

三原シティカレッジ ‘17のご案内

三原地域連携推進協議会（会長 三原市長）では、公立大学法人県立広島大学と連携して、三原シティカレッジを開講します。皆様のご参加をお待ちしています。

（受講料無料）各講座の詳細は、三原地域連携推進協議会のホームページ（<http://www.mhr-cci.org/renkei/> ）、県立広島大学のホームページ（<http://www.pu-hiroshima.ac.jp/soshiki/renkei/> ）に掲載します。

【市民講座】

講座No.1 ■海浜健康講座

講座No.2 ■プレイバックシアター入門：コミュニケーションを学ぶ新しい形

講座No.3 ■子どもたちへの地域での発達支援

講座No.4 ■脳と身体のいきいきトレーニング～認知症予防講座～

講座No.5 ■精神科・精神看護について

講座No.6 ■すこやか子育て講座

講座No.7 ■“いい感じ”の自分とこころの健康づくり

講座No.8 ■園芸福祉講座2017

講座No.9 ■小早川隆景の家臣たち

【夏休み特別企画】

講座No.10 ■高校生のためのプレママプレパパ教室

講座No.11 ■親子で参加！子どもとスリムラボ

講座No.12 ■オンリーワン工作～自由に楽しく作ろう～

講座No.13 ■親と子どもの意見、主張の違いを体験し、受容する

講座No.14 ■おもしろぶつり実験

講座No.15 ■あつまれ！ナースのたまご！

講座No.16 ■“身体を動かす「筋肉」について知ろう”

市民講座（全9講座）

■講座 No.1 海浜健康講座

会場：4号館2階4204講義室（7/1・7/8）1階4103講義室（9/2・9/9）

※第1回（7月1日及び7月8日）と第2回（9月2日及び9月9日）は同じ内容です。申込の際は、講座名とともに第1回か第2回のいずれかをご記入ください。

【第1回】

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	7月1日（土） 13:00～16:30	<p>●第1回海浜健康講座その1</p> <p>海浜を使った健康増進の概説とストレス対策についての内容になっております。「健康」に関する有益な内容となっており、その1とその2両方の受講をお勧めします。</p> <p>① 海浜セラピー概論Ⅰ ② 海浜セラピー概論Ⅱ ③ 海浜セラピー認定条件 ④ ストレスチェック</p>	<p>県立広島大学 名誉教授 大塚 彰 理学療法学科 教授 金井 秀作 教授 田中 聡 教授 沖 貞明</p>	<p>定員：30名</p> <p>対象者： 18歳以上 健康増進並びに海浜セラピーに関心がある方</p>	<p>※筆記用具を持参してください。</p> <p>※第2回（9/2・9/9）と内容が同じものになりますのでご注意ください。なお、その1及びその2だけ受講することも可能です。</p> <p>※本講座の受講を海浜セラピーガイド（仮称）の設定条件とする構想があります。</p>
2	7月8日（土） 13:00～16:30	<p>●第1回海浜健康講座その2</p> <p>老化・虚弱対策としての運動の紹介と海浜の有効利用、そして運動にともなうリスク管理についての内容になっております。「健康」に関する有益な内容となっており、その1とその2両方の受講をお勧めします。</p> <p>⑤ 口コミチェック ⑥ 海浜セラピー実践論 ⑦ 海浜セラピーモデル基地 ⑧ 安全管理</p>			

【第2回】

1	9月2日（土） 13:00～16:30	<p>●第2回海浜健康講座その1</p> <p>海浜を使った健康増進の概説とストレス対策についての内容になっております。「健康」に関する有益な内容となっており、その1とその2両方の受講をお勧めします。</p> <p>① 海浜セラピー概論Ⅰ ② 海浜セラピー概論Ⅱ ③ 海浜セラピー認定条件 ④ ストレスチェック</p>	<p>県立広島大学 名誉教授 大塚 彰 理学療法学科 教授 金井 秀作 教授 田中 聡 教授 沖 貞明</p>	<p>定員：30名</p> <p>対象者： 18歳以上 健康増進並びに海浜セラピーに関心がある方</p>	<p>※筆記用具を持参してください。</p> <p>※第1回（7/1・7/8）と内容が同じものになりますのでご注意ください。なお、その1及びその2だけ受講することも可能です。</p> <p>※本講座の受講を海浜セラピーガイド（仮称）の設定条件とする構想があります。</p>
2	9月9日（土） 13:00～16:30	<p>●第2回海浜健康講座その2</p> <p>老化・虚弱対策としての運動の紹介と海浜の有効利用、そして運動にともなうリスク管理についての内容になっております。「健康」に関する有益な内容となっており、その1とその2両方の受講をお勧めします。</p> <p>⑤ 口コミチェック ⑥ 海浜セラピー実践論 ⑦ 海浜セラピーモデル基地 ⑧ 安全管理</p>			

■講座 No.2 プレイバックシアター入門：コミュニケーションを学ぶ新しい形

会場：4号館1階 4102室

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	7月1日（土） 10:00～13:00	<p>●プレイバックシアターの体験</p> <p>即興劇を演じるために必要なウォームアップエクササイズとして、ゲームなどを行います。続いて、簡単なストーリーを即興で演じる練習をします。</p>	<p>県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 教授 吉川 ひろみ 他</p>	<p>定員：20名</p> <p>対象者： 小学生以上 ※第1回（午前）だけ、第2回（午後）だけの参加も可能</p>	<p>動きやすい靴と服装でお越しください</p> <p>昼食は各自ご持参ください</p> <p>※構内の売店食堂等が休みのため</p>
	14:00～17:00	<p>●ストーリーからの学び</p> <p>具体的な日常経験をストーリーとして語り、即興劇として演じます。即興劇を見るだけの参加のみも可能です。</p>			

■講座 No.3 子どもたちへの地域での発達支援

会場：1号館1階1101大講義室

回	日時	内容	講師	定員・対象者
1	7月7日(金) 19:00~20:30	●地域ネットワークによる発達支援 発達外来と三原地域の発達支援との協働体制について、現状と今後の展望についてお話しします。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 教授 林 優子	定員：100名 ※駐車場の台数に限りがありますのでご注意ください。乗り合わせる・公共交通機関の使用などのご協力をお願いします。 対象者： 発達に課題のある子どもの支援に関わる保護者や医療・保健・福祉・教育関係者等
2	7月28日(金) 19:00~20:30	●三原市における療養施設の現状と課題 乳幼児期から学齢期の支援について、現状を包括的に紹介し、今後の課題について一緒に考えていきます。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 助教 山西 葉子	
3	8月25日(金) 19:00~20:30	●教育委員会・教育現場からの支援の現状と課題 学齢期における教育機関と地域支援の連携体制について、現状と今後の課題を一緒に考えていきます。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 准教授 古山 千佳子	
4	9月15日(金) 19:00~20:30	●家族に対する支援の現状と課題 家族に対する地域での発達支援について、保護者と支援者の立場からお話ししてもらい、今後の地域における支援の充実に向けて総合的に考えます。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 講師 吉岡 和哉	

■講座 No.4 脳と身体のいきいきトレーニング～認知症予防講座～

会場：4号館2階4204 講義室

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	7月15日(土) 13:00~14:00	●運動しながら脳を鍛えよう 運動しながら脳を鍛える「コグニサイズ」の紹介と体験をとおして、早期予防活動の重要性を知って頂きます。	県立広島大学保健福祉学部 理学療法学科 助教 高宮 尚美	定員：30名程度	体験も含まれますので、動きやすい服装で、飲み物やタオル等をご持参ください。
	14:10~15:10	●アミューズメントで脳のアンチエイジング 駆け引きや興味、好奇心を刺激するような、アミューズメント機器を利用した認知症予防教室について紹介します。	県立広島大学保健福祉学部 理学療法学科 教授 飯田 忠行		
	15:20~16:20	●認知症と生活習慣病 認知症の発病には生活習慣が関連しています。その生活習慣を知り、改善することで予防につなげましょう。	県立広島大学保健福祉学部 理学療法学科 教授 原田 俊英		

■講座 No.5 精神科・精神看護について

会場：4号館1階4103 講義室

回	日時	内容	講師	定員・対象者
1	7月29日(土) 10:00~12:00	●精神疾患の基礎知識 精神疾患の基礎知識と看護についてテキストに基づいて講義します。 統合失調症の看護について、うつ病の看護についてなど主な疾患の看護についてお伝えします。	県立広島大学保健福祉学部 看護学科 准教授 井上 誠 助教 近藤 美也子 他	定員：30名程度 対象者： 中学生からどなたでも受講可能 ※1日のみの受講も可能
2	8月5日(土) 10:00~12:00	●精神科におけるメンタルヘルス・ストレス対策 精神看護におけるメンタルヘルス・ストレス対策について研究調査結果からどのようなメンタルヘルス対策が必要なのか考えてみたいと思います。		
3	8月19日(土) 10:00~12:00	●精神科・精神看護の地域包括支援等について 最新の精神看護退院支援・地域看護について病院スタッフも含めてご講義いたします。		
4	9月2日(土) 10:00~12:00	●精神科・精神看護について 精神看護の1日の流れに沿って、看護師と患者さま、ご家族のやりとりを中心にお互いに向き合って、時にはつまずきながら前に進んでいく姿や精神疾患を抱える患者様やご家族の思いなどエピソードを交えて紹介します。三原病院看護師との共同実施予定です。		

■講座 No.6 すこやか子育て講座

会場：4号館1階4102室

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	9月14日(木) 10:00~11:00	●子どもの食事 離乳食の進め方を含め、子どもの食生活を調えるポイントをご紹介します。その後、育児相談に応じます。	県立広島大学保健福祉学部 看護学科 助教 土路生 明美 助教 鴨下 加代 助手 伊藤 良子 助手 堀垣内 優子 県立広島大学保健福祉学部 人間福祉学科 講師 西村 いづみ	定員：10組 対象者： 概ね0～3歳の子どもとその保護者 ※第2回のベビーマッサージは、0歳児の子どもと保護者のみの参加になります。 ※ベビーマッサージ以外、ご兄弟姉妹同伴でご参加いただけます。	※申込期限 参加講座の1週間前 ※申込時に、参加講座、お子様の年齢、ご兄弟姉妹同伴の有無をお知らせください。 ※1日のみの受講も可能
2	9月28日(木) 10:00~11:00	●ベビーマッサージ オイルを用いたベビーマッサージをします。 ※この回のみ、歩く前の0歳のお子様と保護者が対象です。			
3	10月19日(木) 10:00~11:00	●子どもの排泄～おむつはずしなど～ おむつはずしや便秘など、子どもの排泄に関する対応をご紹介します。その後、育児相談に応じます。			
4	10月26日(木) 10:00~11:00	●子どものスキンケア 健康な肌を守るための、毎日のスキンケアについてをご紹介します。その後、育児相談に応じます。			
5	11月9日(木) 10:00~11:00	●子どもが病気の時のホームケア 病気により発熱や嘔吐などの症状がある時のホームケアについてをご紹介します。その後、育児相談に応じます。			

■講座 No.7 “いい感じ”の自分とこころの健康づくり

会場：4号館1階4102室

回	日時	内容	講師	定員・対象者
1	9月27日(水) 19:00~20:30	●“いい感じ”の自分と元気に役立つ道具箱 こころの健康とケアやマネジメントについて考えるために元気行動回復プランをご紹介します。「“いい感じ”の自分とは?」、「自分の元気に役立つ道具は何か?」を考えます。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 助教 西村 玲子	定員：15名 対象者： こころの健康に関心や元気回復行動プラン(WRAP)に興味がある方。主に一般の方を対象としています。 ※考えることや参加者との交流が多くなりますが、気軽にご参加ください
2	10月11日(水) 19:00~20:30	●“いい感じ”の自分でいるために 「自分にとっての“いい感じ”とは何か?」とそのためのプランについて考えます。		
3	10月25日(水) 19:00~20:30	●サインと“いい感じ”の自分のためのケアマネジメント “いい感じ”に乱れを生じさせるかも知れない状況や出来事(引き金や注意サイン)や“いい感じ”を保ち、自分を大切にするためのプランを考えます。		

■講座 No.8 園芸福祉講座 2017

会場：4号館1階4103講義室(10/27)

※10/28の集合場所については1回目の講座の終了時にお伝えします

回	日時	内容	講師	定員・対象者
1	10月27日(金) 18:30~19:30	●園芸福祉の基本 植物との触れ合いが私たちの心身や社会にもたらす多様な効果について、講義を通して学びます。	県立広島大学保健福祉学部 人間福祉学科 准教授 永野 なおみ	定員：20名
2	10月28日(土) 13:00~14:30	●園芸福祉の基本 各自でテーマを決めて、小さな寄せ植えを作ります。苗と共に、鉢を彩る飾りも工夫します。 ※2回目は、汚れてもよい動きやすい服装・靴でご参加ください。軍手と作品を持ち帰るための大きな袋をご持参ください。	県立広島大学 名誉教授 大塚 彰	対象者： どなたでも

■講座 No.9 小早川隆景の家臣たち

会場：4号館6階4602講義室

回	日時	内容	講師	定員・対象者
1	11月1日(水) 13:00~14:30	●乃美宗勝 乃美宗勝は軍事面で常に隆景を支えた重臣です。乃美家の系譜と宗勝の活躍についてお話しします。	県立広島大学人間文化部 国際文化学科 教授 秋山 伸隆	定員：40名 対象者： どなたでも ※駐車場の台数に限りがありますのでご注意ください。乗り合わせる・公共交通機関の使用などのご協力をお願いします。
2	11月15日(水) 13:00~14:30	●井上春忠 井上春忠は、隆景の率行人として活躍しますが、隆景死後、出奔します。波乱に満ちた春忠の生涯を辿ります。		
3	11月29日(水) 13:00~14:30	●鶴飼元辰 猿楽役者の鶴飼元辰は、隆景の側近として活躍しますが、隆景死後、毛利輝元に討たれました。元辰の悲劇を語ります。		



夏休み 特別講座

(全7講座)



■講座 No.10 高校生のためのプレママプレパパ教室

会場：4号館3階4320演習室(集合場所) 他

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	7月22日(土) 9:45~12:10	①命の誕生を学びましょう ヒトの命の誕生について講義・映像等を通して学びます。 ②赤ちゃんについて学びましょう 赤ちゃんの特徴について学びます。 ③育児疑似体験をしましょう 赤ちゃんの人形を使って育児疑似体験をしてみます。	県立広島大学保健福祉学部 看護学科 准教授 日高 陵好 助手 伊藤 良子 他	定員：15名程度 対象者： 高校生	※申込期限7/19 筆記用具を持参の上、動きやすい服装でお越しください。
2	7月23日(日) 9:45~12:10	④赤ちゃんって？育児って？触れ合い体験をしましょう 実際に育児とはどういうことか、お母さんやお父さんと赤ちゃんに触れ合っ			

■講座 No.11 親子で参加！子どもとスリムラボ

会場：4号館1階4103講義室(集合場所) 他

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	7月23日(日) 13:30~15:00	●今の生活スタイルって太りやすいの？ 現代の社会環境は太りやすい要因が多くあると言われています。 そこで子どもを中心に普通の生活が体にどのような影響を及ぼす可能性があるかお話しします。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 講師 吉岡 和哉	定員：3~10組 対象者： (太った)体型が気になる 小学生とそのご家族	連続受講をお勧めします。 体を動かすので、着替えやタオル、水分補給できるものを持参してください。
2	8月6日(日) 13:30~15:00	●子どもの太りすぎがナゼいけないの？ 太ることで運動への意欲や気持ちへの影響、病気について、一緒に考えていきたいと思います。			
3	8月20日(日) 13:30~15:00	●子どもといっしょに生活を考えてみよう！ 生活の中で取り組める具体的な方法について、考えてみましょう。			

■講座 No.12 オンリーワン工作~自由に楽しく作ろう~

会場：3号館2階3203実習室(集合場所) 他

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	7月27日(木) 10:00~12:00	●作るものを考えよう 自分が作りたいものとそれに必要な道具・材料を考えます。例えば、陶芸、木工、革細工、裁縫などができます。次回までに各自で材料を準備します。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 講師 高木 雅之	定員：30名 ※駐車場の台数に限りがありますのでご注意ください。乗り合わせる・公共交通機関の使用などのご協力をお願いします。 対象者： 幼児・小学生 ※保護者同伴可	※連続受講をお勧めします ※筆記用具とのりと初回にお渡しする記録用冊子を毎回持ってきてください。
2	8月3日(木) 10:00~12:00	●作り始めよう 各自が準備してきた材料を使って、工作を始めます。			
3	8月10日(木) 10:00~12:00	●続きを作ろう 前回の工作の続きを行います。1つ目の作品が完成した人は次の作品に挑戦します。			
4	8月17日(木) 10:00~12:00	●完成させよう 前回の工作の続きを行い、作品を完成させます。			

■講座 No.13 親と子どもの意見、主張の違いを体験し、受容する

会場：4号館1階4102室

回	日時	内容	講師	定員・対象者
1	8月2日(水) 10:00~12:30	●親と子どもの意見、主張の違いを体験し、受容する 携帯電話の所持、家庭におけるゲームの時間、就寝時間などから子どもと親では意見が異なることがしばしばあります。この講座では、日常生活の様々な場面で親はどう思っているか、子どもはどう感じているかをワークショップ形式でそれぞれの立場で意見を出し合って相互理解と意見を求めていきたいと思えます。子どもたちによるワークショップによって自発的な意見やルールづくりなど新たな発想や意見を引き出すことを目的としています。	県立広島大学保健福祉学部 人間福祉学科 教授 田中 聡子	定員： 親子で30名まで 対象者： 小学3年生以上の 子どもと親

■講座 No.14 おもしろぶつり実験

会場：2号館4階2408実習室

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	8月18日(金) 14:00~15:30	●はく検電器を作って静電気を調べよう いろいろな物が帯びている静電気をはく検電器を使って調べてみましょう。分かりにくい電気の正体が見えてくるでしょう。	県立広島大学 三原学術情報センター 講師 中村 悟 県立広島大学生命環境学部 環境科学科 教授 加藤 一生	定員：20名 対象者 小学校3~6年 ※保護者同伴可	※2回(8/21)は、 30cm程度の定 規と電卓を持参し てください。
2	8月21日(月) 14:00~15:30	●太陽・惑星系おもしろ散歩 太陽・惑星系の配置模型や各星の大きさ比較模型などをみんなで手作りして、惑星間を散歩しましょう。	県立広島大学 三原学術情報センター 講師 中村 悟 県立広島大学 名誉教授 岩谷 和夫		

■講座 No.15 あつまれ！ナースのたまご！

会場：4号館1階4102室

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	8月18日(金) 10:00~12:00	●自分のからだのことを知ろう！ 自分の“からだ”について学びます。また、体温計や聴診器を使った体調確認の方法を学び、体験をします。	県立広島大学保健福祉学部 看護学科 講師 渡辺 陽子 助教 鴨下 加代	定員：20組 対象者： 小学校1~3年と 保護者	※申込期限 7/31 ※1日のみの受講も可能 ※動きやすい服装でお越し ください。
2	8月25日(金) 10:00~12:00	●赤ちゃんが高齢者について知ろう！ 赤ちゃんの人形などを使って、生命の誕生やお世話の仕方を学びます。 高齢者体験スーツを着て動く等の体験を通して、高齢者の“からだと心”について学びます。	助教 土路生 明美 助手 伊藤 良子 助手 堀垣内 優子		※対象以外のご兄弟姉妹の 同伴も可(未就学児の同伴 についてはご遠慮くださ い。)

■講座 No.16 “身体を動かす「筋肉」について知ろう”

会場：4号館1階4102室

回	日時	内容	講師	定員・対象者	備考
1	8月9日(水) 9:00~10:20	●“筋肉”はどう見えるの？ 身体にはたくさんの筋肉があり、それぞれが役割を持っています。ここでは、筋肉がどのような構造をしているかを観察してみましょう。	県立広島大学保健福祉学部 看護学科 教授 津森 登志子	定員：10名 対象：小中学生	※2コマ目では、自分の身体(腕と足)の筋肉の働きの観察のため手足を出しやすい服装でお越しください。なお、筋肉の働きを知るために電極(シール)を腕や足に貼りますが、痛みはありません。
	8月9日(水) 10:30~12:00	●“筋肉”はどう動くの？ 身体にはたくさんの筋肉があり、それぞれが役割を持っています。ここでは、自分の筋肉がどのような時に働くかを試してみましょう。	県立広島大学保健福祉学部 作業療法学科 教授 森 大志	(小学生は保護者の同伴をお願いします)	

全講座の会場は、県立広島大学三原キャンパス（三原市学園町1-1）の講義室にて開催いたします。

お申込み方法

先着順

事前申込制

受講料無料

I 下記の内容をご記入の上、E-mail，FAX，ハガキ，窓口（下記お申し込み・お問い合わせ先）のいずれかの方法でお申し込みください。※お電話でのお申し込みは受け付けておりません。

- ① 講座 No と 講座名
- ② 住 所（郵便番号含む）
- ③ 氏 名（ふりがな） ※受付時に確認させていただきますので必ずふりがなをお願いします。
- ④ 職 業（学生の方は学年）
- ⑤ 連絡先（TEL，FAX，携帯電話番号，E-mail アドレス）

※複数人お申し込みの際には、受講希望者全員のお名前を記入し、住所、連絡先は代表者の方のみご記入ください。

●先着順で、定員になり次第、締め切らせていただきます。

なお、定員に達した場合に限り、受講できない方についてはお電話またはE-mailでご連絡します。

また、大学ホームページ上へも締め切りになった講座については通知いたします。

●少人数の場合、開講しない場合がありますので、ご了承ください。

●お申し込みは、原則開催日の前々日までとさせていただきますが、講座によっては申込期限が決まっているものもありますのでご注意ください。

●天候不良の場合はやもえず講座を中止する場合がありますのでご了承ください。

※講座中止の連絡通知ができない場合もございます。交通に支障をきたす天候の場合は、原則講座は中止となることがあります。

II 三原地域連携推進協議会のホームページ <http://www.mhr-cci.org/renkei/> から申し込みます。

お申込み・お問い合わせ先

〒723-0053 三原市学園町1-1 県立広島大学三原キャンパス内 三原シティカレッジ係

E-mail: mrenkei@pu-hiroshima.ac.jp

FAX: (0848) 60-1134 TEL: 直通 (0848) 60-1200 代表 (0848) 60-1120

※お電話での申込み受付はしておりません。E-mail，FAX，ハガキ，窓口でお申し込みください。

※お申し込みに伴う個人情報は適切に管理し、三原シティカレッジ以外に使用いたしません。

アクセス (県立広島大学三原キャンパス)

<バス>

JR三原駅南口 バス5番乗り場から
芸陽バス「頼兼線」に乗車(約15分)
「県立広島大学」(終点)で下車



■お車でお越しの方へ

- 駐車場の収容台数には限りがございます。(第1駐車場、噴水前、または第2駐車場) なるべく公共交通機関をご利用いただけますよう、お願いいたします。

