

# 令和5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。

日程:原則として、各回水曜日 ※年間18回(前期:8回、後期10回)

【午前コース】10時から11時30分まで 【午後コース】14時から15時30分まで

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
(第1回) <b>5月10日</b> 古典文学研究家 やまだ きみこ 山田 喜美子	<b>百人一首 日本の文華</b> 「百人一首」は日本の文華です。藤原定家が百人の歌人の歌を選定してから八百年、江戸時代にカルタが生まれ、今も年齢を問わず、愛されてきました。その特徴の一つは恋歌が多いことです。歌人も、天皇になれなかった人や天皇を辞めさせられた人、島流しにされた人、出世できなかった等、負け組が多いことも目立ちます。恋歌も切ない、辛いと嘆きます。意気が揚がらない? いや、そこに日本の人情、他人を思いやる心があるのです。	奈良時代から鎌倉時代の歴史を辿りながら、人情の機微、恋の情緒を味わうことができます。
(第2回) <b>5月17日</b> 板橋区教育委員会 事務局生涯学習課 文化財係長 よしだ まさひろ 吉田 政博	<b>再発見 いたばしの歴史とたからもの</b> わたしたちが住み、暮らしている「いたばし」には、約4万年前のひとびとの生活の跡が確認されます。それから長い年月が積み重ねられ、現在のわたしたちが生きている社会へとつながっています。 講義では、わたしたちの足元に広がる歴史や文化について、それにかかわる身近な文化財(たからもの)を中心に据えて、分かりやすく解説をしながら、その価値や魅力を今一度再発見いたします。また、講義を通じ、これからの「いたばし」の姿を皆様とともに考えてまいります。	身近な考古・歴史・民俗・記念物などの文化財についての価値をもとに、わたしたちが生活している「いたばし」の歴史やその魅力を再認識することを目指します。
(第3回) <b>5月31日</b> 特定非営利活動法人 環境エネルギー政策 研究所 所長 いいた てつなり 飯田 哲也	<b>気候危機とエネルギー危機に対して地域で私たちができること</b> 世界で起きている文明史的なエネルギー大転換の状況と、それに遅れている日本の課題を学びます。これに対して、地域からの一人ひとりの行動や取り組みが大きな可能性があることを学びます。	気候危機とエネルギー危機という「大きな問題」に対して、一人ひとりの行動を促すモチベーションを与えます。
(第4回) <b>6月14日</b> 大東文化大学 文学部英米文学科 教授 かわの よしひで 河野 芳英	<b>おっとりとイギリス児童文学の世界へ</b> 不思議の国のアリス、ちびくろサンボ、ピーターラビット、ピーターパン、くまのパディントン、きかんしゃトーマス等は、すべてイギリスを代表する児童文学のキャラクターです。今回の講座では、そうした主人公が登場する作品を、皆さんとともに眺めてゆこうと思っています。 <b>★この講義のみ、大東文化大学様のご協力を賜り「大東文化会館」で実施します。(場所等詳細は別紙参照)</b>	イギリスの代表的なキャラクターが登場する児童文学とその時代背景を学ぶことができます。

実施日・講師	テーマ・講義内容	講座の効果
<p>(第5回) <b>6月28日</b></p> <p>東京海上日動火災 保険株式会社、 板橋区政策経営部 政策企画課職員</p>	<p><b>身近なことからSDGsにチャレンジ！SDGsの基礎知識を学ぼう</b></p> <p>最近「SDGs」という言葉をよく聞くようになりました。聞いたことはあるけれど、一体どんなことをすればいいのだろうと思っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。</p> <p>実は、板橋区は「SDGs未来都市」に選定されているのをご存じですか。今回は、身近な取組事例をご紹介しますながらSDGsの基礎知識を学びましょう。SDGsを理解し自分ごとと捉え、身近なことからチャレンジしてみましょう。</p>	<p>身近なことからチャレンジできるSDGsを知ることで、具体的に行動するきっかけとなります。</p>
<p>(第6回) <b>7月12日</b></p> <p>明治安田生命保険 相互会社 池袋支社 教育育成課長 ごちよう ちえ 牛腸 知江</p>	<p><b>楽しく学ぶ！認知症予防講座</b></p> <p>認知症は誰にでも起こりうる身近なものです。まずは知ることからはじめてみませんか？簡単な体験型ワークを交えながら認知症の現状や費用、認知機能とは何かなど、老化と予防についてお話をさせていただきます。また、もし意思表示が難しくなってしまったときのために、「MYライフ&amp;エンディングノート」の記入についてもご紹介させていただきます。</p>	<p>安定したセカンドライフをおくるために、認知症対策についてのポイントをご確認いただけます。</p>
<p>(第7回) <b>7月19日</b></p> <p>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</p>	<p><b>健康なまちづくりと人と人のつながり</b></p> <p>平和で健康な暮らしはだれもが願うところですが、それは個人の努力だけで獲得できるものではありません。健康生活は、単に肉体的な健康ばかりでなく、精神的な充実感や地域の人々の連帯感によって支えられるものです。コロナ禍による分断を乗り越えて「みんなの健康」をどうやって実現するか、その方策を考えます。</p>	<p>健康についての狭い考え方を乗り越え、健康を手掛かりに住みよい街を作っていくという課題を理解できるようになります。</p>
<p>(第8回) <b>7月26日</b></p> <p>東京都健康長寿医療 センター研究所 研究員  よこやま ゆり 横山 友里</p>	<p><b>いろいろ食べて健康長寿</b></p> <p>高齢期の健康は、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必要になり、日々の食生活が健康長寿達成のためのカギになります。本講座では、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。 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>

【後期受講に当たっての注意事項】

- 1 後期は、令和5年9月から令和6年2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。
- (板橋区教育委員会事務局生涯学習課社会教育推進係 グリーンカレッジ担当 電話 3579-2633)

# (別紙) 第4回講義の実施日と実施場所についてのお知らせ

第4回講義は大東文化大学様のご協力を賜り、「大東文化会館」での実施となります。  
この講義の会場はグリーンカレッジホールではないのでお間違えのないようご注意ください。

## 「おっとりといギリス児童文学の世界へ」

日にち： 6月14日（水曜日）

会場： 大東文化会館 （板橋区徳丸 2-4-21）

※東武東上線「東武練馬駅」より徒歩3分程度

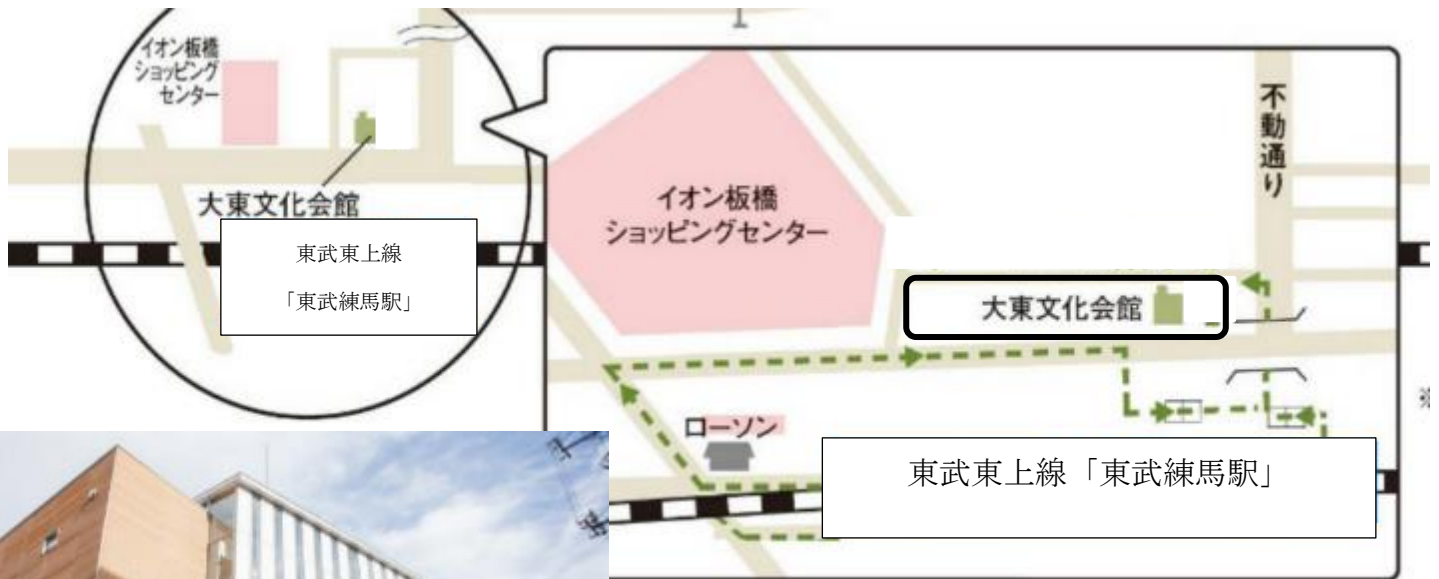
※大東文化大学 板橋キャンパスではないので、

お間違えのないようご注意ください。

講義時間： 午前コース 10時～11時30分（受付開始9時30分）

午後コース 14時～15時30分（受付開始13時30分）

### —アクセス—



大東文化会館 外観

電車でお越しの場合：◆東武東上線 東武練馬駅下車 徒歩3分程度

バスでお越しの場合：◆「東武練馬駅」バス停で下車 徒歩4分程度