

# 外国語講座

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>01</b>            [ 秋 ]</p> <p><b>初級英会話講座</b></p> <p>中村奈美 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>日本人の英語学習者向けに作成された英会話テキストを使い、日常の場面に応じたターゲットフレーズを繰り返し使うことで、場面に応じたフレーズが言えるようになります。日本人が苦手としている発音やフレーズなどを意識して練習します。徐々に英語で話す量を増やすように授業を進めていきます。</p> <p>レベル: 初級から中級、語彙数は 2000 語程度</p> <p>[テキスト] 「Hi! おとな English vol.2」 初級英語学習者向け 英会話テキスト</p> <table border="1" data-bbox="1379 696 1781 949"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (テキスト代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 6,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>[時間] 木曜日 14:40~16:10</p> <p>[日程] 11/28・12/5・12/12・12/19 (全6回) 1/9・1/16</p>	受講料 (テキスト代込)		一般	: 6,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 5,400 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 5,400 円
受講料 (テキスト代込)													
一般	: 6,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 5,400 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 5,400 円												
<p><b>02</b>            [ 冬 ]</p> <p><b>初めてのEメール英作文</b></p> <p>鉄井孝司 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>今、英語でコミュニケーションをとる場面の多くはEメールを書くことかもしれません。簡単なメール文を書く練習をすることで、もっと長い文章を書いたり、日常での平易な英文を話したりすることにも役立ちます。この講座ではいくつかのテーマに沿って典型的なメール文の作成練習を行います。</p> <p>第1回 自己紹介 第2回 感謝の気持ちを述べる 第3回 応援する 第4回 お祝を述べる 第5回 心配の気持ちを表す</p> <table border="1" data-bbox="1379 1306 1781 1558"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>[テキスト] プリントで行います。</p> <p>[時間] 水曜日 18:30~20:00</p> <p>[日程] 12/4・12/11・12/18・1/8・1/15 (全5回)</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 4,500 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 5,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 4,500 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 4,500 円												
<p><b>03</b>            [ 冬 ]</p> <p><b>Fun, friends, and simple English</b></p> <p>Beginner level</p> <p>アンドリュー イネス (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>We will study basic English through various activities. The teacher will try to create an atmosphere where everybody has a chance to talk, and practice listening skills too. The class material will change each week, and we will study English through a variety of topics and themes. Students are welcome to speak as much or as little as they like - everybody is welcome!</p> <p>[テキスト] プリントで行います。</p> <table border="1" data-bbox="1379 2162 1781 2414"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 8,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 7,200 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 7,200 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>[時間] 月曜日 16:45~18:15</p> <p>[日程] 1/20・1/27・2/3・2/10 (全8回) 2/17・3/2・3/9・3/16</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 8,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 7,200 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 7,200 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 8,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 7,200 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 7,200 円												

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程								
<p><b>04</b>           〔冬〕</p> <p><b>Interesting topics from around the world</b></p> <p><b>Intermediate level</b></p> <p>アンドリュー イネス (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>We will do various listening activities, small group speaking and discussion activities, some English games and new phrases. Students will have a chance to discuss the topic in small groups, and there will be some activities based on the lessons topic to increase vocabulary, improve grammar, and provide lots of speaking practice.</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 月曜日 18:30~20:00 〔日程〕 1/20・1/27・2/3・2/10 (全8回) 2/17・3/2・3/9・3/16</p> <table border="1" data-bbox="1379 587 1785 834"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 8,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 7,200 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 7,200 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 8,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 7,200 円	在学生等	: 7,200 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 8,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 7,200 円								
在学生等	: 7,200 円								
<p><b>05</b>           〔冬〕</p> <p><b>声に出して読む中国語 (故事成語の物語を読む)</b></p> <p>田村 祐之 (人間社会学群 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>今回の「声に出して読む中国語」講座は、中国のさまざまな故事成語のもととなった物語を読みませう。故事成語はその名の通り、いろいろな故事をもとにしてできた、教訓のことばです。もととなった故事には歴史的エピソードあり、漢詩あり、寓話あり、学問的エピソードありと、さまざまな種類があります。それらの物語を読むことで、ふだん何気なく使っている故事成語の背景をより深く理解することができるでしょう。有名な故事成語のもとになった物語を、中国語で声に出して読んでみませう。</p> <p>第1回 歴史から生まれた故事成語①-「臥薪嘗胆」「完璧」など 第2回 歴史から生まれた故事成語②-「吳越同舟」「白眉」など 第3回 漢詩から生まれた故事成語-「捲土重来」「杜撰」など 第4回 寓話から生まれた故事成語-「朝三暮四」「杞憂」など 第5回 学問から生まれた故事成語-「温故知新」「压卷」など</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 火曜日 18:30~20:00 〔日程〕 1/21・1/28・2/4・2/18・2/25 (全5回)</p> <table border="1" data-bbox="1379 1539 1785 1786"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円	在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 5,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円								
在学生等	: 4,500 円								
<p><b>06</b>           〔秋〕</p> <p><b>韓国の童話を読もう</b></p> <p>石塚 由佳 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>お隣の国、韓国の童話には、日本の「こぶとり爺さん」のように非常に似通ったお話や、わずか 100 年ほど前まで韓国で生息していたとされる虎の話が多くみられます。今も韓国の子どもたちに親しまれている童話を通して、韓国の文化や韓国語の音の世界を一緒にのぞいてみませうか。韓国語の文字が読めない方でも大丈夫です。毎回の授業で短いお話を 1 作品ずつ、一緒に楽しんでみませう。</p> <p>第1回 「こぶとりじいさん」 第2回 「トラと干し柿」 第3回 「孝行娘シムチョン」 第4回 「赤い扇青い扇」 第5回 「ウサギとトラ」</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 木曜日 10:40~12:10 〔日程〕 10/10・10/24・11/7・11/21・12/5 (全5回)</p> <table border="1" data-bbox="1379 2197 1785 2444"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円	在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 5,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円								
在学生等	: 4,500 円								

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>07</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>原文で読む韓国文学</b></p> <p>文    春 琴       (人間社会学群 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>原文で韓国文学を読む手引きとして、「現代詩」の和訳と朗読を通して韓国文学の鑑賞を試みます。</p> <p>毎回の講座では、詩の言葉を理解したうえでリーディングとリスニングを通して韓国語の正確な発音とリズム感を習得することに主眼を置きながら原文を読むコツをつかむ練習をします。受講者の皆さまには韓国の現代詩を通して、韓国人の情緒と韓国文学の香りにも触れる機会になることを願っています。</p> <p>第1回 声に出して読みたい韓国現代詩Ⅰ 第2回 声に出して読みたい韓国現代詩Ⅱ 第3回 声に出して読みたい韓国現代詩Ⅲ 第4回 声に出して読みたい韓国現代詩Ⅳ 第5回 声に出して読みたい韓国現代詩Ⅴ</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時 間〕 月曜日 14:40～16:10 〔日 程〕 11/11 ・ 11/18 ・ 11/25 ・ 12/2 (全5回)       12/9</p> <table border="1" data-bbox="1379 688 1785 935"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一 般	: 5,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 4,500 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)													
一 般	: 5,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 4,500 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 4,500 円												
<p><b>08</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>スペイン語の世界</b></p> <p>大 谷   アリシア       (獨協講座 担当講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>初級クラスを終了した方、または以前スペイン語を学習し、初歩的な会話と聞き取りができる方を対象とした講座です。独学で勉強された方も歓迎します。</p> <p>スペインや中南米諸国の祭り、食文化、習慣を通して、スペイン語の簡単な会話の練習をします。</p> <p>第1回 スペインのトマト祭り 第2回 スペイン、カディスのカーニバル 第3回 アルゼンチンのカーニバル 第4回 メキシコの祭り、死者の日 第5回 スペインのバル 第6回 ペルーの食文化 第7回 アルゼンチンの食文化 第8回 南米パラグアイ、ウルグアイ、アルゼンチンのマテ茶</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時 間〕 木曜日 18:30～20:00 〔日 程〕 10/10 ・ 10/17 ・ 10/24 ・ 10/31 (全8回)       11/7 ・ 11/14 ・ 11/21 ・ 11/28</p> <table border="1" data-bbox="1379 1682 1785 1929"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 8,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 7,200 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 7,200 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一 般	: 8,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 7,200 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 7,200 円
受講料 (プリント代込)													
一 般	: 8,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 7,200 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 7,200 円												



# 教 養 講 座

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程								
<p><b>09</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>人間理解のための心理学 ～人間らしさ・自分らしさを 活かす心理学～</b></p> <p>島 崎 保 (医療保健学部 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>心理学は興味深い学問ですが、まだまだ発展途上の学問でもあります。私たちが人間(そして自分自身)を知るために心理学を活かそうとする時に必要な基本的な知識と視点について、人間性心理学の最近の動向(進化心理学等)を踏まえながらお話しします。</p> <p>そして心理学の利点と落とし穴についても併せて取り上げる予定です。</p> <p>第1回 心理学の光と陰 第2回 人間らしさとは 第3回 自分らしさとは 第4回 社会の中の人間 第5回 人間学への試み</p> <table border="1" data-bbox="1379 696 1779 946"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時 間〕 月曜日 13:00～14:30 (全5回) 〔日 程〕 9/30・10/7・10/21・10/28・11/11</p>	受講料 (プリント代込)		一 般	: 5,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円	在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)									
一 般	: 5,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円								
在学生等	: 4,500 円								
<p><b>10</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>青年期を振り返って “青年の心理を知る“</b></p> <p>平 岡 清 志 (人間社会学群 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数6人) 開講場所: 大学</p>	<p>若いときを思い出し、今までの人生を振り返るのもいいでしょう。今の若い人の苦しみを理解するのもいいかもしれない。年配の受講生にとっては、自分の成長過程を振り返り、自己理解を深める。中堅の受講生にとっては、青年の心理を理解し、青年期の心理状態を理解し、青年の苦しみや世間の事件等を理解する。青年期の人には、「己を知り、青年期を知る」、そして青年期の諸問題に向かっていき、強い自我を確立していく。みんなで青年の心理を理解し、青年を支援していこう。</p> <p>第1回 青年期とは 疾風怒濤の時代 青年期的現象の原因 第2回 青年期の心理的特徴(理論)①シュプランガー、レヴィン、エリクソン 第3回 青年期の発達課題 心理・社会的モラトリアム 第4回 青年期の身体発達 概括的特徴 身長、体型 第5回 発達加速現象 成長加速現象 成熟前傾現象 最近の事件</p> <table border="1" data-bbox="1379 1605 1779 1854"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時 間〕 月曜日 14:40～16:10 〔日 程〕 9/30・10/7・10/21・10/28 (全5回) 11/11</p>	受講料 (プリント代込)		一 般	: 5,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円	在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)									
一 般	: 5,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円								
在学生等	: 4,500 円								
<p><b>11</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>年金だけでは2000万円 足りない? ～政府報告書を読んで～</b></p> <p>中 久 保 邦 夫 (姫路獨協大学 名誉教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数5人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>「年金だけでは、退職後の生涯費用が2000万円足りない」ことが問題になっています。年金生活者になった私にとっても「ひとごと」ではありません。ニュース等で聞いている限りでは統計上の不適切さもあるようです。そこで、</p> <p>①統計(グラフ)を見る時の常識的に注意すべきこと、 ②報告書の要点[1]、 ③報告書の要点[2]</p> <p>で、簡単になるでしょうけれど、<u>一緒に考えること</u>にしましょう。報告書のコピーは配布しますが、要点(案)は当方で作成します。</p> <p>なお、私の専門は財政学でも社会保障論でもありません。この点はお含みおきください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 2354 1779 2604"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 3,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時 間〕 火曜日 14:00～15:30 〔日 程〕 10/1・10/8・10/15 (全3回)</p>	受講料 (プリント代込)		一 般	: 3,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 2,700 円	在学生等	: 2,700 円
受講料 (プリント代込)									
一 般	: 3,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 2,700 円								
在学生等	: 2,700 円								

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>12</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>心理学基礎講座V</b> <b>ーカウンセリングの基礎ー</b></p> <p>平岡清志 (人間社会学群 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数6人) 開講場所: 大学</p>	<p>カウンセリングの基礎を中心に、対人関係におけるコミュニケーションにおいて大切なこと、いかにストレスを解消し、人間関係を親密なもの(ラポール)にするか、カウンセリングの基礎に重点をおいて、進めていきたい。</p> <p>第1回 カウンセリングとは、グループ・エンカウンター、ブラインドウォーク 第2回 カウンセリング・マインドとは、カウンセリングを行う基本的事項 第3回 コミュニケーションの基本、自我防衛機制 第4回 傾聴的態度と非言語コミュニケーション 第5回 共感性の訓練 第6回 尊敬的態度の訓練 第7回 思いやりの訓練 促進的態度の訓練 第8回 具体性であること 純粹であること 第9回 自己開示の訓練 直面化、即時性の訓練 第10回 怒りへの対応 まとめ</p> <table border="1" data-bbox="1379 661 1779 908"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 10,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 9,000 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 9,000 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 水曜日 14:40~16:10 〔日程〕 10/2・10/9・10/16・10/23・10/30・11/6・11/13・11/20 (全10回) 11/27・12/4</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 10,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 9,000 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 9,000 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 10,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 9,000 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 9,000 円												
<p><b>13</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>写経を学ぶ</b></p> <p>中澤光昭 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>・ 日本で広く親しまれ、仏前で読経されることの多い、般若心経を教材にして、写経の基本的な作法、技能を修得し、写経に親しむ。 ・ 写経の学習を通して豊かな心を養い、書写技能の向上を図る。 ・ 写初心者から体験者まで幅広く、個々の能力に応じた学習をする。</p> <p>第1回 (実技) 小筆に慣れよう (理論) 写経の用具 第2回 (実技) 点画の書き方 (理論) 写経の歴史 第3回 (実技) 扁平な字形 (理論) 写経の意義 第4回 (実技) なぞって書こう (理論) 写経の書式 第5回 (実技) 運筆の速度とリズム (理論) 誤字、脱字の直し方</p> <table border="1" data-bbox="1379 1547 1779 1794"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代・用紙代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 火曜日 10:40~12:10 〔日程〕 10/1・10/8・10/15・10/29 (全5回) 11/5</p> <p>※手本・用紙は、大学で準備します。小筆、墨、硯、文鎮等、または筆ペンを各自持参</p>	受講料 (プリント代・用紙代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 4,500 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代・用紙代込)													
一般	: 5,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 4,500 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 4,500 円												
<p><b>14</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>古寺巡礼</b> <b>~平安時代の名刹を訪ねて</b></p> <p>木村重圭 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>平安時代は約400年続いて、京の都に密教と王朝文化の華を咲かせた。中国へ留学した空海により真言密教が、最澄により天台密教という新しい宗教が伝えられた。空海は東寺や高野山を、最澄は比叡山を開き、その聖地となった。また、都では藤原氏一門の貴族を中心に王朝文化が華々しく展開された時代である。この平安時代の文化の一端を美術を中心に、スライドで視覚的に見ていくこととしたい。</p> <p>第1回 東寺(教王護国寺)ー空海と密教美術 第2回 高野山金剛峰寺ー密教美術 第3回 比叡山延暦寺ー最澄と天台の美術 第4回 平等院鳳凰堂ー藤原氏と王朝文化 第5回 中尊寺金色堂ー奥州藤原氏の文化</p> <table border="1" data-bbox="1379 2211 1779 2458"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 木曜日 13:00~14:30 〔日程〕 10/3・10/10・10/17・10/24・10/31 (全5回)</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 4,500 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 5,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 4,500 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 4,500 円												

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>15</b>           〔秋〕</p> <p><b>改正された相続法</b> (昭和55年以降の大改正)</p> <p>竹橋正明 (人間社会学群教授・弁護士)</p> <p>*定員20人(最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>相続法の見直しが検討され、昨年度には昭和55年度以来の大改正がなされて今年の7月までにそのほとんどが施行されました。このように改正ほやほやの法制度を中心に講義し、受講を通じて、相続が家族の「争続」とならないようにするにはどのようにすべきかを考えてもらいます。</p> <p>講師は、30年以上の弁護士経験で多数の相続事件を扱ってきており、大まかには、6点ある改正点を3回の講義に分けて、具体的な事例を想定して説明をします。</p> <p>第1回 遺言制度の改正点と遺留分制度の見直し 第2回 新設された配偶者居住権とは、生前の自宅贈与はどうか 第3回 遺産分割に関する改正点、新設された特別寄与とはなにか</p> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 木曜日 14:40~16:10 [日程] 10/10・10/24・11/7 (全3回)</p> <table border="1" data-bbox="1379 724 1785 971"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料(プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,000円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 2,700円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 2,700円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料(プリント代込)		一般	: 3,000円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 2,700円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 2,700円
受講料(プリント代込)													
一般	: 3,000円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 2,700円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 2,700円												
<p><b>16</b>           〔秋〕</p> <p><b>参加型ミュージカル</b> <b>「スイミー」</b></p> <p>保田恵莉 (医療保健学部 准教授)</p> <p>*定員20人(最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>80年代から現代までのミュージカルを考える上では、ミュージカルスタイルの変化と、その内容のメッセージ性を中心にその歴史を振り返ると、オスカー・ハマースタイン2世とリチャード・ロジャースによる「回転木馬」、「王様と私」、「サウンド・オブ・ミュージック」などが思い浮かぶが、親しみやすい誰でも口ずさめるような歌とダンスを取り入れ、これらは現在でも上演されるミュージカルとしての生命を保っている。</p> <p>講座では、基礎の動きを知り、お話に取り入れ、こどもの前で演じられる楽しい「参加型ミュージカル」の完成を目指す。</p> <p>第1回 参加型ミュージカルの魅力 第2回 参加型ミュージカル「スイミー」1 第3回 参加型ミュージカル「スイミー」2 第4回 参加型ミュージカル「スイミー」発表とまとめ</p> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 水曜日 13:00~14:30 [日程] (全4回) 10/23・10/30・11/6・11/13 ※動きやすい服装で、筆記用具・水筒をご持参ください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 1388 1785 1635"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料(プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 4,000円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 3,600円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,600円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料(プリント代込)		一般	: 4,000円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 3,600円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 3,600円
受講料(プリント代込)													
一般	: 4,000円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 3,600円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 3,600円												
<p><b>17</b>           〔秋〕</p> <p><b>人物で語る</b> <b>中国の歴史と文化</b> (北宋・遼・西夏篇)</p> <p>田村祐之 (人間社会学群 教授)</p> <p>*定員20人(最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>中国では古代から、幾多の王朝が興亡を繰り返してきました。この興亡の歴史の影には、自国を強くしようとした数多くの政治家や武将、また政治や人々の暮らしをよくしようと尽力したあまたの思想家や学者たちがおり、彼らの生涯や事績について知ることによって、中国の歴史の流れをより深く知ることができるでしょう。本講座では、宋(北宋)による中華世界の再統一と発展、北方の遼(契丹)や西の西夏との関係、金の台頭と北宋の滅亡に至るまでをお話しします。</p> <p>第1回 北宋・遼・西夏時代概説―「三国時代」再び? 第2回 清廉潔白、庶民の味方―包拯 第3回 新法と旧法の対立―司馬光と王安石 第4回 北宋の詩人たち―蘇軾と歐陽脩 第5回 金の勃興と北宋滅亡―完顔阿骨打と徽宗</p> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 水曜日 14:40~16:10 [日程] 10/23・10/30・11/6・11/13 (全5回) 11/20</p> <table border="1" data-bbox="1379 2343 1785 2590"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料(プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 4,500円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料(プリント代込)		一般	: 5,000円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 4,500円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 4,500円
受講料(プリント代込)													
一般	: 5,000円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 4,500円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 4,500円												

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>18</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>(社会科学系)</b> <b>やさしい経済学で学ぶ、 なるべく損をしない方法</b></p> <p>中久保邦夫 (姫路獨協大学 名誉教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数5人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>初級の経済学入門講義では、学生諸君に経済学固有の考え方を説明しています。今回はその応用編で、最近はやりの金融詐欺で注意すべき要点を簡単に御話し致します。</p> <p>第1回 「費用」とは何でしょう—機会費用と埋没費用— 第2回 大きい字は読みとばせ—拡大鏡が要る理由— 第3回 「株式投資はバクチである」は間違い 第4回 赤いバラには刺がある、美味しい話に落とし穴 第5回 インターネット上の詐欺について</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 火曜日 14:00～15:30 〔日程〕 11/5 ・ 11/12 ・ 11/19 ・ 11/26 (全5回) 12/3</p> <table border="1" data-bbox="1379 680 1785 932"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 4,500 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 5,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 4,500 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 4,500 円												
<p><b>19</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>モンテッソーリ教育の 仕事(遊び)体験</b></p> <p>保田恵莉 (医療保健学部 准教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>20世紀初頭、マリア・モンテッソーリ(1870-1952)によって提唱された幼児教育思想は、それまでとは異なる画期的な考えを提起するものとして受け止められ、世界的に影響を及ぼした。さらに、日本でも2017年に幼稚園教育要領の改訂で「人格形成」という方針が打ち出された。モンテッソーリ教育の仕事(遊び)体験からは、幼児教育を巡る課題「家庭での生活経験に伴う生活習慣と自主性が子どもに欠けること」に気付き、こどもを深く観察しようとする意識が高まるものとする。</p> <p>第1回 マリア・モンテッソーリとイタリアの教育(教材・玩具) 第2回 モンテッソーリ教育の仕事体験1 第3回 モンテッソーリ教育の仕事体験2 第4回 モンテッソーリ教育の仕事体験3 まとめ</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 水曜日 13:00～14:30 〔日程〕 11/20 ・ 11/27 ・ 12/4 ・ 12/11 (全4回) ※動きやすい服装で、筆記用具・水筒をご持参ください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 1443 1785 1695"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 4,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 3,600 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,600 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 4,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 3,600 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 3,600 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 4,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 3,600 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 3,600 円												
<p><b>20</b>           〔 冬 〕</p> <p><b>AIは哲学するか？</b></p> <p>岡田勝明 (人間社会学群 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>AIがこれからの私たちの社会にもたらす影響は、現代において最も考えてみなければならぬ問題です。 「AIは哲学できるか？」という問いから、私たち人間の本质や私たちの社会の在り方について考えを深めてみたいと思います。</p> <p>第1回 AIの「知能」とは 第2回 「哲学」における「知」とは 第3回 AIは哲学を超えるか 第4回 情報技術と人間</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 金曜日 13:00～14:30 〔日程〕 12/13 ・ 12/20 ・ 1/10 ・ 1/17 (全4回)</p> <table border="1" data-bbox="1379 2211 1785 2464"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 4,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 3,600 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,600 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 4,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 3,600 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 3,600 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 4,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 3,600 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 3,600 円												

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程								
<p><b>21</b>           〔冬〕</p> <p><b>暮らしに役立つ コミュニケーション術</b> ～よりよい人間関係を 築くために～</p> <p>後藤 桂子 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>より良い人間関係を構築するためのコミュニケーション能力を身につけることを目的とします。単なるスキルの習得にとどまらず、自分と相手の心を開く鍵をワークの中で見つけることができます。「出会えてよかった。またお話ししたいです。」そう言ってもらえる自分になるためのレッスンを始めてみませんか？</p> <p>第1回 「いのちの言葉で綴る一行詩」の講義 第2回 聞き上手になるための傾聴ワーク①(アクティブ・ラーニング) 第3回 聞き上手になるための傾聴ワーク②(ディープ・リスニング) 第4回 自分も相手も大切に作る会話術(アサーション・トレーニング) 第5回 怒りの感情との上手なつきあい方(アンガー・マネジメント) 第6回 自己受容と他者受容(リフレーミング) 第7回 言葉の花束を贈る(ファシリテーション)</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 火曜日 13:00～14:30 〔日程〕 1/21・1/28・2/4・2/18・2/25 (全7回) 3/3・3/10</p> <table border="1" style="float: right; margin-top: 20px;"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 7,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 6,300 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 6,300 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 7,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 6,300 円	在学生等	: 6,300 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 7,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 6,300 円								
在学生等	: 6,300 円								

## 健康講座

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程								
<p><b>22</b>           〔秋〕</p> <p><b>「脳をいきいき働かせる」 ということ</b></p> <p>森脇 裕美子 (医療保健学部 准教授)</p> <p>* 定員15人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>「脳」が健康でよりよく働くことは、全ての人にとって大切なことです。では、どうすれば「脳がよりよく働く」のでしょうか。健康的な生活習慣は脳を含めた心身の健康づくりの基本です。一方で、脳の健康については、まだまだ多くのことが明らかになっておらず、今でも様々な研究が行われています。</p> <p>本講座では、そのような中でも得られている医学的な知見を踏まえながら、また、試みとして毎回身体を動かす活動も行いながら、「脳をいきいき働かせる」ことについて考えたいと思います。</p> <p>第1回 脳の働き方・働かせ方 第2回 脳の栄養と活動 第3回 脳の休養と活動 第4回 身体活動と脳の役割 第5回 “楽しく”体を動かす</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 木曜日 13:00～14:30 〔日程〕 10/3・10/17・10/31・11/14 (全5回) 11/28</p> <p>※少し運動のできる服装・靴でご参加ください。</p> <table border="1" style="float: right; margin-top: 20px;"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 5,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,500 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 5,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円	在学生等	: 4,500 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 5,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,500 円								
在学生等	: 4,500 円								



講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>23</b>           〔秋〕</p> <p><b>上を向いて歩こう教室</b></p> <p>霍 明 (医療保健学部 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>転倒は周知のように大きな社会問題として挙げられています。高齢者の約3割は年に1度以上転倒に遭います。転倒により受傷され、打撲や骨折などになることもあります。私たち理学療法士と一緒に転倒予防体操をやりませんか。3回の講義後、各自お家で練習していただき、2ヶ月後その練習効果を再度検証致します。</p> <p>第1回 転倒に関する説明(講義)転倒リスクを評価する(実技) 第2回 転倒の介入体操①(実技) 第3回 転倒の介入体操②(実技) 第4回 身体能力測定、練習効果の検証(実技)</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 水曜日 13:00~14:30 〔日程〕 10/9・10/16・10/23・12/18 (全4回)</p> <table border="1" data-bbox="1379 570 1785 820"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 4,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 3,600 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,600 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 4,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 3,600 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 3,600 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 4,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 3,600 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 3,600 円												
<p><b>24</b>           〔秋〕</p> <p><b>インナーマッスルを鍛える体操</b></p> <p>霍 明 (医療保健学部 教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>女性のからだは、妊娠・出産の影響や更年期のホルモンの影響を受けながら変化しています。その影響の1つとして骨盤底筋群がゆるみ、尿もれを起こすことがあります。また、生活様式も畳に正座する生活からテーブルと椅子に変化し、日常生活の中で腹筋を使う動作が少なくなり、若い女性でも骨盤底筋群の筋肉が弱い状態にある人が増えています。これらにより、多くの女性が尿もれを経験している状況があります。生活の中にインナーマッスルを鍛える体操を取り入れ、美しく毎日を快適に過ごしましょう。</p> <p>第1回 骨盤・腰腹部インナーマッスルの機能解剖と生理 第2回 尿失禁の評価と治療および骨盤周囲の触診、腹横筋体操 第3回 尿失禁へのアプローチ(デモンストレーションと実技)</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 水曜日 14:40~16:10 〔日程〕 10/9・10/16・10/23 (全3回)</p> <table border="1" data-bbox="1379 1429 1785 1679"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 2,700 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 2,700 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 3,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 2,700 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 2,700 円												
<p><b>25</b>           〔秋〕</p> <p><b>呼吸健康教室</b></p> <p>金 崎 雅 史 (医療保健学部 講師)</p> <p>* 定員15人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>本講座では、慢性閉塞性肺疾患や喘息などの慢性呼吸器疾患をお持ちの方を対象とした講座になります。この講座では、健康を維持、増進するための自己管理(セルフマネジメント)の理解を深めて、日々の生活に反映して頂くことを目的としています。</p> <p>第1回 ガイダンス・行動計画について 第2回 息切れの把握と対策など 第3回 呼吸リハビリについて</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 水曜日 13:00~14:30 〔日程〕 11/20・11/27・12/4 (全3回) ※お薬手帳をご持参ください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 2170 1785 2420"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 2,700 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 2,700 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 3,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 2,700 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 2,700 円												

講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程												
<p><b>26</b>           〔冬〕</p> <p><b>いつまでも元気に！ ～脳について～</b></p> <p>森澤 広行 (医療保健学部 講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>脳は様々な役割があります。歩く、食べる、話す、書くなどすべての指令は脳から出ています。今回の講座では「いつまでも元気に！」をテーマに脳の役割や病気を理解し、予防のためのトレーニングなどもご紹介します。脳の健康にご興味のある方は是非ご参加ください。</p> <p>第1回 脳の役割 第2回 脳の病気 第3回 脳のトレーニング</p> <table border="1" data-bbox="1379 570 1785 817"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 月曜日 10:40～12:10 〔日程〕 12/9 ・ 12/16 ・ 12/23 (全3回)</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 2,700 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 2,700 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 3,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 2,700 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 2,700 円												
<p><b>27</b>           〔冬〕</p> <p><b>あなたの体力レベルは 10段階中 3? 7? それとも...</b></p> <p>田中 みどり (医療保健学部 准教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>健康で長生きするために活動を維持することの重要性は盛んに言われています。子供の頃は学校で体力測定していても大人になると体力を計る機会は激減しますよね? いわゆる高齢者であってもご自身の体力を知ることは大切です。体力測定だけでなく、お薦めの運動も最後の回には実践します。 ご自身の年代でどの程度の体力があるのか? 調べてみませんか? 今回は、筋力、柔軟性、バランス、持久性など多角的に運動機能を計って、全体の体力レベル、強い部分と弱い部分が分かります。 1 回目は詳しい説明と体力測定項目の意味・意義、2 回目は実際に体力測定、3 回目には測定結果をもとに運動を実践します。</p> <p>第1回 体力測定って何をやるの? これを知ると何の参考になるの? — 体力測定の意味と意義 — 第2回 体力測定 第3回 結果を参加者の方個別にお渡しし、お薦めの運動を実践</p> <table border="1" data-bbox="1379 1597 1785 1843"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員</td> <td></td> </tr> <tr> <td>国際交流財団会員</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生</td> <td></td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 2,700 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 火曜日 13:00～14:30 〔日程〕 2/25 ・ 3/3 ・ 3/24 (全3回)</p> <p>※第2、3回目は運動ができる服装でのご参加をお願いします。</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,000 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 2,700 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 2,700 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 3,000 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 2,700 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 2,700 円												

— 令和元年度 市民公開講座 —

- 「武道について考える」 主催 姫路獨協大学、姫路獨協大学播磨会
- 第1講 11月 6日 (水) 「嘉納治五郎について (仮題)」  
道谷 卓 (姫路獨協大学 副学長)
- 第2講 11月 13日 (水) 「宮本武蔵について (仮題)」  
岡田 勝明 (人間社会学群 教授)
- 第3講 11月 20日 (水) 「川石酒造之助について (仮題)」  
川石 雅也 (灘菊酒造株式会社 代表取締役)
- 会場 姫路獨協大学創立20周年記念ホール  
○ 時間 14:00～15:30  
○ 参加費 無料

※お申込み・お問合せ先 姫路獨協大学 播磨会 (電話・FAX 079-223-6564)