K3 世界遺産から学ぶ国際社会の多様性

国際関係

地球上に存在する様々な自然環境の中で、人類はそれぞれの価値観や文化を育んできました。世界遺産とは、自然と文化の多様性を次世代に引き継ぐために登録される物件です。世界遺産を通して、多様であることの重要性を考えていきます。

●講　師	目黒 正武（NPO 法人世界遺産アカデミー客員研究員）		
●日時・曜日	土曜日　10：30～12：30（9月7日は7：00～17：00）		
5/25	世界遺産とは ―世界遺産の基礎知識とユネスコエコパーク―		
6/8	アメリカ大陸の特徴 ―南北に広いアメリカ大陸の自然環境―		
6/22	アメリカ大陸の価値観 ―北中南米の先住民文化―		
7/6	ヨーロッパ大陸の特徴 ―森林の消滅と再生―		
7/20	ヨーロッパ文明の原点 ―ケルト人とホモ・サピエンス―		
8/24	ヨーロッパの発展 ―アルプスを越えた地中海文明―		
9/7	現地研修 ―国立歴史民俗博物館（千葉県佐倉市）―		
9/21	アジアの自然環境 ―地球の歴史が実感できる山と大地―		
10/5	中国文明の特徴 ―中国三大宗教の世界遺産―		
10/19	インドの価値観 ―仏教とヒンドゥー教―		
●受講料	5,000 円・現地研修費 6,000 円（交通費・施設入場料含）		
●定　員	40 名	●会　場	県北生涯学習センター・現地

K4 脳とこころと人工知能
～長寿社会を豊かに生きるために～

社会・教育福祉

年を重ねたからこそ得られる能力があります。中年期以降の、脳とこころの変化について学びましょう。そして、近年よく耳にする「人工知能」は、これからの長寿社会に何をもたらしてくれるのでしょうか。ふたりの若き研究者が紐解きます。

●講　師	岩﨑 眞和（茨城キリスト教大学生活科学部 心理福祉学科 助教） 國見 充展（茨城キリスト教大学生活科学部 心理福祉学科 講師）		
●日時・曜日	日曜日　10：00～12：00		
6/23	こころの発達① ～第２の思春期 中年クライシス～	岩﨑 眞和	
6/30	知能とは何か？ ～脳研究最前線～	國見 充展	
7/7	知能の加齢変化 ～変化するもの しないもの～	國見 充展	
7/14	人工知能って？ ～人工知能の過去・現在・未来～	國見 充展	
7/21	こころの発達② ～実りある老年期に向けて～	岩﨑 眞和	
●受講料	3,000 円		
●定　員	30 名	●会　場	県北生涯学習センター

K5 明治の園芸から最新の都市緑化まで
～植物の力を生活に生かす知恵～

産業技術科学

人々はなぜ、様々な生活場面で草花や樹木を植えるのでしょう。そんな素朴な疑問に答えを出すために、花や緑のもたらす効果や、それらを活用した取り組みを学びます。

近藤 三雄 先生 日産スタジアムにて

●講　師	近藤 三雄（東京農業大学 名誉教授）		
●日時・曜日	土曜日　13：30～15：30（6月15日は7：30～19：00）		
6/1	植物の秘めた力を人々の生活に役立てる知恵と効用		
6/8	逸話満載「明治の園芸」その立役者は大隈重信		
6/15	現地研修 都市における緑づくりの対極を見て学ぶ（東京都目黒区）		
6/22	屋上緑化 その最高峰は黄門様ゆかりの「西山荘の芝棟」		
6/29	花と緑 話の玉手箱 ―2020 東京五輪、そして茨城魅力度アップ！		
●受講料	3,000 円・現地研修費 8,500 円（交通費・昼食代含）		
●定　員	30 名	●会　場	県北生涯学習センター 現地（目黒十五庭・目黒天空庭園・明治神宮）

K6 東南アジアの現状を知ろう

国際関係

東南アジアから日本に来て、働いている人は少なくありません。それぞれの国の文化や政治的・経済的背景を学びましょう。各国の魅力や課題、日本との関わりなどを５人の専門家が概説します。

●講　師	独立行政法人日本貿易振興機構（ジェトロ）アジア経済研究所		
●日時・曜日	木曜日　13：30～15：30		
7/4	インドネシア：多民族・多宗教社会と共生への挑戦	川村 晃一	
7/11	経済成長を続けるカンボジアの行方	初鹿野 直美	
7/18	ヒトが資源のフィリピン	鈴木 有理佳	
7/25	「刷新」の刷新に挑むベトナム	石塚 二葉	
8/1	マレーシア：多民族共生の歴史	中村 正志	
●受講料	3,000 円		
●定　員	30 名	●会　場	県北生涯学習センター

K7 バランス感覚！　トランポリン
～バランスボール運動で体幹もバッチリ！～

環境健康

「５分間跳ぶだけでジョギング 1km と同じ」とも言われるトランポリン。正しい使い方を学んで、楽しく効果的なエクササイズをしましょう。

トランポリン・バランスボール
お持ちの方はご持参ください。

●講　師	鈴木 晶子（NPO 法人ファミリートランポリンクラブ理事長）		
●日時・曜日	日曜日　13：30～15：30		
6/9	バランス感覚の重要性 ―トランポリンの効果と注意点		
6/23	はずんで 伸ばして ―転ばぬ先の体幹づくり		
7/14	リズムに合わせてトランポリン・バランスボール		
7/28	いつでもどこでもトレーニング ―小物を使う・寝ながらする体操		
8/4	運動を続けて行うために ―ポジティブに生きる		
●受講料	3,000 円　トランポリン・バランスボール購入希望の方は、申込みの際その旨明記してください。（両方で 8,000 円程度）		
●定　員	30 名	●会　場	県北生涯学習センター

トランポリン（直径 92cm 荷重 80kg）バランスボール（直径 65cm）
ご自身で購入をお考えの方はこちらをご用意ください。

K8 自分で伸ばそう 健康寿命
～身体と心のスマート・エイジング～

環境健康

世界最高レベルの平均寿命を誇る日本。しかし、健康寿命はどうでしょう。生活の質を保ち、さらに向上するために、食生活・運動・休養をどのように工夫して生活したら良いか、身体と心の両面から考えます。

※昨年度までの講座のフォローアップ内容ではございません。よろしくご了承ください。

●講　師	茨城キリスト教大学 看護学部		
●日時・曜日	木曜日　13：00～15：00		
5/23	スマート・エイジングのための食生活のポイント	辻　容子（教授）	
6/6	がんと向き合うための参療を目指して ～がんになっても安心して暮らせる「いばらき」を目指して～ 参療：一般の人が医療に参加すること	原島 利恵（准教授）	
6/13	夏のスマート・エイジング対策 ～食中毒予防と清潔管理～	中野 禎久（准教授）	
6/20	健康寿命って？ ～わたくしたちの健康づくり～	若林 千津子（講師）	
6/27	スマート・エイジングのためのメンタルヘルス ～老年期うつ病にならないために～	栗原 加代（教授）	
●受講料	3,000 円		
●定　員	30 名	●会　場	茨城キリスト教大学

K9 心の不思議 ～無心の境地、こだわる気持～

社会・教育福祉

夜なかなか寝つけないとき、頭の中をいろいろな思いが駆け巡る、という経験はありませんか？　雑念を追い払い、仙人のような無心の境地になれたら……。けれど、こだわりこそが自分の証かもしれません。思い通りにならない心の不思議を、５人の研究者が読み解きます。

●講　師	茨城キリスト教大学　心理福祉学科・児童教育学科		
●日時・曜日	水曜日　10：00～12：00		
8/7	マインドフルネスを取り入れた暮らし	藤原 善美（助教）	
8/21	こだわりの深層心理	富樫 ひとみ（教授）	
8/28	こだわる不安 / こだわらない安心	黒澤　泰（講師）	
9/4	注意のさまよい―マインドワンダリング―	國見 充展（講師）	
9/11	深い学びをもとめて	立木　徹（教授）	
●受講料	3,000 円		
●定　員	30 名	●会　場	茨城キリスト教大学

K10 English Conversation -I-

国際関係

In this course,we will follow a beginner/intermediate task-based textbook. We will focus mostly on communication in casual contexts.

（初級・中級者向けのテキストに沿って授業を行います。基本的には日常的な場面での会話学習に重点を置いて学習していきます）

●講　師	Stephens,M.Patrick （茨城キリスト教大学文学部 現代英語学科　准教授）		
●日時・曜日	火曜日　10：00～12：00		
5/21	Unit 1　Self Introductions（自己紹介しましょう）		
5/28	Unit 2　Other People : What is friendship?（友達ってなんだろう?）		
6/4	Unit 3　Abilities : Things people can and can't do（これ、できる? できない?）		
6/11	Unit 4　Routines : Busy schedules of today（あなたの１日を教えてください）		
6/18	Unit 5　Stories : Telling what happend（このあと、どうなる?）		
6/25	Unit 6　Food : Things you love, things you hate（好きな食べもの、嫌いな食べものは?）		
7/2	Unit 7　Art Attack : Describing people（どんな人に見える?）		
7/9	Unit 8　Hobbies : Free time（趣味について話してみよう）		
7/16	Unit 9　Suggestions : Describing places（どこかおススメの場所はありますか?）		
7/23	Unit10　Work : What do you do?（様々な職業について話してみよう）		
●受講料	5,000 円・テキスト代 別途		
●定　員	30 名	●会　場	茨城キリスト教大学