケガ人を正しく救助して医師に引き渡すまでの応急手当ての知識と技術を習得させる事を目的として開催します。内容は、救急基礎学科、実技、総合実技としての救護シミュレーションを行います。全過程を終了した受講者には修了証、試験の成績のいい受講生には認定証(救急法救急員)が付与されます。 ※この講座は、原則として全過程参加です。		
開催日時	令和4年6月12日(日)・18日(土)・19日(日) 各日 10:00~17:00		
受付期間	令和4年5月23日(月)~6月3日(金)		
受講対象者	一般市民 20名	場 所	北部生涯学習推進センター
講座内容	以下の項目を学科・実技で学び、総合実技で救護シミュレーションを行います。最後に学科検定、実技検定を実施します。 1. 学科 救急法について・手当の基本・一次救命処置・急病・けが・止血・骨折の手当て・搬送・救護 2. 実技 手当の基本・一次救命処置(心肺蘇生、AED)・気道異物除去・止血・きずの手当て・骨折の手当て・搬送・総合実技救護シミュレーション 3. 学科検定 実技検定		
備 考	テキスト代: 3,300円(消費税込み) 受講生負担		

3	ハブ（蛇）対策講座		
担当講師名	講師 寺田 考紀（沖縄県衛生環境研究所主任研究員） 司会進行等 新垣 裕治（名城大学国際学群）		
講座の趣旨	<p>沖縄県には毒蛇（ハブ）が生息しています。現在でも咬まれる人は少なくはありません。治療法が改善されたために命をおとすことはほとんどなくなりましたが、咬まれると後遺症をおこすことがあります。ハブの被害は住民にとっては依然として脅威です。最近では外来種であるタイワンハブの野外での繁殖も報告されています。ハブに遭遇した時、ハブに咬まれた時に適切な対応ができることは、自分自身を守るため、身近な人を救うために非常に重要なことです。この講座では、ハブの習性を学び、自分自身を守る術と身近な人を救う術を学習すると共に沖縄の自然生態系の一員でもあるヘビ類全般について理解を深め、蛇類との共生について学びます。</p>		
開催日時	令和4年6月16日（木） 18：15～19：45		
受付期間	令和4年5月30日（月）～6月10日（金）		
受講対象者	一般市民 100名	場 所	北部生涯学習推進センター
講座内容	<p>ハブに遭遇した時、ハブに咬まれた時に適切な対応ができることは、自分自身を守るため、身近な人を救うために非常に重要なことです。この講座では、ハブの習性を学び、自分自身を守る術と身近な人を救う術を学習すると共に沖縄の自然生態系の一員でもあるヘビ類全般について理解を深め、蛇類との共生について学びます。</p>		
備 考	プロジェクター・マイク等、オンライン（Teams） コロナウイルスの影響がある場合オンライン講座になります。		

4	東屋部川ナイト・カヌー探検		
担当講師名	新垣 裕治（名城大学国際学群） なぐまさの会（名護市のカヌー活動の団体）		
講座の趣旨	<p>東屋部川は、名護市街地を流れる最も大きな河川です。マングローブが繁茂し、親水護岸・人工干潟・川沿い散策道が整備られ、川の自然に親しむに環境としては絶好の場所です。昼間の強烈な日差しを逃れ、夕暮れから夜の涼しい風を受けながら、ナイト・カヌーします。オカヤドカリ、オカガニ、ノコギリガサミ、サガリバナ等を見ることができます。夏の夜中は昼間と違った楽しみが沢山あります。ナイト・カヌーで東屋部川の新たな魅力を発見します。</p> <p>この講座では、名護の市街地を貫流する東屋部川の自然を楽しみながら、都市河川の抱える問題（ゴミや汚濁等）について考える機会を提供する。</p>		
開催日時	令和4年7月16日（土） 18：00～21：00		
受付期間	令和4年6月27日（月）～7月8日（金）		
受講対象者	一般市民（小学生以上） ※小・中学生は保護者同伴 20名	場 所	東屋部川
講座内容	<p>18：00 集合・ブリーフィング等（緑のネットワーク公園（南地区）） 18：30 カヌー乗船（ツアーの開始） 20：00 カヌー終了（上陸） 20：00～20：45 集合場所へ移動しながら生き物観察（サガリバナ、オカヤドカリ等） 21：00 解散</p>		
備 考	小学生、中学生の場合、保護者同伴。懐中電灯持参。濡れてもいい格好。 履物はかかとが固定され歩きやすいもの（クロックス等）を履く。		

5	FC琉球コラボ企画2弾！ FC琉球コーチによるキッズサッカー教室		
担当講師名	FC琉球コーチ及び選手 神谷義人（名桜大学人間健康学部）		
講座の趣旨	<p>本学が包括提携を結ぶFC琉球のコーチを招いて、小学生を対象としたサッカー教室第2弾を開催する。</p> <p>やんばる地域に対する地域貢献企画として、今後様々なメニューを展開していく予定である。</p>		
開催日時	<p>調整中（夏休み期間を予定）</p> <p>決定次第、名桜大学地域連携機構ホームページにて告知 https://www2.meio-u.ac.jp/ext-center/openlec.html</p>		
受付期間	調整中		
受講対象者	小学生 50名（保護者同伴）	場 所	名桜大学多目的グラウンド
講座内容	<p>小学生を対象に、FC琉球コーチによるサッカー教室を行います。初心者も大歓迎です。FC琉球コーチ指導の下、サッカーを楽しみましょう！</p>		
備 考	<p>児童の送迎については、保護者または指導者が責任をもって行うこと。</p> <p>運動できる服装・シューズを持参すること。</p> <p>※雨天の場合は体育館にて行います。室内用シューズをお持ちください。</p> <p>水分補給は各自、マイボトルを持参ください（新型コロナ感染対策のため）。</p>		

シリーズ 公開講座

シリーズ公開講座は、複数回の講座を行うものをいいます。



令和4年度 名桜大学公開講座（シリーズ講座）一覧

講座名	講師名	開催予定日	時間	対象者	定員	受付期間	掲載ページ
1 からだを弛めてリラックス しなやかに動けるからだづくり動作 法講座	神谷 義人 (名桜大学 スポーツ健康学科) 金城 淳 (理学療法士、 Life wave) 金城 太志 (琉球大学 客員教授)	5日(10回) 5月14日(土) 5月21日(土) 5月28日(土) 6月11日(土) 6月18日(土)	9:30 ~ 12:00	一般市民 (65歳までの方)	15	4月18日 ~ 5月6日	11
2 観光・体験ガイド養成講座	小林 政文 (ホールアース自然学校 沖縄校がじゅまる自然学校)	6月7日(火) 6月14日(火) 6月21日(火) 6月28日(火) 7月5日(火) 7月12日(火)	13:00 ~ 16:15	一般市民	20	5月16日 ~ 5月27日	11
3 生活習慣病について意識しませんか？ 学びと健康チェックで“なるほど” を実感しよう！	高瀬 幸一 (名桜大学 スポーツ健康学科)	10月22日(土) 10月23日(日) 10月29日(土) 10月30日(日)	9:00 ~ 12:00	一般市民	20	10月3日 ~ 10月14日	12

※調整中の講座につきましては「名桜大学地域連携機構」のホームページにて、情報を更新しています。
<https://www2.meio-u.ac.jp/ext-center/openlec.html>

1	からだを弛めてリラックス しなやかに動けるからだづくり動作法講座		
担当講師名	神谷 義人 (名桜大学人間健康学部スポーツ健康学科) 金城 淳 (理学療法士、Life wave) 金城 太志 (琉球大学客員教授)		
講座の趣旨	地域住民の健康度アップを目的として、健康動作法を用いた運動教室を5回シリーズで開催する。正しい身体の使い方を身につけることによって、肩こり、ひざ痛、腰痛などの予防・緩和を目指す。自身が技術を修得するだけでなく、家族や身近な方を支援できるプログラムを展開する。		
開催日時	①令和4年5月14日(土)、②令和4年5月21日(土)、③令和4年5月28日(土) ④令和4年6月11日(土)、⑤令和4年6月18日(土) 各日 9:30~12:00		
受付期間	令和4年4月18日(月)~5月6日(金)		
受講対象者	65歳までの方、15名	場 所	北部生涯学習推進センター
講座内容	自身の健康づくり・介護予防を目的として心身のコントロールを促す方法である「動作法」を、理論の講義と実技を通して実践的に学びます。リラクゼーション課題を中心に、肩こり、ひざ痛、腰痛の予防・緩和を中心にプログラムを展開します。自身が実践できるだけでなく、家族や身近な方の健康を支援できるようになることを目指します。 ＜内容＞①動作法とは？からだを「弛める」を体験しよう ②股関節を動かして腰痛予防 ③からだが軽くなるところも軽くなる!肩こりを解消しよう! ④地域活動と動作法の実践 ⑤動作法の理解~これまでの振り返り~ *原則、全日程参加できる方。 *動きやすい服装(ジャージなど)でご参加ください。		
備 考			

2	観光・体験ガイド養成講座		
担当講師名	小林 政文 (ホールアース自然学校沖縄校 がじゅまる自然学校)		
講座の趣旨	観光関連事業者(ネイチャーガイド、民泊指導者、マリニンストラクター、環境教育事業者、観光コーディネーターなど)対象の講座です。 観光ガイドは知識の伝達だけでなく、参加者の満足や変容につながるような関わり方が求められる。そのために必要なのが「伝える技術」である。ここでは伝える技術であるインタープリテーションについて、体験とおし理解し、実践することで話し方、聴き方、させ方、場のづくり方を習得する。インタープリテーションを考え方として理解することを目標とし、ガイドプログラムの遂行、プログラムグループの安全の留意、自然観光の保全・保護、プログラムの企画・運営・評価を理解し、実践できるようになることを目的とする。(以下参考) ＜本研修の目的＞ 自然体験活動事業の企画・実施ができるリーダーを育成する 1. 自然体験活動事業を企画・運営・評価する。 2. 自然体験活動事業のねらいを設定できる。 3. 自然体験活動事業全体の安全管理を行う。		
開催日時	①令和4年6月7日(火)、②6月14日(火)、③6月21日(火)、④6月28日(火)、 ⑤7月5日(火)、⑥7月12日(火) 各日 13:00~16:15		
受付期間	令和4年5月16日(月)~5月27日(金)		
受講対象者	一般市民 20名	場 所	北部生涯学習推進センター及び その他学内施設
講座内容	調整中 ※座学及びフィールドワークを実施する ※参加者と相談して、開催に日時を変更する可能性あり		
備 考	台風などの天候悪化などにより、内容を変更する場合があります。また、コロナウイルスの影響を考慮し、講座の延期・中止・遠隔での実施など検討する場合がございます。		

3	生活習慣病について意識しませんか？ 学びと健康チェックで“なるほど”を実感しよう！		
担当講師名	高瀬 幸一（名桜大学人間健康学部スポーツ健康学科）		
講座の趣旨	<p>我が国では食生活やライフスタイルの変化、並びに高齢化に伴い、老化や生活習慣病などが増えてきています。しかし、多くの人は「健康についての正しい知識がいまいち」なのが現状で、健康に関する問題を抱えては抱える程アレコレ言い訳じみた毎日の繰り返しかと思えます。正しいヘルスリテラシーを身につけることで、そのような言い訳をしないで済むようになれば、何よりです。</p> <p>本講座では、生活習慣病の「そうだったんだ！」がギュッと詰まった「楽しくてためになる」内容で、学び（講義）と最新鋭の機器を使って健康チェックを行い、ヘルスリテラシーの向上に役に立てることが狙いとなります。</p>		
開催日時	全8回 ①令和4年10月22日（土）、②令和4年10月23日（日）、③令和4年10月29日（土） ④令和4年10月30日（日） ①～④は9：00～12：00 その他日程は調整中		
受付期間	令和4年10月3日（月）～10月14日（金）		
受講対象者	一般市民 20名	場 所	北部生涯学習推進センター その他学内施設（ ）
講座内容	1と2は 連 続	1回目	生活習慣病とは？なぜメタボはだめなの・・・（学び編）
		2回目	生活習慣病とは？なぜメタボはだめなの・・・（体組成測定編）
	3と4は 連 続	3回目	高血圧・動脈硬化ってなあに？（学び編）
		4回目	高血圧・動脈硬化ってなあに？（血管年齢測定編）
	5と6は 連 続	5回目	ストレスと自律神経活動について（学び編）
		6回目	ストレスと自律神経活動について（ストレス・自律神経活動測定編）
	7と8は 連 続	7回目	老化・生活習慣病の元凶！「糖化：AGEs」とは（学び編）
		8回目	老化・生活習慣病の元凶！「糖化：AGEs」とは（糖化度測定編）
備 考			

地域出前講座

地域出前講座のお申し込みは、原則として、北部12市町村（区域内の教育委員会、行政区、保健・医療・福祉機関、市民団体等）を対象とする。

※沖縄県内の高等学校、北部12市町村所在の中学校、鹿児島県奄美地域所在の高等学校を対象とした「出張講座」については、入試・広報課へお問い合わせください。



地域出前講座の申込みについて

名桜大学では、原則として、北部12市町村（区域内の教育委員会、行政区、保健・医療・福祉機関、市民団体等）を対象に「地域出前講座」を実施します。

1. 本学の教員が貴機関を訪問し、開講します。
2. 講座は1回60分または90分を予定しています。
3. 参加者は、原則として10名以上とします。

【地域出前講座の申込方法】

「地域出前講座申込書」（15ページ）をコピーし、必要事項をご記入の上、FAXにてお申込みください。お申込み後、講座開講日時等（第一希望から第三希望）について、担当講師と調整し、ご担当者へご連絡いたします。

【地域出前講座実施期間】

令和4年5月9日（月）～令和5年2月24日（金）

【お申込み・お問い合わせ】

名桜大学地域連携機構（受付：平日9時から17時）

TEL 0980-51-1555

FAX 0980-54-0707

※沖縄県内の高等学校、北部12市町村所在の中学校、鹿児島県奄美地域所在の高等学校を対象とした「出張講座」については、入試・広報課へお問い合わせください。

令和 年 月 日

名桜大学地域連携機構 行

市町村名（または機関・団体名）

氏名

印

地域出前講座申込書

講座番号		
講座の名称		
講師名		
講座日時	第一希望	令和 年 月 日（ ） 時～ 時まで
	第二希望	令和 年 月 日（ ） 時～ 時まで
	第三希望	令和 年 月 日（ ） 時～ 時まで
対象者・人数		
会場		
担当者		
連絡先		
E-mail		
備考		

※地域出前講座実施期間：令和4年5月9日～令和5年2月24日

この申込書のみFAX（送信票は不要）してください。

FAX番号：0980-54-0707

名桜大学地域出前講座一覧

原則として、北部12市町村（区域内の教育委員会、行政区、保健・医療・福祉機関、市民団体等）を対象としております。

	No.	講 座 名	講 師 名	掲載ページ
文 化	1	イスラム教を知る	坪 井 祐 司	18
歴 史	2	沖縄から中南米へ ―移民の歴史と世界のウチナンチュー―	長 尾 直 洋	18
	3	琉球から沖縄へ	山 城 智 史	
語 学	4	知っているようで知らない日本語	当 銘 盛 之	18
	5	初級中国語	山 城 智 史 山 李 智 夢	
	6	ゼロからはじめる中国語	山 城 智 史 山 李 智 夢	
	7	はじめてのスペイン語 あいさつと自己紹介にチャレンジ！	上 原 なつき	
心 理	8	相手をその気にさせる心理学（対人コミュニケーション論入門）	木 村 堅 一	18
	9	偏見・差別を乗り越えろ！（社会心理学入門）		
情 報	10	「IT 業界の業種と職種～SE と PG～」	天 願 健	18
	11	アニメのプログラムを作ってみよう	ピーター・アラスーン	
	12	30分で相撲ゲーム作成	ピーター・アラスーン	19
	13	DX ってなに？ Society5.0 ってどういうことですか？	島 康 貴	
	14	無料ソフトで自分の家をデザインしてみない？	ピーター・アラスーン	
経 営	15	企業と地域の戦略	林 優 子	19
	16	地域ブランド化とは		
観 光	17	星空も観光資源になる！？ ―星空ツーリズム先進地域に学ぶ観光資源としての「星空」―	卯 田 卓 矢	19
ス ポー ツ	18	一意専心～剣道の世界へようこそ～	濱 本 想 子	19
	19	オリンピックの光と影を掘り下げる	大 峰 光 博	
	20	最高のパフォーマンスを発揮するスポーツコーチング	平 野 貴 也	
	21	サッカーをやってみよう	神 谷 義 人	20
	22	自宅でエクササイズ！	東恩納 玲 代	
	23	スポーツとまちづくり	平 野 貴 也	
	24	スポーツマンシップについて考えませんか？	大 峰 光 博	
	25	ハンドボールをやってみよう	仲 田 好 邦	
	26	フットサルをやってみよう	神 谷 義 人	
	27	レクリエーション・スポーツ	東恩納 玲 代	

No.	講 座 名	講 師 名	掲載ページ
健 康	28 あなたにやさしいウォーキング講座 –科学的知見からのアプローチ–	高 瀬 幸 一	20
	29 沖縄の健康が危ない！ ～健康長寿を取り戻そう～	高 瀬 幸 一	
	30 「介護予防で健康長寿」いつまでも自分の足で歩ける体力を維持しよう	高 瀬 幸 一	
	31 介護予防・機能回復運動を楽しく実践！ – FESTA を利用した易しい運動教室 –	高 瀬 幸 一	21
	32 看護という仕事の魅力	鈴 木 啓 子	
	33 キネステティック–持ち上げない体の動かし方を体験しよう–	大 城 凌 子 伊 波 弘 幸	
	34 月経前症候群（PMS）とセルフケアについて	小 西 清 美	
	35 健康長寿県 長野に学ぼう！	高 瀬 幸 一	
	36 健康の維持・増進、老化防止に役立つ食べ物 – 科学的エビデンス（証明）をもとに –	高 瀬 幸 一	
	37 更年期を楽しく過ごすためには？	小 西 清 美	
	38 子育て広場～気分転換しながら育児の時間～	大 浦 早 智	22
	39 最新の健康運動を楽しく実践！ – JOYBEAT を利用した健康教室 –	高 瀬 幸 一	
	40 しなやかなこころとからだをつくる健康動作法	神 谷 義 人	
41 出産学コトハジメ	阿 部 正 子		
42 「ソーシャル・キャピタル」って何？	田 場 真由美		
43 「誰にでも起こりうる精神的トラブル – 身近な人から『死にたい』と訴えられたら –	鈴 木 啓 子		
44 「同窓会で差をつけよう」 –最新の科学から老化を防ごう–	高 瀬 幸 一		
45 糖尿病ってなあに –急増する沖縄県の糖尿病–	高 瀬 幸 一	23	
46 パーソン・センタード・ケア –認知症を持つ人を中心としたケアについて–	安仁屋 優 子		
47 ファーストフードの秘密 「知ると怖～い食べ物」	高 瀬 幸 一		
48 フレイル・サルコペニア予防のために	東恩納 玲 代		
49 防災教育：守ろういのちと生活	松 下 聖 子		
50 看取り（End-of-Life-Care） –誰かを看とり、誰かに看とられるために–	大 城 凌 子 伊 波 弘 幸	23	
51 私の体はわたしが守る～半分は防げる！がん予防	阿 部 正 子		
教 育	52 ICT を活用したこれからの保健体育授業	濱 本 想 子	23
	53 第2言語習得論に基づく効果的な外国語学習について	渡 慶 次 正 則	
	54 ハンセン病は怖くない！！ ～ハンセン病の歴史、入所者の過去・現在から人権擁護について学ぶ～	伊 波 弘 幸	
環 境	55 沖縄・奄美の自然環境とどう向き合うか –SDGs、軽石災害の扱い方を通して–	田 代 豊	23
	56 沖縄の有害物質環境汚染	田 代 豊	
働くこと	57 「感情労働と看護 –『白衣の天使』像の矛盾と葛藤–	鈴 木 啓 子	23

講座科目 分類	講座名	講座内容	回/時間	担当教員/ 専門分野	日時	対象者	備考
1	文化 イスラム教を知る	国際化とともに、沖縄でもイスラム教徒の在住者・訪問者が増えています。お酒が飲めないなど、戒律が厳しいイメージを持たれるイスラム教ですが、実際のイスラム教徒はどのような人々なのでしょうか。本講座では、イスラム教の基本を知ることを通じて、多文化共生について考えます。	1回 (60分)	坪井 祐司 (東南アジア 地域研究)	相談に 応じます	一般市民	
2	歴史 沖縄から中南米へ —移民の歴史と世界のウチナーンチュー	沖縄県から中南米へと渡っていった移民たちとその子孫の歴史と現在、故郷沖縄と世界のウチナーンチューとの深い繋がりについて、スライドや映像を使用しながら学びます。	1回 (60分)	長尾 直洋 (移民研究)	相談に 応じます	一般市民 (高校生以上)	プロジェクター、スクリーン、Windows PC
3	歴史 琉球から沖縄へ	明治政府は琉球を構造的に日本に取り組み、その形態を沖縄県へと変えていきます。1870年代の10年間は琉球にとって大きな転換期となります。琉球をめぐる各国の反応・動向を日本、清朝、米国、英国を中心に紐解いていきます。	1回 (60分)	山城 智史 (歴史学)	相談に 応じます	中学生以上の 一般市民	
4	語学 知っているようで知らない日本語	「工事している」は「工事中」と言い換えられます。しかし、「結婚している」を「結婚中」と言うことはできません。どうしてでしょうか？私たちが知っているはずの日本語には、実は気づかないルールが色々あります。この講座では、上記のような日本語のルールについてディスカッションを通じて考えていきます。この講座を通して、日本語の面白さをお伝えできればと思います。	1回 (90分)	当銘 盛之 (日本語 教育学)	相談に 応じます	一般市民	プロジェクター、スクリーン
5	語学 初級中国語	中国語を学んだことがある方が対象です。これまで習得してきた中国語の表現を簡単な文法を使って体系化していきます。また、日本人にとって苦手な発音をピックアップして、発音のコツを伝授します。	1回 (60分)	山城智史 李 夢迪 (中国語教育)	相談に 応じます	中学生以上の 一般市民	
6	語学 ゼロからはじめる中国語	中国語を初めて学ぶ方を対象に、簡体字・文法・発音・声調の角度から中国語の全体像を掴んでいきます。外国語習得に対するイメージを構築することで、誰でも簡単に学ぶことができます。	1回 (60分)	山城智史 李 夢迪 (中国語教育)	相談に 応じます	中学生以上の 一般市民	
7	語学 はじめてのスペイン語 あいさつと自己紹介にチャレンジ！	スペイン語は世界20ヶ国以上の国や地域で話されている世界的言語です。「世界のウチナーンチュウ大会」では、スペイン語を話す人々も多く参加します。あいさつ表現を中心に、音楽なども紹介しながら楽しく学んでいきます。	1回 (60~90分)	上原なつき (文化人類学、 スペイン語)	相談に 応じます	中学生以上の 一般市民	ノート、筆記用具
8	心理 相手をその気にさせる心理学 (対人コミュニケーション論入門)	人間は地球上最も高い知性をもつ動物ではあるが、他の動物と同じように、単純な刺激に対して自動的な反応を示すことがある。本講座では、私たち人間がいかに思考にかけるエネルギーを節約し、行動しているかを理解するとともに、その心の盲点に働きかける対人コミュニケーションの存在を理解する。	1回 (60分)	木村 堅一 (社会心理学)	相談に 応じます	心理学の 初学者	
9	心理 偏見・差別を乗り越えろ！ (社会心理学入門)	平和を愛し、友愛を理想としている人々は多い。しかし、人種差別やセクシャル・ハラスメントなど、偏見や差別的な発言を行った有名人のニュースが毎日のように流れる。本講座では、私たち人間の偏見・差別を検討した研究や理論を紹介し、偏見・差別の根絶の難しさについて考える。	1回 (60分)	木村 堅一 (社会心理学)	相談に 応じます	心理学の 初学者	
10	情報 「IT業界の業種と職種～SEとPG～」	IT業界の業種と職種について、紹介します。特にSE(システム・エンジニア)の仕事、PG(プログラマー)の仕事を紹介し、違いを理解してもらいます。	1回 (60~90分)	天願 健 (ソフトコン ピューテ ィング)	相談に 応じます	一般市民 (小学生以上)	プロジェクター、スクリーン
11	情報 アニメのプログラムを作ってみよう	短いアニメを作成する。	1回 (50分)	ピーター・アラスーン (コンピュータ・グラフィックス)	相談に 応じます	指定なし	受講者人数分のPC

講座科目 分類	講座名	講座内容	回/時間	担当教員/ 専門分野	日時	対象者	備考
12	情報 30分で相撲 ゲーム作成	フリーソフトでゲーム作成を体験する。	1回 (50分)	ピーター・ アラスーン (コンピュータ・ グラフィックス)	相談に 応じます	指定なし	受講者 人数分の PC
13	情報 DXってなに？ Society5.0つ てどういうこ とですか？	IT（情報技術）やAI（人工知能）などデジタル 技術が進み、世間ではDX やSociety5.0という言葉が多く使われるようにな ってきました。この講座ではそんな耳慣れない 言葉について事例を紹介しながらわかりやすく 説明し、今後はどんな社会になっていくのか、み なさんと一緒に考えてみたいと思います。	1回 (60分)	島 康貴 (情報学)	相談に 応じます	一般市民 (小学生 以上)	モニター・ プロジェ クター 15～50分
14	情報 無料ソフトで 自分の家をデ ザインしてみ ない？	パソコンで建築士の仕事を体験し、フリーソフト で建物をデザインする。	1回 (50分)	ピーター・ アラスーン (コンピュータ・ グラフィックス)	相談に 応じます	指定なし	受講者 人数分の PC
15	経営 企業と地域の 戦略	企業における経営や戦略とは何か、また、それら が最近では地域・市町村においても地域経営、地 域活性化のための戦略などと盛んに問題となっ ている。これらの点について概要を説明して、地 域の問題に応用していきましょう。	2～3回 (60分)	林 優子 (経営専攻・ 経営戦略)	相談に 応じます	指定なし	
16	経営 地域ブランド 化とは	少子高齢化や地域再生などが言われている今日、 地域経営や地域活性化について様々な取り組み がなされています。その一つに地域ブランド化が あります。地域ブランド化とは何でしょうか。ブ ランド化することがどういう効果をもたらすの でしょうか。先進事例を見ながら、沖縄、名護の 問題を考えていきましょう。	2～3回 (60分)	林 優子 (経営専攻・ 経営戦略)	相談に 応じます	指定なし	
17	観光 星空も観光資 源になる！？ －星空ツーリ ズム先進地域 に学ぶ観光資 源としての 「星空」－	夜空に輝く満天の星空。近年、日本各地で「星空」 を活用した観光振興が活発化しています。本講座 では星空ツーリズムの先進地域である石垣島の 取り組みを通して、地域が星空を観光資源化する ための工夫やコツをお話しします。	1回 (60/90分)	卯田 卓矢 (人文地理学)	相談に 応じます	指定なし	プロジェ クター、スク リーン
18	スポー ツ 一意専心～剣 道の世界へよ うこそ～	日本の伝統文化として継承されてきた剣道では、 老若男女問わず修練を通して心・技・体を鍛えら れるだけでなく、生涯にわたる「人間形成の道」 を見出すことができます。本講座では、剣道未経験 の方を主な対象とし、剣道の歴史や基本について 概説し、可能な場合は実際に素振り体験をして もらうことで、剣道の奥深さを知ってもらうこと をねらいとします。剣道の世界に没頭してみませ んか。	1回 (60～90分)	濱本 想子 (剣道)	相談に 応じます	一般市民	プロジェ クター及びス クリーン (PCは持参 します) 剣道の指導 を行う場合 は実技指導 ができる場 所
19	スポー ツ オリンピック の光と影を掘 り下げる	近年、オリンピックの様々な問題が指摘されてい ます。オリンピックは社会を映し出す鏡です。本 講座では、近年のオリンピック招致撤退の問題か らオリンピックレガシーまで、オリンピックの光 と影について掘り下げます。	1回 (60～90分)	大峰 光博 (スポーツ 哲学)	相談に 応じます	指定なし	プロジェ クター、スク リーン
20	スポー ツ 最高のパフォー マンスを発揮 するスポーツ コーチング	人それぞれスポーツに取り組む目的は異なります が、いつも楽しく気持ち良くプレーをしたいと 思う気持ちは共通しています。最高のパフォーマンス を発揮するための「気持ち」の持っていく方 について提案します。	1回 (60～90分)	平野 貴也 (コーチン グ学、生涯 スポーツ)	相談に 応じます	スポーツ活 動に携わっ ている方 (選手、指導 者、保護者)	プロジェ クター、スク リーン
21	スポー ツ サッカーをや ってみよう	サッカーは19世紀イングランドで生まれ、世界中 にもっとも広まっている球技の一つです。本講座 では基本となる技術・戦術を中心に展開し、ゲー ムを十分に楽しめることができるようになること が目標です。	1～3回 (90分)	神谷 義人 (応用 健康科学)	相談に 応じます	指定なし	運動に適 した服装

講座科目 分類	講座名	講座内容	回/時間	担当教員/ 専門分野	日時	対象者	備考
22	スポーツ 自宅でエクササイズ!	「運動を始めたい」と思っている方、「運動をなかなか続けることができない」と感じている方、まずは自宅でできるエクササイズから始めてみませんか。普段の生活の中で、自分の生活習慣にあった身体の動かし方を見つけましょう!	1回 (60~90分)	東恩納玲代 (健康スポーツ科学)	相談に応じます	一般市民 (医師から運動制限をかけられている方は除く)	
23	スポーツ スポーツとまちづくり	スポーツと、景観・環境・文化などの地域資源を掛け合わせて戦略的に活用することで、まちづくりや地域活性化につなげる取組が全国で進められています。スポーツイベントやスポーツツーリズム、健康づくりなどの事例を交えながら、スポーツによるまちづくりについて考えましょう。	1回 (60~90分)	平野 貴也 (コーチング学、生涯スポーツ)	相談に応じます	指定なし	プロジェクター、スクリーン
24	スポーツ スポーツマンシップについて考えませんか?	トップアスリートの現場においては、ドーピングや意図的なファウル、さらには乱闘など、倫理的に問題視される事象が生じています。スポーツマンシップがどのように捉えられてきたのかをお話します。	1回 (60~90分)	大峰 光博 (スポーツ哲学)	相談に応じます	指定なし	プロジェクター、スクリーン
25	スポーツ ハンドボールをやってみよう	ハンドボールは20世紀初頭、ドイツやデンマークで誕生し現在でもヨーロッパを中心に人気のあるスポーツです。走・跳・投がバランスよく組み合わせられており、青少年の発育・発達に適しています。本講座では基本となる技術・戦術を中心に展開し、ゲームを十分に楽しめるようになることが目標です。	1~3回 (90分)	仲田 好邦 (コーチング)	相談に応じます	指定なし	運動に適した服装
26	スポーツ フットサルをやってみよう	フットサルはサッカーと同様、主に足を使ってボールを操る球技です。サッカーとの大きな違いはコートが小さく、人数も1チーム5名と少ない点です。競技特性の違いにより、サッカーとは違った楽しみがあります。本講座では基本となる技術・戦術を中心に展開し、ゲームを十分に楽しめるようになることが目標です。	1~3回 (90分)	神谷 義人 (応用健康科学)	相談に応じます	指定なし	運動に適した服装
27	スポーツ レクリエーション・スポーツ	レクリエーション・スポーツは「いつでも・どこでも・だれでも」できるスポーツです。皆で楽しく身体を動かしましょう。	1回 (60~90分)	東恩納玲代 (健康スポーツ科学)	相談に応じます	一般市民 (医師から運動制限をかけられている方は除く)	
28	健康 あなたにやさしいウォーキング講座ー科学的知見からのアプローチー	健康によいウォーキングやジョギング!ところが方法を間違えると、健康を損ねる要因にも?!せっかく運動するのなら、科学的な知見から効果的に実施することが大切です。近年、様々なウォーキング・ジョギングの方法が考案されています。あなたに適したウォーキング・ジョギングとは?	1回 (30~90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民、自治体関係者	運動できる格好が必要です。講話と実技を交えた講座です。
29	健康 沖縄の健康が危ない!~健康長寿を取り戻そう~	近年、沖縄県の健康長寿は急速に失われつつあり、健康長寿県としての復活に向け、若年世代からの意識改革が求められてきています。本講座では、どうして沖縄の健康が危ないのか?元気な百寿者を目指すにはどうすればいいの?についてお話したいと思います。	1回 (60~90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民	
30	健康 「介護予防で健康長寿」いつまでも自分の足で歩ける体力を維持しよう	我が国の平均寿命はどんどん伸びていますが、実は寝たきりの介護状態の高齢者の数もとても多くなってきています。寝たきりを予防していくために、最新の知見と一緒に学び、元気でハツラツした百寿者を目指しましょう。	1回 (60~90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民	

講座科目 分類	講座名	講座内容	回/時間	担当教員/ 専門分野	日時	対象者	備考
31	健康 介護予防・機能回復運動を楽しく実践！ －FESTAを利用した易しい運動教室－	口腔（お口）体操・指遊び・あやとり・フラダンス・カラオケなどの機能回復運動を楽しく実践してみませんか。本講座では、映像プログラムを用いながら、楽しい運動の時間を提供いたします。おなじみの童謡や歌謡曲を歌いながら運動を楽しみましょう！	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民	
32	健康 看護という仕事の魅力	厳しい医療現場の中で、看護師たちはどのような仕事をしているのか。仕事を通して、どのように成長していくのか。看護の魅力を皆さんにお伝えします。	1回 (50分)	鈴木 啓子 (精神看護学、メンタルヘルス)	相談に応じます	中学生以上の一般市民	プロジェクター・PC
33	健康 キネステティック －持ち上げない体の動かし方を体験しよう－	キネステティックとは、米国で開発された『動きの学問』と言われています。キネステティックに基づく介助法は、相手を抱えたり、持ち上げたりしないのが特徴です。介助者も、介助される側もお互いが楽になる体の動かし方を一緒に学びましょう。	1回 (60～90分) 希望に応じて回数は調整可能	大城 凌子 伊波 弘幸 (基礎看護学)	相談に応じます	一般市民	参加者全員仰向けになれる広さのフローア、椅子、動きやすい服装
34	健康 月経前症候群(PMS)とセルフケアについて	月経前症候群(PMS)とは、月経が来る1週間くらい前からイライラしたり、ウツウツしたり、精神的に不安定になったり体調を壊したりする症状です。こうした症状は大なり小なり女性ならどなたでも体験されてことがあります。この時期を楽に過ごせるようにセルフケアについて、お話いたします。	1回 (60分)	小西 清美 (母性看護学、助産学)	相談に応じます	一般市民	プロジェクター・PC
35	健康 健康長寿県長野に学ぼう！	自分の健康は自分でつくり自分で守る。「長野県健康長寿日本一」を支える取り組みには大きな4つの秘訣があります。一体どのようにして男女とも平均寿命1位になったのかについて事例を交え考えていきます。	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民	
36	健康 健康の維持・増進、老化防止に役立つ食べ物 －科学的エビデンス(証明)をもとに－	健康の維持・増進や老化防止には、食物から摂取する栄養の状態が大きく関係しています。近年、食材の特定の成分が持つ機能についての研究が進み、様々な有効的機能が報告されてきています。本講座では、100年健康を目指すために、食べ物(栄養)の機能について考えていきます。	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民	
37	健康 更年期を楽しく過ごすためには？	更年期は女性ホルモンの環境が大きく変化し、自律神経が不安定になりやすく、健康問題が生じやすいです。この時期に起こりやすい健康問題をお話し、楽に、楽しく過ごせるように、セルフケアをアドバイスします。	1回 (60分)	小西 清美 (母性看護学、助産学)	相談に応じます	一般市民(中高年)	プロジェクター・PC
38	健康 子育て広場～気分転換しながら育児の時間～	出産は初めての人も、経産婦さんも、新たな発見や経験の連続です。そして、子育て方法も日々変化し、様々な情報があるなかで迷う事も多いのではないのでしょうか。出産にむけた準備、育児の疑問や産後の不安軽減のヒント、新たな子育て情報(泡あわ沐浴法)についても実践を交えながら、お話を致します。	1回 (90分)	大浦 早智 (母性看護)	相談に応じます	一般市民 妊娠中～産後のママ、パパ	PC、プロジェクター、スクリーン
39	健康 最新の健康運動を楽しく実践！ －JOYBEATを利用した健康教室－	CGアニメーションを利用した映像による健康運動を体験してみませんか。本講座では、最新の映像プログラムによる運動を“みんなが歌いながら楽しく”実施します。おなじみの歌謡曲に乗って、エクササイズを楽しみましょう！老若男女誰でも楽しめます。	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理学、健康づくり)	相談に応じます	一般市民	
40	健康 しなやかなこころとからだをつくる健康動作法	心身一如。人のこころの不調や不安定さは、からだの過剰な緊張(力み)や不安定な姿勢として表れます。動作法を体験して、適切なからだの使い方を身につけ、こころとからだを調えましょう。	1回 (90分)	神谷 義人 (応用健康科学)	相談に応じます	一般市民	

講座科目 分類	講座名	講座内容	回/時間	担当教員/ 専門分野	日時	対象者	備考
41	健康 出産学コトハ ジメ	生物には寿命があり、生きていた間に子孫を残すことで次の世代に生命を伝えています。この講義ではヒトの生殖機能の限界について解説し、男女ともに未婚・未産のうちから将来の妊娠に備えて心がけたいことについてお話しします。	1回 (60分)	阿部 正子 (生殖看護学)	相談に 応じます	高校生 以上の 一般市民	プロジェク ター・PC
42	健康 「ソ ー シ ャ ル ・ キ ャ ピ タ ル」 っ て 何 ？	少子高齢者社会、コロナ禍の新しい生活で人とのつながりや助け合い、支え合っているネットワークの大切さを感じたことがあると思います。それが、ソーシャル・キャピタルの1つです。自分の生活している場、職場、学校、サークルなどでこれからの信頼、お互いで助け合う心、ネットワークについての講話です。地域や組織づくりについて一緒に考えていく講座です。	1回 (60～90分)	田場真由美 看護学 (公衆衛生 看護学)	8月～9月、 12月～1月	中学生 以上の 一般市民	プロジェク ター、スク リーン
43	健康 「誰にでも起 こりうる精神 的トラブル― 身近な人から 『死にたい』 と訴えられた ら―」	元気が出なくなったり、生きるのが苦しくなることは、長い人生の中で誰にでも起こるものです。身近な人から『死にたい』と訴えられたら、またあなた自身がそんな気持ちになったら、どうしたらいいのでしょうか？重いテーマですが、クイズ形式で皆さんと話し合いながら進めていきます。	1回 (50分)	鈴木 啓子 (精神看護 学 メンタ ルヘルス)	相談に 応じます	中学生 以上の 一般市民	プロジェク ター・PC
44	健康 「同窓会で差 をつけよう」 ―最新の科学 から老化を防 ごう―	いつまでも元気で若々しく美しくいたい！少なからず多くの人は、そう願っています。本講座では、老化を防ぐコツについて「科学的」に解説し、10・20年後の同窓会で「元気・若さ・美しさ」において本気で差をつけるのが目的です。	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理 学、健康づ くり)	相談に 応じます	一般市民	
45	健康 糖尿病ってな ぁに ー 急 増 する沖縄県の 糖尿病ー	糖尿病は知らず知らずの内に身体を蝕む恐ろしい病気。特に沖縄県においては、ライフスタイルの特徴からも要注意しなければならない病気であると言える。本講座では、糖尿病とはどのような病気なのか？その原因は何なのか？改善対策はあるのか？について最新の知見を用いて説明し、健康長寿の復権のために貢献することを目的とする。	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理 学、健康づ くり)	相談に 応じます	一般市民	
46	健康 パーソン・セ ンタード・ケ ア ー 認知症を持 つ人を中心と したケアにつ いてー	パーソン・センタード・ケア (PCC) とは認知症を持つ人の視点にたち、その人中心のケアに取り組む認知症ケアの考えです。PCCの推進活動を行っているNPO法人 パーソン・センタード・ケアを考える会で制作された視聴覚教材“ともに歩む”を活用し、認知症ケアについて一緒に考えていきましょう。	一回 (120分)	安仁屋優子 (高齢者・ 在宅看護)	相談に 応じます	一般市民 高齢者施設	プロジェク ター、スク リーンもし くはTVモ ニター
47	健康 ファーストフ ードの秘密 「知ると怖～ い食べ物」	手軽でおいしいハンバーガー、フライドポテト！でも、それって何からどうやって出来ているのだろうか？本講座では、その驚くべく秘密を教えます。	1回 (60～90分)	高瀬 幸一 (運動生理 学、健康づ くり)	相談に 応じます	一般市民	
48	健康 フレイル・サ ルコペニア予 防のために	フレイルやサルコペニアは、要支援・要介護状態に陥る可能性がある状態とされており、超高齢社会にある日本において、フレイル・サルコペニアの予防は重要な課題となっています。フレイル・サルコペニアとはどのような状態なのか、またその予防法をお話しします。	1回 (60分)	東恩納玲代 (健康スポ ーツ科学)	相談に 応じます	一般市民	
49	健康 防災教育：守 ろういのちと 生活	災害は、いつ私たちの生活を脅かすかわかりません。災害が発生したとき、いつ、どこに、どのように避難すればいいのでしょうか。災害をなくすることはできません。しかし、災害への備えを行うことで、災害発生時の被害を少なくすることは可能です。災害発生時の被害を最小にするためには、日ごろから何を準備しておけばよいかを考えていきます。	1回 (90分)	松下 聖子 (災害看護 学・小児看 護学)	相談に 応じます	一般市民 防災教育 に関心 のある方	

講座科目 分類	講座名	講座内容	回/時間	担当教員/ 専門分野	日時	対象者	備考	
50	健康	看取り (End-of-Life-Care) - 誰かを看取り、誰かに看とられるために -	誰もが「老いていく存在」としての自分の人生を語り合うことは、自分らしく最期を迎えることにつながります。この講座では、在宅における看取りの現状と課題についてご紹介し、いつの日か、誰かを看取り、誰かに看取られるために、看取りについてみなさんと一緒に考える機会にしたいと思います。	1回 (60~90分) 希望に応じて回数は調整可能	大城 凌子 伊波 弘幸 (基礎看護学)	相談に応じます	指定なし	
51	健康	私の体はわたしが守る～半分は防げる！がん予防	日本人の死亡原因第1位のがん。望ましい生活習慣を送るにより、がんにかかる危険を減らすことができます。また、比較的ゆっくりと進行する大腸がん、乳がん、子宮頸がんについては検診が効果的です。がんについて正しい知識を持ち、今から将来に備えましょう。	1回 (60分)	阿部 正子 (ウィメンズヘルス)	相談に応じます	一般市民・ 成人女性	プロジェクター・PC
52	教育	ICTを活用したこれからの保健体育授業	GIGAスクールがスタートし、学校現場では急激にICT化が進みました。教師も児童・生徒も上手にICTを活用することができれば、授業の可能性は無限大に広がります。本講座では、保健体育授業における効果的なICTの活用について、理論と実践を交えながらお話しします。ICT活用の課題も踏まえつつ、これからの保健体育授業の可能性について一緒に考えてみませんか。	1回 (60~90分)	濱本 想子 (教育学)	相談に応じます	学校教育関係の方	プロジェクター及びスクリーン (PCは持参します)
53	教育	第2言語習得論に基づく効果的な外国語学習について	子どもが母語を習得する発達過程や言語環境、心理面、外的要因などを中心に、インプットとアウトプットの関係、外国語学習と動機付け、外国語学習習得の個人差などについて学習する。一般市民ができる効果的な外国語学習についても共に考える。	1回 (90分)	渡慶次正則 (英語教育)	相談に応じます	一般市民 (小学生以上)	
54	教育	ハンセン病は怖くない！！～ハンセン病の歴史、入所者の過去・現在から人権擁護について学ぶ～	ハンセン病の歴史を紐解きながら元ハンセン病患者たちが差別、偏見を受けながらも必死に生き抜いてきたことや今後絶対にあってはならない差別・偏見をなくすために我々は何をすべきかなど人権擁護について学ぶ	1回 (60~90分)	伊波 弘幸 (基礎看護学)	相談に応じます	一般市民 (小学生高学年以上)	
55	環境	沖縄・奄美の自然環境とどう向き合うか -SDGs、軽石災害の扱い方を通して-	沖縄・奄美の島々には、まだ自然が多く残されており、その自然は亜熱帯の島嶼の自然であるという特徴があります。そのような自然環境に、私たちの人為活動がどのように影響を与えるのか、また、自然と人間との関係は、どうあるべきなのかについて、身近な事例を取り上げて考える機会を持ちます。	1回 (60分)	田代 豊 (環境化学)	土曜日・ 日曜日・ 祝祭日	一般市民	電源、スクリーン
56	環境	沖縄の有害物質環境汚染	沖縄では市民の生活に関わる有害物質汚染がしばしば発生しています。その実態を市民が正しく理解し、対策に向けた議論に参加することが、実効性のある対策の実現のために必要です。本講座は、現在起きている問題について、専門家が市民に分かりやすく解説します。	1回 (60分)	田代 豊 (環境化学)	土曜日・ 日曜日・ 祝祭日	一般市民	電源、スクリーン
57	働くこと	「感情労働と看護—『白衣の天使』像の矛盾と葛藤—」	看護は対人サービスを提供する仕事の一つですが、フライトアテンダントやホテルマンとはどこが違うのでしょうか。感情労働に焦点をあて、『白衣の天使』像のもつ矛盾に迫ってみたいと思います。	1回 (50分)	鈴木 啓子 (精神看護学メンタルヘルス)	相談に応じます	高校生以上の 一般市民	プロジェクター・PC

