

平成 31 年度 板橋グリーンカレッジ 教養課程（前期）講義概要

ねらい：1年目の教養課程では、仲間づくりや地域活動、生涯学習を促進する多様なテーマについて学びます。

前期日程：平成 31 年4/19、5/17、5/31、6/7、6/14、7/5、7/19、7/26 各回金曜日

【午前コース】10時から12時まで 【午後コース】14時から16時まで

会場：グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1 ほか

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|--|---|---|
| <p>(第1回) 4月19日</p> <p>跡見学園女子大学 観光コミュニティ学部教授</p> <p>かぎや はじめ 鍵屋 一</p> | <p>コミュニティをデザインする ～人と人をつなぐ新たな仕組み～</p> <p>ハーバード大学は 724 人の男性を 20 歳から 75 年間、健康、仕事、生活状況などを追いました。</p> <p>その結果、人を健康で幸福にするのは、学歴や収入ではなく、「良い〇〇〇〇」に尽きるそうです。グリーンカレッジで新たな仲間との学びを通じて、良い〇〇〇〇を築き、健康と幸福を手に入れましょう。〇〇〇〇(漢字 4 文字)の答えは講義で！</p> <p>※会場は、グリーンカレッジホール 4階ホールです。</p> | <p>高齢者は、同じ世代、同じ関心をもつ新たな仲間ができると、学ぶ喜びを増やし、より楽しい生き方ができることを理解し、実践していきましょう。</p> |
| <p>(第2回) 5月17日</p> <p>板橋区立郷土資料館 学芸員</p> <p>なかむら しんのすけ 中村 新之介</p> | <p>いたばしの地下を探る—石器や土器にみる歴史—</p> <p>歴史にアプローチする方法の 1 つに考古学があります。文字が無い時代でも石器や土器を詳細に観察することで、その時代の情報を読み取ることができることが特徴です。また、文字のある時代でも物的証拠から、文字に残らない歴史を明らかにすることもあります。こうした考古学的な手法から、いたばしの発掘調査で見つかった昔の道具を通して、いたばしの歴史を明らかにします。</p> | <p>モノから歴史を明らかにする考古学的手法を通じ、モノを観察する能力を養い、日常生活の中から新たな発見ができる面白さを学びます。</p> |
| <p>(第3回) 5月31日</p> <p>イムス板橋リハビリテーション病院 院長 しぶや まさなお 作業療法士 いが ひろき 伊賀 博紀</p> | <p>認知症は生活習慣病？</p> <p>医学の進歩と環境の改善で、長生きが出来るようになったが故に、認知症の発症が目立ち、誰もが“迷惑をかけるので、認知症だけにはなりたくない”と言う、治療は確かに難しくても、治る二次性の認知症もあります。最近の研究結果を紹介し、何度も話題にのぼる認知症について、認知症の方との付き合い方なども学び、最後に高齢者の運転について作業療法士が講義します。</p> | <p>認知症の発症に、日常生活習慣が大きく関わっていることを学び、認知症に対しての理解を深めます。</p> |
| <p>(第4回) 6月7日</p> <p>文京学院大学 外国語学部教授 くわこ じゅんこ 桑子 順子</p> | <p>映画で学ぶシェイクスピア</p> <p>ウィリアム・シェイクスピアは、原作としてクレジットされているだけでも 1,000 作品近くもあって、世界で最も映像化されている劇作家です。映画は、シェイクスピアの作品の疑問点の解消やより深い理解を導くものとなる可能性を与えてくれます。映画では学べないものも含めてシェイクスピアの魅力を探っていきます。</p> | <p>グローバルなメディアである映画に欠かせない存在であるシェイクスピアの魅力を学び、グローバルなコミュニケーション力について学ぶ機会を探ります。</p> |

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|--|---|
| <p>(第5回) 6月14日</p> <p>NPO法人日本万華鏡セラピー研究会 会長 しまざき かつのぶ 島崎 勝信</p> | <p>認知症にならない為に。それには感動することを忘れない。</p> <p>「認知症は物忘れからでなく、感動が薄れた時から始まる。万華鏡は感動を得るアイテムとして最適です。」と当協会の医学博士川村賢司氏が仰っています。使っている脳は死なないが使わない脳は死んで行く。感動もしない生活を送っていると感動の脳は死んでしまう。ではいつ頃から感動しなくなってしまうのか、どうしたら感動できるのか、万華鏡によって感動し、救われた人の話等を、笑いを交えて楽しく講義します。又右脳と左脳をバランスよく使う大切さ、特に右脳には常に自ら刺激を与えないとならない事等を、体験等を交えて右脳の大切な役割をお話します。</p> | <p>周りに迷惑をかけないで人生を過ごすために、身体の中で一番守らなければならないのは脳です。脳は肉体と精神の指令塔です。この脳細胞を守る知識を身に付けます。</p> |
| <p>(第6回) 7月5日</p> <p>東洋大学名誉教授 やまき せつお 八巻 節夫</p> | <p>経済の目を養う-地球文明の危機と人生の幸福-</p> <p>産業革命以来、人類は自然資源を消費し物質的豊かさを求めました。結果、地球環境の破壊、格差問題、凶悪犯罪など社会病理現象をもたらしています。1970年代半ば以降、国民の幸福の実感はむしろ低下さえしているのです。これが産業革命以来人類が求めてきた結果であるとしたら、何のための豊かさでありましょうか。本講義では、こうした視点から、豊かさのゆがみをもたらした原因を探ると同時に、人々を幸福にする新しい地球文明のあり方に迫りたいと思います。</p> | <p>現代物質文明の限界を知り、新しい地球文明への可能性を構想でき、人間の本当の幸福とは何かを認識しましょう。</p> |
| <p>(第7回) 7月19日</p> <p>東京大学高齢社会総合研究機構・特任講師 むらやま ひろし 村山 洋史</p> | <p>「つながり」と健康格差</p> <p>私たちは様々なつながりの中に生きています。そのつながりは、実は健康にも大きく影響しているのです。講義では、大きく「個人が持つつながり」と「地域のつながり」の2つに分け、それぞれが健康とどう関係するのかについて、様々な研究事例に基づき紹介していきます。</p> | <p>①つながりと健康を結ぶメカニズムを理解します。②個人の持つつながり、地域のつながりのあり方について考察します。</p> |
| <p>(第8回) 7月26日</p> <p>東京大学特任助教 ほりえ ひでふみ 堀江 秀史</p> | <p>「偉大な質問」としての寺山修司</p> <p>戦後に国内外で活躍した、詩人や劇作家として知られる寺山修司(1983年没、享年47歳)は、「偉大な思想などにはならなくともいいから、偉大な質問になりたい」と記しています(『田園に死す』跋)。彼は詩人らしく、メタファーを多用してなにかを伝えようとしました。本講義では、おもに映画というかたちで提示された寺山の「質問」を概観し、その意図と目的を考えます。</p> | <p>寺山修司の過激で不可思議な映像の数々を体系的に把握するとともに、その詩的な力と意味を味わいます。</p> |

【注意事項】

- 1 後期は、平成1年9月から平成32年3月までに行う予定です。後期日程は、7月中にお知らせします。
- 2 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。
- 3 長期欠席の後にご出席される場合は、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。
(板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 グリーンカレッジ担当 電話 3579-2372)

令和元年度 板橋グリーンカレッジ 教養課程（後期）講義概要

ねらい：1年目の教養課程では、仲間づくりや地域活動、生涯学習を促進する多様なテーマについて学びます。

日程：原則として、各回金曜日 ※年間 18 回(前期:8 回、後期 10 回)

【午前コース】10 時から 12 時まで 【午後コース】14 時から 16 時まで

会場：グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1 ほか

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|--|---|--|
| <p>(第9回) 9月13日</p> <p>文教大学 人間科学部准教授</p> <p>にのみや まさや 二宮 雅也</p> | <p>東京 2020 大会を支える人たち-大会・都市ボランティアの様相-</p> <p>東京 2020 大会では、合計 12 万人以上の大会ボランティア「フィールド・キャスト」と都市ボランティア「シティ・キャスト」のみなさんが全国各地で大会を支えます。この講義では、過去のオリンピック・パラリンピックボランティアの活動の様子を概説しながら、レガシーの観点を含め大会運営に欠かせないボランティアの意義について考えます。</p> | <p>①スポーツを支える活動を学ぶことで、スポーツへの多様な関わり方を理解します。</p> <p>②ボランティア活動に欠かせない「多様性と調和」について考える力を養います。</p> |
| <p>(第10回) 9月27日</p> <p>東京都健康長寿 医療センター研究所 研究員</p> <p>よこやま ゆり 横山 友里</p> | <p>いろいろ食べて健康長寿</p> <p>高齢期では、病気の予防のみならず、加齢に伴う心身機能の低下を防ぐ観点が重要になり、日々の食生活のポイントも変わってきます。本講義では、東京都健康長寿医療センター研究所が策定した健康長寿新ガイドラインにおける食生活の新しい目安とともに、健康長寿のための食事と栄養についての理解を深めます。</p> | <p>①健康長寿新ガイドラインにおける食生活の新しい目安を知ります。</p> <p>②健康長寿のための食事と栄養に関する知識と実践力を身につけます。</p> |
| <p>(第11回) 10月4日</p> <p>駿河台大学 メディア情報学部教授</p> <p>のむら まさひろ 野村 正弘</p> | <p>生命と地球の共進化 - 過去から未来を推定する -</p> <p>私たち人類をはじめとする生命は、地球上で生まれ進化してきました。近年、地球の変動と生命の進化は密接に関係しており、個別に論ずることではすべてが理解できないことが分かってきました。そこで、最新の生命進化を含めた総合的な地球変動のシステムを理解していきます。その上で、「我々はどこから来たのか我々は何者か我々はどこへ行くのか」という問に対する解答をして見たいと思います。</p> | <p>過去を科学することから得られた法則性を適応すれば、科学的な未来予測が可能なことを理解します。</p> |
| <p>(第12回) 11月1日</p> <p>大東文化大学 文学部英米文学科 教授</p> <p>かわの よしひで 河野 芳英</p> | <p>大人のためのイギリス児童文学～ピーターラビットを中心に～</p> <p>イギリス児童文学には『不思議の国のアリス』『ピーターパン』、『くまのパディントン』など、世界中で読み継がれている傑作がたくさんあります。今回は『ピーターラビットのおはなし』を取り上げ、その誕生の秘話、作品に隠された意味などをご紹介します。作者のビアトリクス・ポターは、さまざまな足跡を残した女性です。絵本作家としてはもちろんのこと、ビジネスの才覚を持ち、すぐれた農場経営者としても成功し、また自然を後世に残す努力を惜しまなかった環境保護実践家でもありました。本講座では『ピーターラビットのおはなし』について学びながら、彼女の残した業績にも触れてゆきます。</p> | <p>さまざまな角度から絵本『ピーターラビットのおはなし』、その作者ビアトリクス・ポターの人生などを考えてゆきます。</p> |

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|---|--|
| <p>(第13回) 11月8日</p> <p>東京家政大学 名誉教授</p> <p>のうざわ けいこ 能澤 慧子</p> | <p>ガブリエル・ココ・シャネル 女性の生き方のモデルとして</p> <p>第一次世界大戦(1914-18)の間にファッション・デザイナーとしてデビューし、1970年の87歳での死の前日まで働き続けたガブリエル・ココ・シャネル。その作品は、1920年代以降の自立を目指した女性たちのライフスタイルを意識したものでした。シャネルの生涯とその作品のなかに、現代に通じる女性の生き方のモデルを読み取ります。</p> | <p>ファッション史に名を残した女性の活動や生き方などを通して、その生きた社会や、現代につながる女性史の一端を見出します。</p> |
| <p>(第14回) 11月29日</p> <p>教育科学館 科学指導員</p> <p>★会場について 詳細は3P参照</p> | <p>天文学のすすめ～星空を見上げてみませんか～</p> <p>街明かりのある板橋でも天体観測を楽しむことができることを知っていますか？プラネタリウムでは、星空を見ながらその時季に見られる星座の星の探し方や星座にまつわる神話を紹介します。また、天文学の世界では、毎年のように新しい発見があり、情報が更新されていきます。講義では、現時点でわかっている宇宙や天体の情報などについて解説します。</p> | <p>①夜空を見上げる楽しさを味わい、星座を探す能力を身につけます。 ②現時点で解明されている事をもとに、私たちが暮らす世界について理解を深めます。</p> |
| <p>(第15回) 12月13日</p> <p>渋沢史料館 副館長</p> <p>くわばら こういち 桑原 功一</p> | <p>渋沢栄一と東京北郊地域</p> <p>日本に近代的経済社会の基礎を築いた渋沢栄一。株式会社の創立・育成や社会公共事業を推進し、民間外交の中心的担い手でもありました。板橋区やその周辺も含む東京北郊地域には、栄一が関わった近代的産業や福祉施設などが多くみられます。本講義では、栄一の事績や思想にもふれながら、栄一と東京北郊地域との関わりについて探ります。</p> | <p>受講者にとって身近な東京北郊地域と渋沢栄一との歴史的な関わりを通して、現代にも通じる栄一の考えについて興味・関心を深めてもらいながら学びます。</p> |
| <p>(第16回) 12月20日</p> <p>東京都健康長寿 医療センター研究所 研究員</p> <p>ますい ゆきえ 増井 幸恵</p> | <p>長寿の心理学</p> <p>人生百年時代を迎えて、自分や自分の周囲の人が100歳(百寿者)になるのも珍しくなくなってきました。本講義では90歳代高齢者や百寿者の調査データに基づき百歳長寿の世界を主に心理学的な側面から解説します。①百寿者の特徴:身体機能、認知機能、性格の側面などの側面から百寿者の実態を解説し、個人差の大きい百寿者の意外な状況を明らかにします。②百寿者の幸福感に影響するもの:超高齢者や百寿者の幸福感をどのような事柄が支えているのかを解説をします。百寿者と介護者のお互いの幸福感を高める要件について解説します。</p> | <p>①百寿者になることの幸せと困難さを知り、長い高齢期を生き抜くための心構えを得られます。 ②健康長寿を達成するための要因の一部を理解します。 ③超高齢期に幸福に過ごすための大切な要因を理解します。</p> |
| <p>(第17回) 1月24日 (第18回) 1月31日</p> <p>尚美学園大学 総合政策学部教授</p> <p>やす あきひろ 安 章浩</p> | <p>やさしい日本の政治・行政・政策入門</p> <p>日本の政治・行政の基礎について学びます。内容は、議院内閣制の仕組みから、国会、内閣の機能、そして、具体的な立法過程や政策過程まで講義します。</p> <p>やさしい日本の政治・行政・政策入門(2)</p> <p>日本の公共政策について学習します。内容は、少子化から環境や教育等の重要政策の内容や課題等について時事問題に適宜ふれながら講義します。</p> | <p>新聞やテレビのニュース等の理解力が向上し、教養が一層深まります。</p> |

第14回講義の実施日と実施場所についてのお知らせ

第14回講義は、板橋区立教育科学館にてプラネタリウムの鑑賞を交えて行います。場所をお間違えないようご注意ください。

「天文学のすすめ ～星空を見上げてみませんか～」

日にち： 11月29日（金曜日）

会場： 板橋区立教育科学館（板橋区常盤台4-14-1）

集合時間： 午前コース 午前9時50分 午後コース 午後1時50分

講義開始： 午前コース 午前10時 午後コース 午後2時

集合場所： 常盤台地域センター レクリエーションホール

※プラネタリウム会場と集合場所が異なりますのでご注意ください。

——アクセス——

電車でお越しの場合

◆東武東上線 上板橋駅北口下車 徒歩5分

バスでお越しの場合

◆志村三丁目駅方面から

国際興業バス 常01 ときわ台駅行き

常盤台四丁目下車 徒歩3分

※ときわ台駅から常01系統に乗車の場合、

教育科学館前下車 目の前

◆王子駅方面から

国際興業バス 王54 上板橋駅行き

教育科学館前下車 目の前

※駐車場はありませんので、公共の交通機関をご利用ください。



※常盤台地域センター（集合場所）は、教育科学館の裏手にあります。

【後期受講に当たっての注意事項】

- 1 やむを得ない事情により、日程及び講座テーマを変更することがあります。
- 2 長期欠席の後にご出席される場合は、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。
- 3 講義でテキストを用いる際などは、受講料以外の実費をご負担いただく場合があります。
- 4 住所等が変更になる場合は、必ず下記までご連絡ください。

（板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 グリーンカレッジ担当 電話 3579-2372）

平成31年度 板橋グリーンカレッジ 専門課程（前期）講義概要

【文化文学コース】

ねらい: 様々な文化や文学について理解を深め、自己の教養向上をめざす。

日程: 原則として、各回水曜日 10時から12時まで ※年間18回(前期:8回、後期:10回)

会場: グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|--|---|---|
| (第1～4回) 4月24日 5月8日 5月22日 5月29日 文京学院大学 生涯学習センター講師 こじょう よしかず 五條 吉和 | 図説 ; 教養としてのギリシア神話 ギリシア神話のもたらす壮大なる世界を神話・星座・文学・美術を通じて学習する講座です。現在では世界共通の教養となり、神話は哲学を誘発し、自然科学の温床となり現代文明に多々影響をもたらしました。この神話の基礎的な楽しみ方を神話画解説を通じて学びましょう。講座終了時には、美術鑑賞が楽しみになり、目から鱗が落ちることをお約束いたします。 ●4月24日: キリシア神話の現代的な意義。神々の世界とオリンポス12柱 ●5月8日: 英雄物語; ホメロスの世界。イリアス概要 ●5月22日: 英雄物語; ヘラクレス、イアソン、ペルセウス、テセウス ●5月29日: 現代文明の中のギリシア神話。仏像に残る神話の痕跡 | 今更ホメロスを紐どくにはやや戸惑いを感じても、名画を鑑賞して内容を把握すると古典は身近な存在になります。現代に生き続ける神話の意義を発掘する講座です。 |
| (第5～8回) 6月12日 6月26日 7月10日 7月24日 古典文学研究家 やまだ きみこ 山田 喜美子 | 現代に生きる徒然草 「徒然草」の作者兼好は七百年前、鎌倉幕府滅亡から南北朝動乱を生きた人です。しかし、「徒然草」には戦乱の影はありません。その代り、いつの世も変わらぬ、世間の人付き合いの難しさ、真偽の不確かな噂話、いつ来るか分からない死、そうした普遍的なものへどう立ち向かうかを書きつづっています。また、勝たず負けない生き方、老いてからの身の処し方を考えています。こうした兼好の思想の一端をご紹介します。 ●6月12日: 兼好法師の生き方 ●6月26日: 世間と社会 ●7月10日: 兼好の理想の美と恋 ●7月24日: いかに生きて死ぬか | 芭蕉も魅了されたベストセラー「徒然草」の名言は、現代に生きるあなたを前向きに、元気にしてくれるでしょう。 |

【注意事項】

1 前期は、平成31年4月から平成31年7月までにかけて行う予定です。

後期日程の詳細は、7月中にお知らせします。

2 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。

3 長期欠席の後にご出席される場合は、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。

(板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 グリーンカレッジ担当 電話 3579-2372)

平成31年度 板橋グリーンカレッジ 専門課程（前期）講義概要

【社会生活コース】

ねらい: 社会に関わる様々な事象について学び、社会や生き方を見つめ直すヒントを得る。

日程: 原則として、各回月曜日 14時から16時まで ※年間18回(前期:8回、後期:10回)

会場: グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|--|---|
| (第1～2回) 4月22日 5月13日 東京都健康長寿医療センター 研究所研究員 くらおか まさたか 倉岡 正高 | つながりで健康づくりとボランティア活動 個人から社会全体に至るまで、人のつながりがわたしたちの健康に大きな影響を与えていることがわかってきました。健康や教育現場で起きている課題をとおして人のつながりの大切さと、そうした課題の解決につながるシニアの様々なボランティア活動の実践と世代間交流の重要性について考えてみましょう。 ●4月22日: 人と人のつながりが健康にもたらす効果 ●5月13日: 世代間交流がなぜ必要か? シニアボランティアが地域を変える | 人のつながりが、健康や教育にとって大切であることを理解し、ボランティア活動や世代交流活動に参加するきっかけとなります。 |
| (第3～5回) 6月10日 6月17日 6月24日 首都大学東京 都市環境学部教授 よこやま かつひで 横山 勝英 | 水・土砂災害の歴史を踏まえた暮らしのあり方 年々、雨の降り方が極端になってきており、防災想定を上回る降雨によって日本各地で河川水害や土砂災害が多発しています。しかし、防災対策には技術上・予算上の制約があり、さらには自然環境や景観にも配慮した対策が必要です。そこで、様々な河川での災害事例から、今後の災害対策の方向性を考えてゆきましょう。 ●6月10日: 川の機能と法整備 ●6月17日: 水・土砂災害の歴史 ●6月24日: 想定外の水・土砂災害への備えと環境対応 | 災害対策と環境保全は相反しがちです。その解決のために、一つの事象を多面的に捉える力と、柔軟な物の見方を養います。 |
| (第6～8回) 7月1日 7月8日 7月22日 慶應義塾大学 商学部教授 なかじま たかのぶ 中島 隆信 | 経済学らしくない経済学を学ぼう 普段は見過ごしがちなことや世の中の見えにくい部分をはっきりと見えるようにし、私たちの頭を柔軟にすることも経済学の役割です。この講義を通じて経済学の多様な発想力と応用力を楽しんでいただければ幸いです。 ●7月1日: オバサンの経済学 ●7月8日: 障がい者の経済学 ●7月22日: 刑務所の経済学 | 一風変わったテーマを題材とすることで経済学に対する偏った先入観を取り除くことを目指します。 |

【注意事項】

1 前期は、平成31年4月から平成31年7月までにかけて行う予定です。

後期日程の詳細は、7月中にお知らせします。

2 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。

3 長期欠席の後にご出席される場合は、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。

(板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 グリーンカレッジ担当 電話 3579-2372)

平成31年度 板橋グリーンカレッジ 専門課程（前期） 講義概要

【健康福祉コース】

ねらい:健康寿命を延ばし、心身ともにいきいきと過ごすための秘訣を学ぶ。

日程:原則として、各回火曜日 14時から16時まで ※年間18回(前期:8回、後期:10回)

会場:グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|---|--|
| <p>(第1～4回) 4月23日 5月7日 5月21日 5月28日</p> <p>東京大学高齢社会総合 研究機構 客員研究員</p> <p>きむら せいいち 木村 清一</p> | <p>長寿社会を生き生き楽しく —いつまでも学び・遊び・働きそして“役立ちがい”のすすめ—</p> <p>3人に1人が高齢者という時代がもうすぐやってきます。年金や介護、健康や病気など語られることは暗い事象ばかりのような気がします。そこで、長寿社会をいきいきと楽しく暮らすためにはどうしたらよいのでしょうか。講義を聞きながら“自分らしさ”を持って生きる道を共に考えます。</p> <p>●4月23日:長寿社会とは何か～超高齢社会の現状と課題を知る～ ●5月7日:どんとこい介護！～誰もが避けられないことへの対応～ ●5月21日:フレイル予防に挑戦～自分を知り自分を生かす道～ ●5月28日:いきいき元気の秘密～あなたもできる役立ちがい～</p> | <p>高齢者は「外に出て人と会い“つながり”を持つこと」が最も大切だと言われます。様々なデータや身近な出来事に学びながら自分らしさを醸成する機会にしたいと思えます。</p> |
| <p>(第5～6回) 6月11日 6月18日</p> <p>東京家政大学教授</p> <p>もりた ゆきお 森田 幸雄</p> | <p>食べ物の安全性を考えよう</p> <p>日本で流通している食べ物は安全なものが多いですが、それでも、食中毒になることがあります。O157に感染すると死んでしまうこともあります。昔と今では食中毒の原因は異なっています。今、発生している食中毒について説明し、食中毒にならないためにはどのようなことに注意すればよいか簡単に説明をします。</p> <p>●6月11日:近年の食中毒の発生状況と食中毒の特徴・予防方法について説明します ●6月18日:新しく出現した病原体(ノロウイルスやO157など)や再び発生しつつある病原体(寄生虫など)の特徴・予防方法について説明します</p> | <p>食中毒にならない生活をおくれるように、食中毒の発生要因と予防方法を理解します。</p> |
| <p>(第7～8回) 7月9日 7月23日</p> <p>東京女子医科大学附属 成人医学センター-神経内科医師</p> <p>まつむら みゆき 松村 美由起</p> | <p>認知症と、認知症と生きる人、認知症と生きる社会</p> <p>2025年には65歳以上の5人に1人は認知症になると言われています。自分が、あるいは家族が認知症になったら考えたことはあるでしょうか？認知症について、認知症と生きる人について、そうなった社会とその在り方について専門医と認知症疾患医療センター長としてお話しします。</p> <p>●7月9日:認知症について ●7月23日:認知症と生きる人と認知症急増社会について</p> | <p>認知症という病気とその病気とともに生きる人の理解を通して、認知症になった場合や、認知症急増社会の在り方を考えます。</p> |

【注意事項】

1 前期は、平成31年4月から平成31年7月までにかけて行う予定です。

後期日程の詳細は、7月中にお知らせします。

2 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。

3 長期欠席の後にご出席される場合は、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。

(板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 グリーンカレッジ担当 電話 3579-2372)

令和元年度 板橋グリーンカレッジ 専門課程（後期） 講義概要

【文化文学コース】

ねらい: 様々な文化や文学について理解を深め、自己の教養向上をめざす。

日程: 原則として、各回水曜日 10時から12時まで ※年間18回(前期:8回、後期:10回)

会場: グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|--|--|---|
| (第9～12回) 9月4日 9月18日 10月2日 10月16日 大東文化大学文学部 教授 みやたき こうじ 宮瀧 交二 | “一目瞭然”「見て」学ぶ歴史学 歴史研究の手掛かりは、古文書や、日記といった文字で書かれた史料ばかりではありません。今回の講座では、それぞれの時代に誕生した絵画や写真、印刷物といったビジュアルな資料を御一緒に見ながら、日本史の知られざる側面に迫ります。 ●9月4日:「駅弁掛紙」から学ぶ近・現代史 ●9月18日:別人だったあの人物!～進む肖像画研究～ ●10月2日:「鯀絵」から学ぶ江戸民衆の“ポジティブ思考” ●10月16日:「絵葉書」が語る近・現代史 | 歴史研究は、難解な古文書の解読ばかりではなく、私たちの身近にある資料からもアプローチ出来ることを学びます。 |
| (第13～14回) 12月4日 12月11日 山梨県立博物館長・筑 波大学名誉教授 もりや まさひこ 守屋 正彦 | 日本の仏教美術、その造形について 日本の仏教美術の特徴を、時代を追って紹介します。古代仏教の国際性、日本的な仏教造形の確立、極楽浄土の思想と造形、鎌倉新仏教、禅と美術など、日本の仏教思想を反映して造形が変化します。仏教が育んだ日本の芸術精神を造形を通して学んでいきましょう。 ●12月4日:古代の仏教美術、顕教と密教の造形を考えます ●12月11日:極楽浄土の造形、禅の表現について考えます | インド・西アジアの造形を学び、日本の仏教美術は成長しました。スライドを通して、日本の造形精神を歴史的に学んでいきましょう。 |
| (第15～16回) 1月22日 1月29日 早稲田大学・法政大学 兼任講師、英米演劇・ 映画研究者 ひろかわ おさむ 広川 治 | ハリウッドの夢と現実 ～1930年代から40年代の名作を中心に～ 1930年代から40年代—それは映画に音声生まれたばかりの時代であり、それ以後の様々なジャンルの原点と言える名作、秀作が製作された時代でした。この時期のハリウッドはどんな”夢“をスクリーンに描いていたか、そして人生、社会、歴史の”現実“をどう伝えようとしたか。夢と現実という二つの視点から、この時代のアメリカ映画の幅の広さと奥行きを探っていきたいと思います。 ●1月22日:ハリウッドが描いた”夢“の数々 ●1月29日:ハリウッドが対峙した時代の”現実“ | いつの時代の作品も、映画は時代の鏡であると同時に、時空を超えて、我々が忘れがちな大切な何かを語りかけ、我々を楽しませながら、夢や希望を与えてくれるものです。映画とその歴史を通して、人間や社会を見つめ直し、講座後に鑑賞したいと思える「私の名作映画」を探してみましょう。 |

<裏面あり>

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|--|---------------------------------------|
| <p>(第17～18回) 2月12日 2月19日</p> <p>東洋大学法学部教授</p> <p>たにがま ひろのり 谷釜 尋徳</p> | <p>日本人とスポーツ</p> <p>2020年夏に東京オリンピックがやってきますが、ここに至るまで、日本人は長きにわたってスポーツと付き合ってきました。本講義では、日本が過去に招致した“3つ”の東京オリンピック、そして江戸時代の人々が熱中したスポーツ(お伊勢参り)を取り上げ、日本人とスポーツの関わりを学んでいきます。</p> <p>●2月12日:3つの東京オリンピック</p> <p>●2月19日:江戸のスポーツ文化―驚異のスポーツ“お伊勢参り”</p> | <p>日本人とスポーツの関わりについて考察できる力を身につけます。</p> |

【注意事項】

- 1 入学2年目の方は、講座の受講のほかに、卒業レポートを提出していただく必要があります。卒業レポートの提出期間は、11月1日(金)～12月6日(金)です。詳細は、「卒業レポート」提出のお願いをご覧ください。
- 2 卒業式は、令和2年3月27日(金)です。詳細が決まり次第お知らせします。
- 3 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。
- 4 講義でテキストを用いる際などは、受講料以外の実費をご負担いただく場合があります。
- 5 長期のご欠席の後にご出席される場合は、念のため、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。
- 6 住所等が変更になる場合は、必ず下記までご連絡ください。
(板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 電話 3579-2372)

令和元年度 板橋グリーンカレッジ 専門課程（後期）講義概要

【社会生活コース】

ねらい:社会に関わる様々な事象について学び、社会や生き方を見つめ直すヒントを得る。

日程:原則として、各回月曜日 14時から16時まで ※年間18回(前期:8回、後期:10回)

会場:グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|--|--|---|
| (第9～10回) 9月2日 9月30日 東洋大学法学部教授 <small>たにがま ひろのり</small> 谷釜 尋徳 | オリンピックって何だろう？ 2020年夏に東京オリンピックが開催されますが、「オリンピックとは何か？」という問いに答えるのは難しいものです。本講義では、オリンピックの歴史やスポーツマンシップの話題を通して、オリンピックが大切にしている目的や価値観について学んでいきましょう。 ●9月2日:オリンピックの歴史 ●9月30日:オリンピックとスポーツマンシップ | オリンピックの目的や価値観について考察できる力を身に着けます。 |
| (第11～13回) 11月11日 11月18日 11月25日 東洋大学法学部法律 学科教授・弁護士 <small>はやかわ かずひろ</small> 早川 和宏 | 法を知って自分を守ろう！ 「法」ってムズカシイ？その通りです。条文を見ていると難しく眠くなります。でも、「法」は、私たちが社会生活上で遭遇したトラブルを防ぐために先人が作り出したものです。「どんなトラブルがあったのか」を理解すると、条文は生き生きと語りだし、私たちがトラブルを避けるための道標になります。道標の声を、一緒に聞いてみましょう。 ●11月11日:法的思考の基礎知識 ●11月18日:私法で自分を守ろう！ ●11月25日:公法で自分を守ろう！ | 法に関する基本的な事項を理解し、社会で発生している様々な問題を法的視点から捉える能力を身に付けます。 |
| (第14～15回) 12月2日 12月9日 東洋大学名誉教授 <small>やまき せつお</small> 八巻 節夫 | 人と人のつながりの驚くべき幸福力 私たちは人生のおよそ8割を地域で暮らしています。その地域の人の絆が希薄なため、治安が悪く不健康で若者が希望が持てず孤独な老人が多いとしたら、人生の大半を虚しく過ごしてしまうことが危惧されます。ここでは、人の絆がもつ驚くべき幸福力と人の絆を豊かに築いて行くためには何をすべきなのかを説明して行きます。 ●12月2日:地域の絆が衰退して行く現状とそのマイナスの結果を指摘する ●12月9日:人の絆がもたらす幸福力を理解し、何をすべきかを知って行く | 人と人のつながりが人生の幸福にいかに関与しているかを理解し、他者との関わり合いが多いほど豊かな人生を歩めることを知る。 |

<裏面あり>

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|---|--|
| <p>(第16～18回) 12月16日 1月20日 1月27日</p> <p>特定非営利活動法人 金融と証券を学習する 会 証券カウンセラー</p> | <p>経済のしくみを知って賢く生きよう</p> <p>キャッシュレス取引との上手な付き合い方、経済面から見た相続・保険の考え方を、そのしくみや背景とあわせて学びます。最後に世界と日本の経済情勢と私たちの生活との関係をとらえることによって、どのように社会・経済の変化に備え、自分の資産を守ればよいのか、ということと一緒に考えて行きます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●12月16日:キャッシュレス社会の到来と市民生活 ●1月20日:家族と自分を守るための相続と保険の基礎知識 ●1月27日:どうなる?オリンピック後の日本経済と私たちの生活 | <p>賢くかかわるための基礎知識の習得だけでなく、広い視野から経済を眺め、経済を面白く感じることでできる素養を身につけます。</p> |

【注意事項】

- 1 入学2年目の方は、講座の受講のほかに、卒業レポートを提出していただく必要があります。
卒業レポートの提出期間は、11月1日(金)～12月6日(金)です。詳細は、「卒業レポート」提出のお願いをご覧ください。
- 2 卒業式は、令和2年3月27日(金)です。詳細が決まり次第お知らせします。
- 3 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。
- 4 講義でテキストを用いる際などは、受講料以外の実費をご負担いただく場合があります。
- 5 長期のご欠席の後にご出席される場合は、念のため、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。
- 6 住所等が変更になる場合は、必ず下記までご連絡ください。
(板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 電話 3579-2372)

令和元年度 板橋グリーンカレッジ 専門課程（後期）講義概要

【健康福祉コース】

ねらい:健康寿命を延ばし、心身ともにいきいきと過ごすための秘訣を学ぶ。

日程:原則として、各回火曜日 14 時から 16 時まで ※年間 18 回(前期:8回、後期:10 回)

会場:グリーンカレッジホール シニア学習プラザ(志村3-32-6)3階 教室1

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|---|---|
| (第9～11回) 9月24日 10月8日 10月15日 NPO 法人 健幸とまちづくり 研究所 理事長 そのだ せきや 菌田 碩哉 | 人生100年時代の「健幸」デザイン 100歳を超える長寿も珍しくなくなってきた今日、長い人生を健康かつ幸福に生きるためには、何を目標に定めたらいいのでしょうか。また、どんな生活設計が必要になるのでしょうか。心と身体と社会性の3つの側面から考えていきます。 ●9月24日:高齢期の身体とどう付き合えばいいのか、簡単な健幸度チェックをもとに、それぞれの処方箋を探します ●10月8日:精神を豊かにすることが長寿の土台です。心を養うアートや頭を使う活動に挑戦してみましょう ●10月15日:他者とのつきあいを円滑に進め、孤独を克服していきいきと生きる方法について実習を通して学びます | 人生を充実させるには一人一人がその人らしく生きる道を探さなくてはなりません。各人の「健幸」への道を見出すのが目標です。 |
| (第12～13回) 11月5日 11月12日 東京家政大学名誉教授 もりじり つよし 森尻 強 | 健康のシグナルは足裏と姿勢・歩行に有り 今、流行のウォーキング。歩く＝健康に良いと思いませんか。しかし、そこには大きな誤解があります。歩いている人の姿勢を見ると猫背、反腰、O脚、X脚、ガニ股など身体のゆがんだ人が多く見られ、その結果身体に余計な負担をかけています。よって正しい歩行や姿勢、重心移動を身に付けて正しいウォーキングをします。 ●11月5日:雨の日の泥はねは悪い姿勢と歩き方のシグナルです ●11月12日:元気のカギは足裏に有ります | 正しい姿勢や歩行を身に付けて元気でいろいろな所に行ける。健康な身体を身につけます。 |
| (第14～15回) 11月19日 12月3日 管理栄養士 きくち じゅんこ 菊地 淳子 | 上手に食べて元気にいきいき! 毎日、何気なく摂っている食事を振り返ります。低栄養を予防するためには、どんなことに気をつけたら良いかを考え、主食・主菜・副菜を意識した食事を覚えていきましょう。 ●11月19日:「低栄養」って知っていますか? ●12月3日:たんぱく質を意識した食事の摂り方を学びましょう。 | シニア世代が気をつけたい食事の摂り方について、現状を把握しながら学びます。 |

<裏面あり>

| 実施日・講師 | テーマ・講義内容 | 講座の効果 |
|---|---|---|
| <p>(第16～18回) 1月7日 1月14日 1月21日</p> <p>社会保険労務士・産業能率 大学総合研究所兼任講師</p> <p>おくむら れいじ 奥村 禮司</p> | <p>どうなっている私たちの年金・医療・介護保険</p> <p>病院にかかる医療費、かかる病院によって値段が違うということをご存知ですか？法律や制度は知らないで損をしますが、損していることも知らないのが現状です。講義では、社会保障制度の裏話を交えながら、サザエさん一家を例に年金や医療、介護保険などの社会保障について考えます。損をしないよう一緒に勉強していきましょう。</p> <p>●1月7日:年金について「夫が死んだらいくらもらえる？」 ●1月14日:知って得する医療保険制度「海外旅行先で病気になったら？」 ●1月21日:介護が必要になったとき「板橋区の介護保険制度を知る」</p> | <p>各社会保険制度の仕組みについて学び、知らなかったから損をしたということがないようにする。</p> |

【注意事項】

- 1 入学2年目の方は、講座の受講のほかに、卒業レポートを提出していただく必要があります。
 卒業レポートの提出期間は、11月1日（金）～12月6日（金）です。詳細は、「卒業レポート」提出のお願いをご覧ください。
- 2 卒業式は、令和2年3月27日（金）です。詳細が決まり次第お知らせします。
- 3 やむを得ない事情により、日程、講座テーマ、場所を変更することがあります。
- 4 講義でテキストを用いる際などは、受講料以外の実費をご負担いただく場合があります。
- 5 長期のご欠席の後にご出席される場合は、念のため、下記まで日程の変更の有無をご確認ください。
- 6 住所等が変更になる場合は、必ず下記までご連絡ください。
 （板橋区健康生きがい部長寿社会推進課シニア事業係 電話 3579-2372

平成31年度 板橋グリーンカレッジ大学院

文化文学コース 年間予定表

- 1 テーマ: 「好一对の作家たち～明治・大正の文人たちの意外なエピソードから」
泥棒に入られて、大喜びする。そんなことは滅多にないことです。ところが、明治時代にそんな体験をしたのが夏目漱石です。明治・大正期にすばらしい作品をのこした作家たちは、実人生もまた、ユニークでダイナミックでした。この講義では、同じ時期に活躍したライバル、師弟、親友同士といったペアに注目して、作家たちの楽しいエピソードをご紹介します。彼らののこした名作を見ていきたいと思ひます。
- 2 日時: 原則として、各回 木曜日 10時00分 から 12時00分 まで
- 3 場所: グリーンカレッジホール(志村3-32-6)3階 教室2 ほか
- 4 講師: 東海大学文化社会学部教授 堀 啓子ほり けいこ
- 5 日程・内容

| | | |
|-----------|-----------|--|
| ① 4月 18日 | オリエンテーション | 全体の説明や受講者全員の自己紹介 |
| ② 5月 9日 | 講義① | 文学は読むもの? 聴くもの? ～三遊亭円朝と二葉亭四迷 |
| ③ 5月 23日 | 講義② | お嬢様セレブ歌人・田辺花圃と職業作家・樋口一葉 |
| ④ 6月 6日 | 講義③ | タネ本は洋の東西から～尾崎紅葉と泉鏡花の師弟関係 |
| ⑤ 6月 20日 | 講義④ | 黒岩涙香と夏目漱石: 新聞のための小説か、小説のための新聞か? |
| ⑥ 7月 4日 | 講義⑤ | 芸術至上の芥川龍之介 vs. 生活第一の菊池寛 |
| ⑦ 7月 18日 | グループ学習① | グループごとに顔合わせをし、グループ名、リーダー、テーマを決定しましょう。 |
| ⑧ 10月 10日 | グループ学習② | 決まったテーマに向けて、グループごとにフィールドワークや調査を始めましょう。 |
| ⑨ 11月 7日 | グループ学習③ | 前回に引き続き、グループごとにフィールドワークや調査を続けましょう。 |
| ⑩ 11月 21日 | グループ学習④ | これまで調べたことや情報を交換し、卒業発表に向けて具体的な準備を始めましょう。 |
| ⑪ 12月 5日 | グループ学習⑤ | 卒業発表会に向けて、研究内容をまとめてレジュメを作成し、発表の段取りを決めましょう。 |
| ⑫ 1月 9日 | グループ学習⑥ | 卒業研究発表会のリハーサルと補足講義 |
| ⑬ 1月 23日 | 卒業研究発表会 | グループごとの成果発表と講師による講評 |

※受講理解度他やむを得ない事情等により、予定表の日程・内容の一部を変更することがあります。

平成 31 年度 板橋グリーンカレッジ大学院

社会生活コース 年間予定表

- 1 テーマ: **「世界の平和と安全を考える－「持続可能な発展目標」を踏まえて」**
経済、社会が発展を続ける一方で、気候変動や資源の枯渇、環境悪化など様々な問題が深刻化しており、このままでは我々の住む地球の存続が危ぶまれています。また、貧困・飢餓、格差(地域やジェンダー)、健康・福祉、教育など、世界規模で解決すべき課題も山積しています。さらに、今なお各地で紛争が絶えず、平和な社会を取り戻すことも重要です。この講義では、こうした地球規模の問題について、国連が提唱する SDGs(持続可能な開発目標)をもとにじっくりと考えるとともに、受講生が個別のテーマを選定して研究を深め、発表と議論を通じて平和と安全、そして豊かさについて改めて考えてみたいと思います。
- 2 日時: 原則として、各回火曜日 10時 00分から 12時 00分まで
- 3 場所: グリーンカレッジホール(志村3-32-6)3階 教室2 ほか
- 4 講師: 大東文化大学経済学部教授 ないとう じろう 内藤 二郎
- 5 テキスト: SDGs 国連 世界の未来を変えるための 17 の目標 2030 年までのゴール
発行: 日能研教務部 ※テキストは各自でご購入いただきます。(¥1,080・税込)
- 6 日程・内容

| | | |
|-----------|-------------|---|
| ① 4月 16日 | オリエンテーション | 全体の説明／受講者全員の自己紹介 |
| ② 5月 14日 | 講義① | 「持続可能な発展目標 (SDGs)」とは 国連が提唱する SDGsについて学ぶ① |
| ③ 5月 28日 | 講義② | 「持続可能な発展目標 (SDGs)」とは 国連が提唱する SDGsについて学ぶ② |
| ④ 6月 11日 | 講義③ | 身の回りの SDGs・我々にできること SDGsと我々の生活のかかわりを考える |
| ⑤ 6月 25日 | グループ 学習① | 身の回りの SDGs・我々にできること 各自(グループ)で具体的テーマを選ぶ |
| ⑥ 7月 2日 | グループ 学習② | 個別テーマの選定・資料／情報収集・意見交換 テーマに関する資料／情報収集と意見交換① |
| ⑦ 7月 16日 | グループ 学習③ | 個別テーマの設定・資料／情報収集・意見交換 テーマに関する資料／情報収集と意見交換② |
| ⑧ 9月 10日 | グループ 学習④ | 「卒業研究発表会」にむけて PPT 資料の作成と補足講義① |
| ⑨ 10月 8日 | グループ 学習⑤ | 「卒業研究発表会」にむけて PPT 資料の作成と補足講義② |
| ⑩ 11月 12日 | グループ 学習⑥ | 「卒業研究発表会」にむけて 卒業研究発表会のリハーサルと補足講義① |
| ⑪ 12月 3日 | グループ 学習⑦ | 「卒業研究発表会」にむけて 卒業研究発表会のリハーサルと補足講義② |
| ⑫ 1月 7日 | 卒業研究 発表会 | 「卒業研究発表会」 グループごとの成果発表と講師による講評 |
| ⑬ 1月 21日 | まとめ | 本講義の総括・受講者のコメント 今後に向けて... |

※受講理解度他やむを得ない事情等により、予定表の日程・内容の一部を変更することがあります。

平成31年度 板橋グリーンカレッジ大学院

健康福祉コース 年間予定表

1 テーマ:

「生き甲斐のある人生の生活の質（QOL）を高める食養生」

日本には、古来より食養生という言葉があって、生命は食べ物で養われています。現代の健康長寿は、戦い上手で著名な戦国武将の食事法の達人に学ぶことができます。敵を倒す強力な筋肉や骨格、頭能力や戦術のアイデアなど密接な関係があります。食材や調理に関心の薄い武将は、名を残せなかったそうです。

この「食養生」に着目し、より自分らしく、より幸福に生きていくには、どのような生活を送るのが最適か、皆さんで研究してまいりましょう。

2 日時:

原則として、各回水曜日 14時00分から16時00分まで

3 場所:

グリーンカレッジホール(志村3-32-6)3階 教室2 ほか

4 講師:

NPO 法人日本成人病予防協会認定講師 まつしま ゆうじ 松島 勇次

5 日程・内容

| | | |
|---------|-----------|--|
| ① 4月24日 | オリエンテーション | 全体の説明や受講者全員の自己紹介 健康にちよっといい話の総集編 |
| ② 5月8日 | 講義① | 戦国武将の健康長寿法を学ぶ {食事法} |
| ③ 5月22日 | 講義② | 科学的な根拠のある認知症予防対策を学ぶ {食材と運動} |
| ④ 6月5日 | 講義③ | 健康づくりの真髄を学ぶ {食養生に注目} |
| ⑤ 6月19日 | 講義④ | 世界最先端の研究を学ぶ {世界長寿国の実態} |
| ⑥ 7月3日 | グループ学習① | 意見交換 グループ内で、自分の食生活や取組を紹介し、意見交換しましょう |
| ⑦ 7月17日 | グループ学習② | テーマ設定 グループテーマを決め、個人テーマ設定及び調査分担をしましょう |
| ⑧ 9月18日 | グループ学習③ | 情報収集・共有 各自調査した内容を持ち寄り、共有しましょう |
| ⑨ 10月9日 | グループ学習④ | 「卒業研究発表会に向けて」 テーマに沿って発表の組み立てをしましょう |
| ⑩ 11月6日 | グループ学習⑤ | 「卒業研究発表会に向けて」 発表資料の作成と卒業研究レポートのまとめ方を相談しましょう |
| ⑪ 12月4日 | グループ学習⑥ | 卒業研究発表会のリハーサルと補足講義 発表練習① |
| ⑫ 1月8日 | グループ学習⑦ | 卒業研究発表会のリハーサルと補足講義 発表練習② |
| ⑬ 1月22日 | 卒業研究発表会 | グループごとの成果発表と講師による講評 |

※受講理解度他やむを得ない事情等により、予定表の日程・内容の一部を変更することがあります。

板橋グリーンカレッジ

だより

Vol. **01**

令和元年7月発行

板橋グリーンカレッジ ってどんなところ？

板橋グリーンカレッジは、区内在住・在勤の60歳以上の方を対象とした、2年制の大学校と、1年制の大学院の総称です。

1年目の教養課程は、幅広いジャンルから基礎的知識を学びます。（文学、法律、経済、歴史、自然科学、芸術、健康づくり、地域コミュニティなど。）

2年目の専門課程は、3コースから興味のある分野を選択し学習します。各コースの目標は、以下のとおりです。

○文化文学コース：様々な文化や文学について理解を深め、自己の教養向上をめざす。

○社会生活コース：社会の様々な課題に目を向け、多角的な理解をめざす。

○健康福祉コース：健康で自立した生活を送るために必要な知識の習得をめざす。

卒業後は、大学院に進学することができます。少人数でのゼミナール形式で、最終目標として、グループごとに研究発表及びレポート作成を行います。

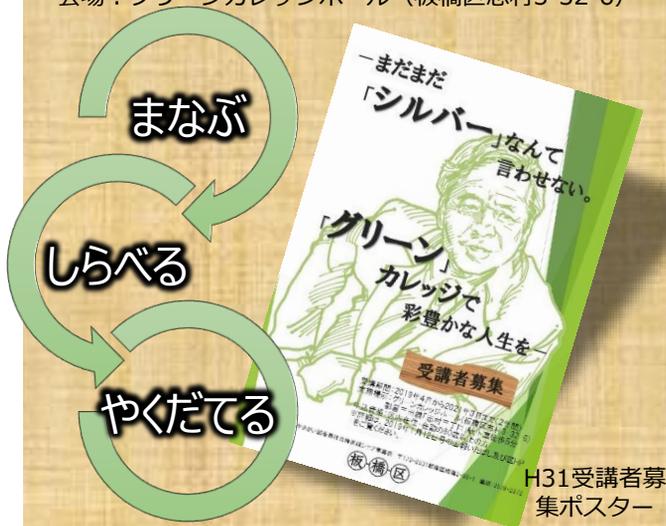
※詳しくは、HPをご覧ください。

板橋グリーンカレッジ

検索



会場：グリーンカレッジホール（板橋区志村3-32-6）



グリーンカレッジ のめざすところ

シニア世代の多様化・高度化する学習要求に応えるとともに、地域社会における活動を促進することをめざします。

受講生の皆さまには、卒業後地域でご活躍されたり、グリーンカレッジで興味を持ったことをさらに発展的に学習したり、グリーンカレッジで出会った仲間と交流したりと、日々充実した時間を過ごしていただきたいと願っております。

グリーンカレッジ で何をまなぶ？

講義を
ちよつと
のぞき見



【教養課程】

座学だけでなく、グループワークを取り入れた講義も行います。

志村三丁目を飛び出して、教育科学館でプラネタリウム鑑賞を交えた講義など、板橋区を知ることができる講義もありますよ。

【専門課程】

各コースとも、バラエティ豊かで、グリーンカレッジ名物講師が目白押し！アカデミックでこれからの地域活動にも役立つ、そんな講座を行っています。

【大学院】

グループ学習を経て、卒業研究発表会では、毎回素晴らしい成果が上がります。その達成感、計り知れません！発表会は見学も可。ぜひ足をお運びください。

【担当講師からメッセージ】

人を健康で幸福にするのは、「良い人間関係」に尽きるそうです。グリーンカレッジで新たな仲間との学びを通じて、良い人間関係を築き、健康と幸福を手に入れましょう。

教養課程第1回講師
跡見学園女子大学
観光コミュニティ
学部 教授 鍵屋 一



グリーンカレッジ 入学式レポート

今年度開催した入学式の様子をご紹介します。

平成31年4月9日、板橋区立成増アクトホールにおいて、多くの新入生のご参加のもと、開催されました。

式典後は、東京大学 高齢社会総合研究機構 客員研究員の木村 清一先生に「理想の生き方・老い方を考える～学び・働き・遊びそして“役立ちがい”のすすめ～」のテーマでご講演をいただきました。

木村先生には、今年度の専門課程でもご登壇をいただきました。

ちなみに、今年度の
受講生募集ポスター
(表面参照)は、木村
先生がモデルです😊



受講生・卒業生の方へ

【紙面作成ボランティア大募集！】

板橋グリーンカレッジだよりの紙面作りに参加してみませんか？

ご興味のある方は、ぜひ下記までご連絡ください。

未経験者大歓迎！どうぞお気軽にお問い合わせください。

【発行部署】

板橋区 健康生きがい部
長寿社会推進課 シニア事業係
☎ 03 (3579) 2372

板橋グリーンカレッジ だより

Vol. 02

令和元年9月発行

板橋グリーンカレッジ後期日程が始まりました

後期最初の講義は、専門課程 社会生活コースにて、「オリンピックって何だろう？」というテーマで、東洋大学 法学部教授 谷釜先生に、ご講義いただきました。

また、教養課程では、「東京2020大会を支える人たち」というテーマで、文教大学 人間科学部 准教授 二宮先生に、ご講義いただきました。

来年開催のオリンピック・パラリンピックに向けて、歴史や大会の意義、についてご解説いただき、大会の楽しみ方を教えていただきました。

来年の大会がますます楽しみですね！

知っていますか？ 1964東京大会

グリーンカレッジ世代の皆さんは、1964年のオリンピックを覚えていらっしゃる方も多いですね。

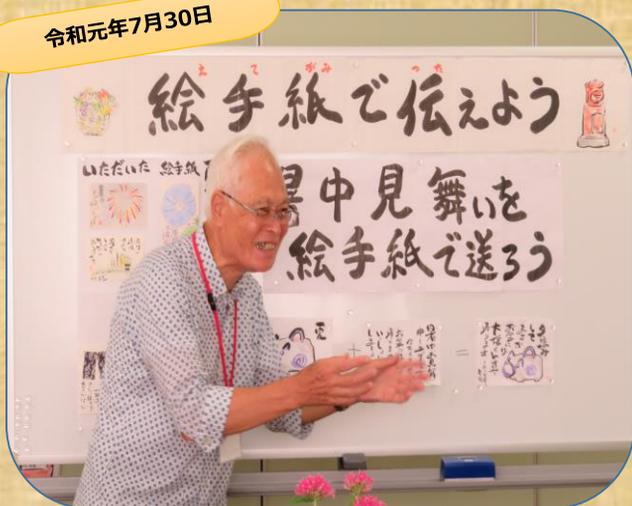
でも、あまり知られていないのが、第1回パラリンピックが1964東京大会だったということ。

そして、東京は世界で初めて、2回目の夏季パラリンピックの開催都市であるということです。

障がいの有無に関わらず世界中からあらゆる人が集い、選手たちの圧倒的なパフォーマンスを、直に目に見ることができるパラリンピック。ぜひ区民の皆さんにも、その魅力に触れてほしいと願っています。

夏休みグリーンカレッジ塾を開催しました

令和元年7月30日



グリーンカレッジホール ☎3960-7701

グリーンカレッジホールでは、今年度新たな取組として、シニアの方々が講師として活躍する、区内の小学生を対象とした講座を始めました。

今回は、グリーンカレッジの受講生・卒業生が講師となり、絵手紙づくり、マジック、勾玉づくりなどを体験しながら、世代間交流を図る貴重な機会となりました。当日は、親子でご参加いただいた方も多く、総勢65名と大盛況でした。

グリーンカレッジホールでは、今後も子どもたちを対象とした講座を実施予定です。講師やお手伝いをしてくださる方を募集していますので、ご興味のある方はぜひお問い合わせください！

グリーンカレッジ受講生向け特別講座を実施しました

第1回 9月5日



～特別講座とは？～

グリーンカレッジ全受講生を対象とした講座で、日々の講座とはまた違った内容について学んでいただける機会を年2回設けています。

第2回は令和2年1月16日（木）に防災・防犯をテーマとした講座を実施予定です。

詳細は各講義の際にお知らせしますので、受講生の皆さんは、ぜひご参加ください。

今回は、前野町にある板橋区立エコポリスセンターで、東京海洋大学名誉教授の石丸先生をお招きして、「海を取り巻く環境問題」というテーマでご講義いただきました。

地球温暖化が海に及ぼす影響や、近年問題視されている海洋プラスチックについて様々なデータをもとにご解説いただきました。

みなさんも、身近なところから生活を見直し、できることから環境保護を始めてみませんか。

卒業生企画板橋グリーンカレッジ公開講座

入学をご検討中の方必見！！

～公開講座とは？～

板橋グリーンカレッジの受講生の方以外にも、カレッジ体験をしていただけるよう、年2回公開講座を行っております。

卒業生である板橋グリーンカレッジOB会の方々に企画をしていただいています。

第1回募集は締め切りました。定員を大きく上回るお申込みをいただき、ありがとうございました。次回もお楽しみに☆



第1回は、「源氏物語」をテーマに10月17日に開催します。講座については、次回のグリーンカレッジだよりでレポートしたいと思います。

第2回は、令和2年1月10日（金）に開催予定です。

「今すぐ始める生前整理」と題して、整理の基本的な考え方から、今すぐできる整理術などもご紹介いただきます。

募集は、10月下旬に行いますので、ご興味のある方は広報いたばしやホームページをぜひチェックしてくださいね！

受講生・卒業生の方へ

【紙面作成ボランティア大募集！】

板橋グリーンカレッジだよりの紙面作りに参加してみませんか？

ご興味のある方は、ぜひご連絡ください。

未経験者大歓迎！お気軽にお問い合わせください。

【発行部署】

板橋区 健康生きがい部
長寿社会推進課 シニア事業係
☎ 03 (3579) 2372