

# 平成29年度 高知大学 出前公開講座 [in 大豊町]

募集定員  
-各クラス-

**30名**

日程：平成29年8月18日(金)~9月8日(金)  
場所：大豊町農工センター文化ホール

受講料

**無料**

## 開講講座一覧

第1回：8月18日(金)  
19:00~20:45 (開講式含む)

**「人間関係はストレスのもと？  
それともストレス軽減のもと？」**

高知大学 教育学部  
准教授  
こぐち たかし  
**古口 高志**

第2回：8月25日(金)  
19:00~20:30

**「熱中症を知ろう！」**  
~みんなで暑い夏を  
乗り切るために~

高知大学 医学部  
特任准教授  
やまのうち ひでお  
**山内 英雄**

第3回：9月1日(金)  
19:00~20:30

**「子どものほめ方・叱り方」**  
~子育てに応用できる心理学~

高知大学 教育学部  
教授  
たませ ゆみ  
**玉瀬 友美**

第4回：9月8日(金)  
19:00~20:45 (開講式含む)

**「風水害から身を守ろう」**

高知大学 理工学部  
准教授  
ちよう こう  
**張 浩**



申し込み日 各講座の前日まで

申し込み先 大豊町教育委員会事務局 (TEL 0887-72-0450)

※当日の参加も可能ですが、できるだけ事前にお申し込み下さい。

主催：高知大学地域連携推進センター域学連携推進部門／共催：大豊町教育委員会

受講される方には  
テキストを配布し、  
3回以上出席された  
方には修了証書を  
授与します。

# 講座題目・講師一覧

開催日	時間	講座の内容と講師	
第1回 8月18日 (金)	19:00 ～ 19:15	<b>開 講 式</b>	
	19:15 ～ 20:45	<b>題目</b> 人間関係はストレスのもと？ それともストレス軽減のもと？ <b>講師</b> 古口 高志 <b>【内容】</b> ストレスは心身の健康に大きく影響し、様々な病気や心身不調につながる事が知られています。我々の日常生活の中には様々な“ストレス要因”がありますが、なかでも職場や学校、家庭などにおける「人間関係」はその代表例です。一方、誰かに仕事を手伝ってもら、相談にのってもら、精神的に支えてもらう…などのように、人間関係にはプラスの側面、すなわち“ストレス軽減要因”としての機能もあります。 この講座では、人間関係に伴うストレスを軽減し、人間関係の持つプラスの機能を引き出していくために有効な「思考の工夫」や「行動の工夫」について取り上げたいと思います。	
第2回 8月25日 (金)	19:00 ～ 20:30	<b>題目</b> 熱中症を知ろう！ ～みんなで暑い夏を乗り切るために～ <b>講師</b> 山内 英雄 <b>【内容】</b> 近年、夏の時期になると毎年ニュースなどで見聞きする熱中症。猛暑日の増加など気候の変化に伴って熱中症患者さんは毎年増加しています。熱中症と言えば、真夏の炎天下で長時間運動や作業をしていた人になるイメージですが、実際はこうした典型的な場合だけではなく、むしろ、熱中症で救急搬送された患者さんのうち、自宅であった人が最も多かったというデータもあります。重症のときは命にかかわることもあります。正しい知識があれば熱中症は予防することができます。彼を知り己を知れば百戦殆うからず。熱中症のことをよく知り、みんなで夏を無事に乗り切りましょう。	
	19:00 ～ 20:30	<b>題目</b> 子どものほめ方・叱り方 ～子育てに応用できる心理学～ <b>講師</b> 玉瀬 友美 <b>【内容】</b> 幼児期における子どもへの向き合い方に、正解が存在するわけではありません。しかしながら、子どもの行動に対する親や祖父母の対応が、子どもにとってどのような心理的变化を引き起こすのかを理解することは、子育てにおける重要なヒントになりえます。子どもをほめたり叱ったりする時、どんなことに気を付ければよいのだろうか、どうしたら子どもの行動は変わるのだろうか…このような問いに答えるには、教育心理学やカウンセリングの知識が役立ちます。本講座では、子どものほめ方・叱り方を中心に、子育てに応用できる心理学のさまざまな考え方を紹介します。	
第4回 9月8日 (金)	19:00 ～ 20:30	<b>題目</b> 風水害から身を守ろう <b>講師</b> 張 浩 <b>【内容】</b> 地球温暖化に伴う極端気象により、豪雨の増加、洪水の増大、土石流の激化や斜面災害の多発などが予想される一方、高齢化が進む社会では災害に対する脆弱性は増大する傾向にあります。災害の多発傾向と社会の災害脆弱性の増大により、甚大な被害が発生する可能性が増加すると考えられるため、地域の防災・減災においては大きな転換期を迎えていると言えるでしょう。 本講座では、近年国内外で実際に発生した様々な災害事例を踏まえて、これからも増加傾向にある洪水・土砂災害の前兆、実態、メカニズムと教訓を説明します。そして、今できることやいざという時にやるべきことを一緒に考えましょう。	
	20:30 ～ 20:45	<b>閉 講 式</b> (修了証書授与)	



## — ご案内 —

高知大学ラジオ番組

### 『 THE こうちユニバーシティ CLUB 』

～毎週日曜日 休日の朝のひととき  
【 9時半からの25分間 】ぜひお楽しみ下さい。～

“THE こうちユニバーシティ CLUB”では、学生、教職員、OB・OG、保護者、そして高知大学の絶大なサポーターである地域の皆様それぞれの目線で、高知大学が行っている教育、研究、地域貢献、また未来を創造する人材の育成、地域の皆様方との触れ合いについてお伝えします。

HISIX FM 高知 <http://www.fmkochi.com/>

**高知大学地域連携推進センター、  
域学連携推進部門では、いろいろな学習の場  
を提供しています。  
なんでもお気軽にご相談下さい。**

お問合せ先: 高知大学 地域連携推進センター 域学連携推進部門  
 連絡先 : TEL 088-844-8454 / FAX 088-844-8556  
 E-mail : [kokaikoza@kochi-u.ac.jp](mailto:kokaikoza@kochi-u.ac.jp)  
 HP URL : <http://www.kochi-coc.jp/>

  
 高知大学  
**KICS**  
 KOCHI UNIVERSITY  
 INSIDE COMMUNITY SYSTEM  
 HP : <http://www.kochi-coc.jp/>