



令和元年度

# 高知大学出前公開講座

in 馬路村



受講料

**無料**

日程：令和2年2月7日（金）～2月20日（木）  
場所：馬路村交流センター・馬路温泉2階ホール

## 開講講座一覧

募集定員  
-各クラス-

**30名**

### 第1回

2月7日（金）  
19:00～20:45  
（開講式含）

**こどものお勉強  
のきほん**  
～文字を読むのが  
上手になる勉強法～

教職大学院准教授  
まつもと ひでひこ  
**松本 秀彦**

### 第2回

2月12日（水）  
19:00～20:30

**今日から  
はじめよう  
「いつも防災」**

地域協働学部准教授  
おおつき さとし  
**大槻 知史**

### 第3回

2月20日（木）  
13:00～14:45  
（閉講式含）

**心身の衰えに  
潜むフレイル**

教育学部講師  
ゆき あつむ  
**幸 篤武**



2回以上出席  
された方には  
修了証書を授  
与します。



申し込み日 各講座の前日まで  
申し込み先 馬路村教育委員会（TEL 0887-44-2216）  
主催：高知大学／共催：馬路村

当日の参加も可能ですが、できるだけ事前にお申込みください。

## 講座題目・講師一覧

開催日	時間	講座の内容と講師	
		<b>開 講 式</b>	
第1回 2月7日 (金)	19:00 ～		
	19:15 ～ 20:45	<b>題目</b>	<b>講師</b>
		<p style="text-align: center;"><b>こどものお勉強のきほん ～文字を読むのが上手になる勉強法～</b></p> <p style="text-align: center;">松本 秀彦</p> <p>小学校に入学すると文字を読む練習が本格的にはじまります。音読をたくさんすると本読みがじょうずになりますが、文字をすらすら読むためのエクササイズもあります。それはMIM-PM（ミム-ピーエム）教材です。ちいさい「っ」や「きゃきゅきょ」といったひねる音は読んだり書いたりするのが意外とむずかしいものです。小学校入学前にするべきこともお話したいと思います。</p>	
第2回 2月12日 (水)	19:00 ～ 20:30	<b>題目</b>	<b>講師</b>
		<p style="text-align: center;"><b>今日からはじめよう「いつも防災」</b></p> <p style="text-align: center;">大槻 知史</p> <p>防災は難しいもの、専門家がやるもの、女性は口を出さないもの、楽しんではいけないうもの、そんな先入観は捨ててしましましょう。 ご家庭での毎日の暮らしや、学校でのイベント、ご近所・サークルや職場での普段の活動に+aを加えるだけで、防災は楽しくカンタンにはじめられます。楽しく、無理なく今日からはじめられる「いつも防災」について実例をまじえながら、一緒に考えましょう。</p>	
第3回 2月20日 (木)	13:00 ～ 14:30	<b>題目</b>	<b>講師</b>
		<p style="text-align: center;"><b>心身の衰えに潜むフレイル</b></p> <p style="text-align: center;">幸 篤武</p> <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。 <b>今年からフレイル健診が始まります。</b>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>	
	～ 14:45	<b>閉 講 式</b>	

### 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](mailto:kokaikoza@kochi-u.ac.jp)  
HP URL : <http://www.kochi-coc.jp/>

