



令和元年度



高知大学出前公開講座

in 大豊町



日程: 令和元年8月29日(木)~9月19日(木)

場所: 大豊町農工センター 文化ホール

募集定員
-各クラス-
30名

受講料
無料

開講講座一覧

第1回 8月29日(木)
19:00~20:45(開講式含む)

第2回 9月5日(木)
19:00~20:30

「人は生涯にわたって
発達する
~楽しくとしをとるコツとは~」

「心身の衰えに潜む
フレイル」



高知大学 教育学部 教授
やの ひろみつ
矢野 宏光

高知大学 教育学部 講師
ゆき あつむ
幸 篤武

3回以上出席
された方には
修了証書を授
与します。

第3回 9月12日(木)
19:00~20:30

第4回 9月19日(木)
19:00~20:45(開講式含む)



「いい声ってどんな声?」

「生活の中の音環境と
こころのケア
~音環境と発達障害の関わり~」

高知大学 教育学部 教授
おばら じょうじ
小原 浄二



高知大学 医学部 特任教授
たかはし ひでとし
高橋 秀俊



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 0887-72-1031)

※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 / 共催: 大豊町教育委員会

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29日 (木)	19:00 ～	開 講 式				
	19:15 ～ 20:45	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">題目</td> <td>人は生涯にわたって発達する ～楽しくしをとるコツとは～</td> <td style="width: 15%;">講師</td> <td>矢野 宏光</td> </tr> </table> <p>としをとることは無くしていくこと、そんなふうを考えている人はいないでしょうか。じつは、としをとっても発達していくことはたくさんあるのです。ですから、老いることは失っていくことではなく“成熟すること”なのです。本講座では、元気にいきいきと「としをとっていく」ために必要な考え方や行動を健康心理学の視点でわかりやすく解説します。この講座にはストレスとの上手なつきあい方、幸せな老い(サクセスフル・エイジング)など、知ったらぜひ試したくなる話題が満載です。</p>	題目	人は生涯にわたって発達する ～楽しくしをとるコツとは～	講師	矢野 宏光
題目	人は生涯にわたって発達する ～楽しくしをとるコツとは～	講師	矢野 宏光			
第2回 9月5日 (木)	19:00 ～ 20:30	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">題目</td> <td>心身の衰えに潜むフレイル</td> <td style="width: 15%;">講師</td> <td>幸 篤武</td> </tr> </table> <p>足腰の衰えは本当に「年のせい」でしょうか？ 日本は高齢化のトップランナーと言われますが、高齢化率の高い高知県は日本の高齢化のトップランナーであるとも言え、地方部ほど高齢化が強く進んでいる実態があります。フレイルとは健康と寝たきりとの間を意味する言葉で、高齢期を健やかに過ごす上で避けて通れない課題です。本講座ではフレイルの概念や、その危険性について、また予防対策について紹介します。自分や家族、友人のフレイルの兆候にいち早く気づき、予防へとつなげてもらうための機会にしたいと考えています。</p>	題目	心身の衰えに潜むフレイル	講師	幸 篤武
	題目	心身の衰えに潜むフレイル	講師	幸 篤武		
19:00 ～ 20:30	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">題目</td> <td>いい声ってどんな声？</td> <td style="width: 15%;">講師</td> <td>小原 浄二</td> </tr> </table> <p>人の声は十人十色と言われますが、それでは個々となると一人一色なのでしょう？もちろん違います。私たちは喜怒哀楽を様々な声の色によって表すことができます。この講座では歌における言葉のニュアンスと、それを声で表現することを実際に体験してみます。短い時間ですが、体をほぐす体操から腹式呼吸や発声練習、簡単な歌を皆さんで歌いたいと思っています。初めての方でも心配ありません。歌のレッスンというものを少しだけ体験してみませんか？</p>	題目	いい声ってどんな声？	講師	小原 浄二	
題目	いい声ってどんな声？	講師	小原 浄二			
第4回 9月19日 (木)	19:00 ～ 20:30	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">題目</td> <td>生活の中の音環境とところのケア ～音環境と発達障害の関わり～</td> <td style="width: 15%;">講師</td> <td>高橋 秀俊</td> </tr> </table> <p>生活の中の音環境は私たちの健康に様々な影響をもたらします。例えば、発達障害の方のように聴覚過敏の特徴がある人々が精神的に落ち着いて過ごすためには、家庭や学校、職場など様々な生活環境で音に配慮をすることが求められます。この講座では、生活の中の音環境の問題と、その対策について発達障害の方への事例を参考にご説明します。</p>	題目	生活の中の音環境とところのケア ～音環境と発達障害の関わり～	講師	高橋 秀俊
	題目	生活の中の音環境とところのケア ～音環境と発達障害の関わり～	講師	高橋 秀俊		
～ 20:45	閉 講 式					

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、そして高知大学の総大なるサポーターである地域の皆様それぞれの目標で、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/>

高知大学次世代地域創造センター
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。



お問い合わせ先: 高知大学 次世代地域創造センター 地域サステナビリティ部門

連絡先 : TEL 088-844-8454 / FAX 088-844-8556

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

HP URL : <http://www.kochi-coc.jp/>



HP : <http://www.kochi-coc.jp/>