

第10回 麻生市民交流館やまゆり 区民講師公開講座（6月）

6月

講座のご案内（各講座申込受付は5月1日から）

日時・講師	講座名・コメント
<p>2日(日) 午後 2時～ 4時</p>  <p>菊池 純男</p>	<p>どう変える、どう変わる日本の大学教育</p> <p>大学教育の質的転換を促進し、社会基盤を支え、イノベーションを牽引する高度IT人材育成のために産学連携で2007年から産業界が取り組んできた活動経験を踏まえ、下記内容を予定。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 日本の大学教育の現状 2. 産学連携による教育改革の取り組み事例 3. 大学と企業が抱える課題 4. 産学連携から社学連携によるイノベティブ人材の育成
<p>8日(土) 午後 2時～ 4時</p>  <p>渋谷 美恵子</p>	<p>笑いヨガを楽しむ</p> <p>私は、笑いヨガをしています渋谷美恵子です。 皆様はどんな時笑われますか？笑うのは好きですか？よく笑われますか？笑うのはご自身にとって良い事だと思われますか？笑う門には福来るは、皆様ご存知ですよね。実際一緒にエクササイズとしての笑いを体験して、心と体で笑いを感じてみて下さい。</p>
<p>15日(土) 午後 2時～ 4時</p>  <p>田中 元介</p>	<p>ストレス・マネジメント</p> <p>辛い出来事も嬉しい出来事も、日常生活のありようも、過去の嫌な記憶や未来への不安も、ストレスになります。 過大なストレスは、意欲、幸福感、免疫力の低下を招き、心身の健康を害してうつ病・ガン・急性心筋梗塞などの原因になることもあります。 ストレスにはどのようなものがあるか、ストレスによって心身はどう反応するのか、過大なストレスを減らすにはどうすればいいのか・・・ 実習も交えて、自分に合ったストレス対処法を見出しましょう。</p>
<p>20日(木) 午後 2時～ 4時</p>  <p>鈴木 佐保子</p>	<p>花と暮らす認知症予防講座</p> <p>認知症とは何か、認知症になる原因などお話しします。 その為に花と暮らすことを生きがいに、花の名前を覚え、季節の花を観察し、花を育て、例えば押し花にして遠方の方と交流するなど、花と共に楽しい生活を送ることによって認知症を予防しましょう。</p>
<p>23日(日) 午後 2時～ 4時</p>  <p>三好 一義</p>	<p>地球温暖化防止に私たちができること</p> <p>地球温暖化がいつ頃進み始めたか、温暖化の影響が現在どのように現れているのか、現状のまま進行した場合、予想されること、そして進行させないためには再生可能エネルギーを今まで以上の速さで導入が不可欠であり世界での取り組み状況を説明します。更に、市民の取り組み状況と私たち市民として何ができるのか？身近にできる温暖化対策の説明を行ないます。</p>

受講を希望される方は、それぞれのチラシで詳細をご確認のうえ、各々の裏面受講申込書にご記入いただき、「麻生市民交流館やまゆり」の窓口にご持参いただくか、ファックスでお送り下さい。電話でのお申込み受け付けは都合により行いません。受講料は無料です。

主催 NPO法人 あさお市民活動サポートセンター

電話：044-951-6321

Fax：044-951-6467