

# 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13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が。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 お祝いを述べる 第5回 心配の気持ちを表す 第6回 案内状 第7回 おわびする 第8回 映画に誘う</p> <table border="1" data-bbox="1379 694 1785 954"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 火曜日 18:30~20:00 (全8回) [日程] 10/12・10/19・10/26・11/2・11/9・11/16・11/30・12/7</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 円								
<p><b>02</b>            [ 秋 ]</p> <p><b>原書講読(英米文学)</b></p> <p>榎千恵 (姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員13人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>英語で書かれた小説を、原文で読み、内容について理解するのみならず、作品が書かれた当時の時代背景や、社会・文化についても考察します。純文学からミステリー、SFまで幅広いジャンルから、短編小説を数編読む予定にしています。尚、取り上げる作品は、受講生の方の希望や進度に応じて変更する場合があります。</p> <p>第1回 Graham Greene の短編(1) 第2回 Graham Greene の短編(2) 第3回 Carson McCullers の短編(1) 第4回 Carson McCullers の短編(2) 第5回 Agatha Christie の中編(1) 第6回 Agatha Christie の中編(2) 第7回 Agatha Christie の中編(3) 第8回 Agatha Christie の中編(4)</p> <table border="1" data-bbox="1379 1339 1785 1599"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 土曜日 10:00~11:30 (全8回) [日程] 10/23・11/6・11/20・12/4・12/18・1/8・1/22・1/29</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 円								
<p><b>03</b>            [ 秋 ]</p> <p><b>Fun, friends and easy English</b> Beginner, and intermediate 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13人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>This low-pressure class focuses on simple English and having fun with other students. Anyone is welcome to join. There is no textbook and the teacher will provide handouts on easy topics each week. The teacher has more than nineteen years teaching experience in Himeji.</p> <table border="1" data-bbox="1379 2362 1785 2623"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 月曜日 16:45~18:15 (全8回) [日程] 10/11・10/18・10/25・11/1 11/8・11/15・11/22・11/29</p>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 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>           〔 秋 〕</p> <p><b>Fun topics for discussion from around the world 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13人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>This low pressure class is for people who have an intermediate level of English, but everybody is welcome. There is no textbook, but the teacher will provide a medium level handout to read and discuss in class. The teacher has more than nineteen years teaching experience in Himeji.</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 (全8回)</p> <p>〔日程〕 10/11・10/18・10/25・11/11/8・11/15・11/22・11/29</p> <table border="1" data-bbox="1379 535 1785 793"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 円								
<p><b>05</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>English for General Conversation</b></p> <p>サイモン ロウ (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>This course introduces basic topics and question forms to help students improve their conversation skills. Each class follows a simple format of: warm-up conversation, topic introduction, key vocabulary, key questions, and conversation situations with other class members. The focus is on having fun and enjoying learning new things using English.</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 木曜日 9:00~10:30 (全8回)</p> <p>〔日程〕 10/7・10/14・10/21・10/28 11/4・11/11・11/18・11/25</p> <p>※ノートをご用意ください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 1190 1785 1465"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 円								
<p><b>06</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>スペイン語会話 (初中級)</b></p> <p>大谷 アリシア (獨協講座 担当講師)</p> <p>* 定員13人 (最少開講人数8人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>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。様々なテーマを取り上げて、会話練習を行ないます。現在進行形と点過去を取り入れ、簡単な会話をより流暢に話せることを目標とします。</p> <p>第1回 Hoy hace buen tiempo. 今日はいいお天気です。 第2回 ¿Qué tal el viaje por Toledo? トレドの旅はどうでしたか。 第3回 El tren bala Nozomi. 新幹線のぞみ。 第4回 ¿Qué estás haciendo? 何をしている。 第5回 ¿En dónde estudiaste español? どこでスペイン語を勉強しましたか。 第6回 ¿Dónde estuviste anoche? 昨夜はどこにいましたか。 第7回 ¿Me das tu número ,por favor? 電話番号を教えてください。 第8回 ¿Qué piensa de los teléfonos móviles? 携帯電話についてどう思いますか。</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 木曜日 18:30~20:00 (全8回)</p> <p>〔日程〕 10/14・10/21・10/28・11/4 11/11・11/18・12/2・12/9</p> <p>※筆記用具、あれば西和辞書持参ください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 2222 1785 2480"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 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>短い詩で韓国に心触れる</b></p> <p>文 春 琴</p> <p>(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>最も短い言葉で、いまこの瞬間にも韓国の人々のこころの琴線にふれ癒しつづける草花の詩人ナ・テジュ(나태주)氏の詩集『꽃을 보듯 너를 본다(花をみる如く君をみる)』を読む。 原文朗読と和訳文の朗読を合わせて楽しむ。 日本語と韓国語で詩の朗読を楽しむことを目標にして、詩と言葉遊びを楽しむ心の余裕のある方大歓迎。</p> <p>レベル: ハングル文字が読める方</p> <p>[テキスト] 『꽃을 보듯 너를 본다』 나태주. 지혜 ISBN 9791157280292</p> <p>[時 間] 水曜日 13:00~14:30 (全 8 回) [日 程] 10/13・10/20・10/27・11/10 11/17・11/24・12/1・12/8</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (テキスト代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 9,600 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生 在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (テキスト代込)		一 般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員	: 8,640 円	姫路獨協大学卒業生 在学生等	: 8,640 円
受講料 (テキスト代込)									
一 般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員	: 8,640 円								
姫路獨協大学卒業生 在学生等	: 8,640 円								

## 教 養 講 座

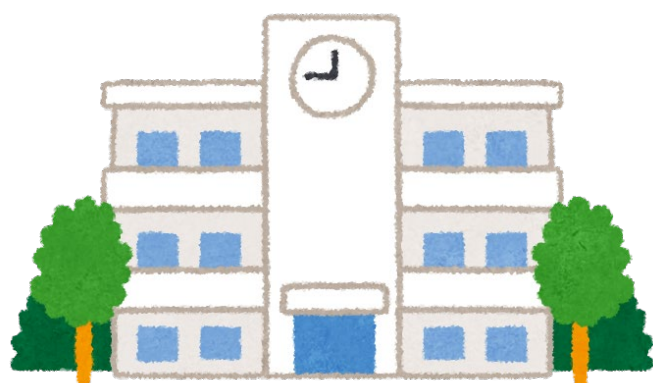
講座番号・開講時期 講座名・講師・定員・開講場所	講座内容・テキスト 曜日・時間・受講料・回数・日程								
<p><b>08</b>            [ 秋 ]</p> <p><b>黒人音楽入門</b></p> <p>鉄 井 孝 司</p> <p>(姫路獨協大学 非常勤講師)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>アメリカ黒人(アフリカ系アメリカ人)が作り出した様々な音楽は、その後アメリカはもとより世界中に伝播してそれぞれの地域の音楽に多大な影響を及ぼしています。</p> <p>本講座では、その音楽誕生の歴史を概観し、その文化的背景についても言及します。毎回音楽を聴きながら楽しく議論を進めてゆきます。</p> <p>第1回 イントロダクション-黒人音楽の誕生 第2回 スピリチュアル / ゴスペル - 宗教音楽 第3回 ブルースとその変遷 第4回 ソウル、R&amp;B 第5回 ジャズの誕生 第6回 ジャズの発展 第7回 ラップ・ミュージックの発生と進化/退化? 第8回 まとめ</p> <p>[テキスト] プリントで行います。</p> <p>[時 間] 火曜日 14:40~16:10 (全 8 回) [日 程] 10/12・10/19・10/26・11/2 11/9・11/16・11/30・12/7</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一 般</td> <td>: 9,600 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>姫路獨協大学卒業生 在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一 般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員	: 8,640 円	姫路獨協大学卒業生 在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一 般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員	: 8,640 円								
姫路獨協大学卒業生 在学生等	: 8,640 円								

### 新型コロナウイルス感染症対策実施へのご理解とご協力をお願い

- ※ 新型コロナウイルス感染症の状況により、「獨協講座」の開講を中止することがあります。
- ※ 出席にあたり、必ずマスクの着用、手洗いの励行などにご協力いただくとともに、講座当日、発熱・咳などの風邪症状がみられる場合は、欠席されるようお願いいたします。

感染症に関する状況を注視しながら、今後も必要な対応を実施いたします。  
皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

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>教養の心理学</b></p> <p>平岡 清志 (姫路獨協大学 名誉教授)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数6人) 開講場所: 大学</p>	<p>「技能学習」とは？作業を通して「学習」を実感してみよう。 効果的な練習とは、効果的な記憶術とは？「兄さん、早よ来い」とは何でしょう？あなたの携帯電話の番号は？どうすれば覚えられるか？我々の行動は何によって起こるのか？どんなメカニズムによるのか？自分の行動や他者の行動の理解を深める。</p> <p>第1回 「鏡映描写」、「ハンドル操作」の作業を通して、「技能の獲得とは？」 「技能の発展過程とは？」を実感する。</p> <p>第2回 ①集中練習と分散練習 ②全体学習法と部分学習法 ③スモール・ステップの原理 ④結果の知識(認識)・・・など</p> <p>第3回 記憶について 機械的記憶、論理的記憶、・・・など</p> <p>第4回 なぜ忘れるのか？(1)</p> <p>第5回 なぜ忘れるのか？(2)</p> <p>第6回 動機付けとは何か？ 行動喚起の元は何か？・・・など</p> <p>第7回 動機(欲求)の種類と機能・・・など</p> <p>第8回 行動のメカニズム、動機(欲求)の階層・・・など</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 木曜日 14:40～16:10(全8回)</p> <p>〔日程〕 10/7・10/14・10/21・10/28 11/4・11/11・11/18・11/25</p> <table border="1" data-bbox="1379 949 1785 1204"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 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>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員		国際交流財団会員	: 8,640 円	姫路獨協大学卒業生		在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)													
一般	: 9,600 円												
播磨会会員													
国際交流財団会員	: 8,640 円												
姫路獨協大学卒業生													
在学生等	: 8,640 円												
<p><b>10</b>           〔秋〕</p> <p><b>日本語を正しく書こう！</b></p> <p>金澤 協子 (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>日本人でも、日本語が正しく書けるとは限りません。 今一度、正しい日本語で、そして、正しい文字・送り仮名で書けているのか確認する機会を得てみませんか？ 正しい日本語探し、御一緒致しましょう！</p> <p>第1回 自己紹介文を書いてみよう！</p> <p>第2回 日本語の正しい書き方を確認しよう！</p> <p>第3回 留学生の日本語を直してみよう！</p> <p>第4回 年賀状の準備をしよう！①</p> <p>第5回 年賀状の準備をしよう！②</p> <p>〔テキスト〕 プリントを配布致します。</p> <p>〔時間〕 木曜日 10:40～12:10 (全5回)</p> <p>〔日程〕 10/7・10/21・11/4・11/18・12/2</p> <p>※筆記用具(鉛筆/シャープペンシル、赤・青・黒等のペン)、ノート/メモ用紙を御準備下さい。</p> <table border="1" data-bbox="1379 1517 1785 1772"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</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>	受講料 (プリント代込)		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 (プリント代込)													
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												



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>11</b>                   〔秋〕</p> <p><b>人物で語る中国の歴史と文化 (モンゴル/元篇)</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: 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で、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、北アジアの草原から瞬く間にユーラシア大陸を席卷し、金・宋を滅ぼして東アジアに覇を唱えたモンゴル/元の時代についてお話しします。</p> <p>第1回 モンゴル帝国の勃興と大元の成立ーチンギスからクビライまで 第2回 モンゴル時代の中国を見た外国人①ーマルコ・ポーロ 第3回 契丹の遺臣、モンゴルに仕えるー耶律楚材 第4回 戯曲の流行ー元雑劇とその作者たち 第5回 モンゴル時代の中国を見た外国人②ー「老乞大」と「朴通事」</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 木曜日 13:00～14:30 (全5回) 〔日程〕 11/11・11/18・11/25 12/2・12/9</p> <table border="1" data-bbox="1379 721 1785 982"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 6,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 6,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 5,400 円	在学生等	: 5,400 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 6,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 5,400 円								
在学生等	: 5,400 円								
<p><b>12</b>                   〔秋〕</p> <p><b>コミュニケーションで紡ぐ ポストコロナの人生再構築論</b></p> <p>後藤 奈々子 (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>社会や家族の中での役割の変化・世界情勢や周囲の環境の変化など、様々な変化の中で生きている私たち。迷いや不安悩みは尽きません。本講座では、自身や他者とのコミュニケーションを通して“変化”をどう受け止め対応し、どう生きたいかを再考します。それぞれの形や色で、素敵なライフ・キャリアデザインを描き、ポストコロナの人生再構築のプロセスを共に楽しみましょう！</p> <p>第1回 仕事・結婚・子育て・地域活動・趣味・介護 受講者仲間の様々な人生に触れながら、今一度自分の立ち位置を見つめてみましょう。 第2回 一人で思いつめがちな今、コミュニケーションがもたらすひらめきや共感を楽しみましょう。 第3回 『人生すごろく』を使って、失敗や挫折も含め、これまでの自分の歩みに〇をつけ合しましょう。 第4回 『人生すごろく』を使って、これからの「ありたい自分」を言葉にしておしゃべりしてみましょう。 第5回 『呼びかけ型一行詩』を読んで、作者のホンネを共有してみましょう。 第6回 『呼びかけ型一行詩』を作って、面と向かっていえない気持ちを分かち合ってみましょう。 第7回 6回のワークショップを終えて、ポストコロナの明日に向けて、自分が大切にしていきたいものは何か？ 想いを整理してみましょう。 第8回 ポストコロナをどう生きるか？ グループディスカッションを通して、新たな視点で人生を再構築し、伝え合ってみましょう。</p> <p>～この講座で、きっと新しい自分が見えてくることでしょう (^_^)-☆～</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 水曜日 14:40～16:10 (全8回) 〔日程〕 10/6・10/13・10/20・10/27 11/10・11/17・11/24・12/1</p> <table border="1" data-bbox="1379 1983 1785 2244"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 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>13</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>今の経済を どう見れば良いのか -経済学の歴史から-</b></p> <p><b>中久保邦夫</b> (姫路獨協大学 名誉教授)</p> <p>* 定員13人 (最少開講人数5人) 開講場所: 駅前サテライト</p>	<p>時代と共に経済学の考え方(経済学史・思想史)も変わってきました。それならば、昔の考え方がもう無意味か、と言えそうです。およそ80年前に皮肉を込めてケインズが「我々は百年前の経済学者に支配されている」と指摘したことを(元の趣旨とは違いますが)借用して、過去の理論を振り返りながら、今の経済を見てみましょう。</p> <p>第1回 私達は、偏見を持たず「ありのまま」を見なさい、と教えられましたよね? 第2回 「金が敵の世の中」。でも、お金は大事ですよね? 第3回 「天下の回りもの」であるお金を増やせば、経済は元気になる? 第4回 金持の無駄遣いは景気を回復させる? そう言えば「消費は美德」だった。 第5回 自由選択、規制排除、小さい政府…。何故に「自由」を言いたがる? 第6回 市場競争で経済は効率化する、はずなんだけれど…? 第7回 市場競争は万能、規制は余計、それなら政府は要らない? 第8回 国の無駄遣いは失業率を下げる、のかなか?</p> <p>〔テキスト〕 プリントを使用します。</p> <p>〔時間〕 水曜日 14:00~15:30 (全8回) 〔日程〕 10/20・10/27・11/10・11/17 11/24・12/1・12/8・12/15</p> <table border="1" data-bbox="1379 853 1785 1122"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 9,600 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>: 8,640 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 8,640 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 9,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円	在学生等	: 8,640 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 9,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 8,640 円								
在学生等	: 8,640 円								
<p><b>14</b>           〔 冬 〕</p> <p><b>「ことば」が 生まれるところ …禅と浄土真宗と キリスト教…</b></p> <p><b>岡田勝明</b> (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>「宗教」を考えてみることは、人間の生まれる本源を探求することとなる。人間の本质とかかわる「ことばの世界」は、また「詩」と「哲学」に充ちている。</p> <p>今年度講座では、「禅(「不立文字」という言葉の否定)」、「浄土真宗(「称名」という言葉に立つ)」、「キリスト教(聖書では、「神はロゴスであった」、と言われる)」という三者の宗教のあり方を通して、「宗教・詩・哲学」のかかわりを取り上げることで、「ことばの生まれるところ」に人間の「こころ」を探り、私たちの日々の「生」を捉え直す機会としたい。なお本居宣長の「古語」論にも言及する。</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 金曜日 13:00~14:30 (全4回) 〔日程〕 12/3・12/17・1/7・1/21</p> <table border="1" data-bbox="1379 1443 1785 1712"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 4,800 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>: 4,320 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 4,320 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 4,800 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,320 円	在学生等	: 4,320 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 4,800 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 4,320 円								
在学生等	: 4,320 円								

厚生労働省 HP から

## 正しい手の洗い方

手洗いの  
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

# 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>15</b>      [ 秋 ]</p> <p><b>元気・長生き講座</b> ～転ばない、血圧は低め、 上手く歩く～</p> <p>山本 洋之 (医療保健学部 教授)</p> <p>* 定員7人 (最少開講人数3人) 開講場所: 大学</p>	<p>寝たきりの防止は万人の願いです。その原因で予防できるのは、血圧の管理、バランスの改善と上手歩くことを修得することです。でも、どんな運動がいいのか？、歩くだけでいいのか？、椅子での体操での効果は？、筋力をつけたらいいのか？と考えるときりがありません。そこで今回、血圧、バランス能力と歩行を可視的に測定し、筋力もバランスも改善すると考えられているスラックラインという、綱渡りのような運動を中心に健康体操を企画しました。</p> <p>※心臓、循環器系及び下肢に障害がない方を対象とします。 運動強度は軽度ですが、明らかな下肢の障害のある方はご遠慮ください。</p> <p>第1回 血圧、バランスと歩行の測定 健康体操の説明と準備体操 第2回 健康体操とスラックラインの上に立つ 第3回 健康体操とスラックラインの上を歩く 第4回 健康体操とスラックラインの上をもっと歩く 第5回 血圧、バランスと歩行の測定のまとめ</p> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 木曜日 9:30～11:00 (全5回) [日程] 10/21・10/28・11/4 11/11・11/18</p> <p>※運動ができる服装、靴(底が平たいもの)、を持参ください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 954 1785 1215"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 6,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 6,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 5,400 円	在学生等	: 5,400 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 6,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 5,400 円								
在学生等	: 5,400 円								
<p><b>16</b>      [ 秋 ]</p> <p><b>痛みを取る教室</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>誰でも疼痛に悩まれた経験があると思います。その原因は筋力の衰え、関節のずれ、神経の圧迫など様々です。 今回はそれぞれの疼痛部位に対して、運動学の視点から痛みの原因を説明し、自分でできるトレーニング方法を指導します。</p> <p>第1回 腰の痛みの理学療法と自主トレーニング方法 第2回 膝の痛みの理学療法と自主トレーニング方法 第3回 肩の痛みの理学療法と自主トレーニング方法 第4回 肩コリの理学療法と自主トレーニング方法 第5回 首の痛み、頸性めまいの理学療法と自主トレーニング方法</p> <p>[テキスト] プリントで行います。 [時間] 金曜日 13:00～14:30 (全5回) [日程] 11/19・11/26・12/3 12/10・12/17</p> <table border="1" data-bbox="1379 1835 1785 2096"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 6,000 円</td> </tr> <tr> <td>播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 5,400 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 6,000 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 5,400 円	在学生等	: 5,400 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 6,000 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 5,400 円								
在学生等	: 5,400 円								

厚生労働省HPから

## 正しいマスクの着用



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>17</b>           〔 秋 〕</p> <p><b>認知症の予防と対応</b></p> <p>近藤理紗 (医療保健学部 助手)</p> <p>* 定員20人 (最少開講人数8人) 開講場所: 大学</p>	<p>認知症について正しく理解することは、認知症の方への支援を考える上でも、ご自身の認知症予防の観点からも大切です。本講義では、認知症の基礎知識、予防に関する最近の知見、認知症になっても地域で安心して暮らすことができる取り組みについてお話します。</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。</p> <p>〔時間〕 月曜日 10:40~12:10 (全3回) 〔日程〕 10/4・10/18・10/25</p> <table border="1" data-bbox="1379 592 1785 853"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,600 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>: 3,240 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,240 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 3,240 円	在学生等	: 3,240 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 3,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 3,240 円								
在学生等	: 3,240 円								
<p><b>18</b>           〔 冬 〕</p> <p><b>災害と健康</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>「災害」は生活を大きく変化させ、健康状態もそれに伴い変化します。近年、地震、風水害が日本各地で発生し、多くの被害がでています。本講座では、災害や避難所生活における体の変化とそのような環境で元気に生活していくために必要なことをお伝えします。また、災害への備えについても健康の観点からお話しします。</p> <p>第1回 災害時の体の変化 第2回 健康を維持しながら生活する 第3回 災害に備える</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 月曜日 10:40~12:10 (全3回) 〔日程〕 12/6・12/13・12/20</p> <table border="1" data-bbox="1379 1193 1785 1443"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,600 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>: 3,240 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,240 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 3,240 円	在学生等	: 3,240 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 3,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 3,240 円								
在学生等	: 3,240 円								
<p><b>19</b>           〔 冬 〕</p> <p><b>動くと息切れ・・・ それってもしかして呼吸 の問題？</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>代表的な呼吸器疾患である慢性閉塞性肺疾患は推定患者数 530 万人であるが、2017 年の診断患者数は 22 万人であり、未診断者が 95%を占めています。本講座では、代表的な呼吸器疾患と、息苦しさへの対応、運動や生活上の工夫により、生活の質を向上させるポイントをお話し致します。</p> <p>第1回 代表的な慢性呼吸器疾患について 第2回 慢性呼吸器疾患の運動について(息切れと運動, またその実践) 第3回 慢性呼吸器疾患の生活の工夫</p> <p>〔テキスト〕 プリントで行います。 〔時間〕 火曜日 13:00~14:30 (全3回) 〔日程〕 2/15・3/1・3/8</p> <p>※第2回に少し身体を動かす予定ですので動きやすい服装でお越しください。</p> <table border="1" data-bbox="1379 1956 1785 2217"> <thead> <tr> <th colspan="2">受講料 (プリント代込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一般</td> <td>: 3,600 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>: 3,240 円</td> </tr> <tr> <td>在学生等</td> <td>: 3,240 円</td> </tr> </tbody> </table>	受講料 (プリント代込)		一般	: 3,600 円	播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 3,240 円	在学生等	: 3,240 円
受講料 (プリント代込)									
一般	: 3,600 円								
播磨会会員 国際交流財団会員 姫路獨協大学卒業生	: 3,240 円								
在学生等	: 3,240 円								





