

令和6年度 飯田短期大学出前講座 予告編

飯田短期大学では、飯田・下伊那地域で、集まりやすく慣れた場所での開催を希望される皆さまの地域へ出向いての「出前講座」を行っています。
令和6年度は、以下のようなテーマを予定していますのでご利用ください。

講座番号	テーマ/講師名	内容	対象	形式	備考
1	染・織・フェルト <制作> 生活科学学科 田中洋江	①染め（絞り、摺込）②織り（平織、綴織） ③フェルト（平面・立体）④テキスタイルアートについて、事前に講師と相談のうえ、日時、内容、材料費、所要時間を設定します。	高校生・一般 高齢者	演習	①②④は実施会場が飯田短期大学染織棟となります
2	幸せな人間関係のつくりかた 生活科学学科 澤田有香	より HAPPY な生活を送るために、どんな人間関係にでも使える選択理論心理学を楽しく学びます。	小・中・高・ 保護者・高齢者・一般	講義 演習	
3	姿勢教室 ～あなたの姿勢は大丈夫？姿勢チェックしてみよう～ 生活科学学科 澤田有香	悪い姿勢は万病のもとだけれど、姿勢って意識して良くできない！？姿勢をケアするとパフォーマンスもアップ！姿勢のお話と、姿勢のチェック、手軽な改善をアドバイスします。	小・中・高・ 保護者・高齢者・一般・その他（教職員）	講義 演習	
4	体のしくみと健康 生活科学学科 三浦弥生	知っているようで知らない「体のしくみ」を楽しく学びましょう。	園児・小・中・ 高・一般・高齢者	講義	
5	よい歯でよく噛みよいからだ 生活科学学科 安富和子	噛まない・噛めないといった子どもたちの現状から見てきたことや、歯・口の健康管理と咀嚼の効用についてお伝えします。自分の咀嚼力を測定し、ガムを噛んだ時と噛まない時の記憶力ゲームを楽しく行いましょう。	園児・小・中・ 高・一般・高齢者	講義 演習	
6	オーラルフレイル（口腔機能低下症）予防教室～お口の体操を楽しく行いましょう～ 生活科学学科 安富和子	最近むせる、滑舌が悪い、飲み込みづらく噛みにくいと感じることはありませんか。その原因は口や喉の筋肉の衰えにあるのです。口や喉の筋肉を鍛えてオーラルフレイルを予防し健康長寿を目指しましょう。	口腔機能の低下を感じる方 介護施設等で働く方	講義 演習	
7	食事と健康 生活科学学科 友竹浩之	毎日の食事は、様々な疾病に深く関係しています。健康維持のための食事についてお伝えします。	小・中・高・ 一般	講義 実習※	調理実習も可（2時間程度）
8	災害時の食事 バッククッキング体験講座 生活科学学科 高木一代 助手 1名	バッククッキングは耐熱性のポリ袋に食材を入れて湯煎で温めて調理する方法です。メニューブックから作りたい献立をチョイスしてもらい作ってみます。楽しみながら災害に備えてみませんか。	中・高・一般	演習	90～120分程度、講師2名で伺います。講座料10,000円をお願いします
9	世界の栄養問題から国際協力について考えよう 生活科学学科 富口由紀子	世界の栄養問題とその解決策についてゲームを通して考えながら、SDGs達成に向けた国際協力における実践例について学びます。	高校生	講義 演習	40名程度まで
10	コミュニケーションについて、遊び(ワーク)を通じて 幼児教育学科 菱田博之	「ことば」に頼らないコミュニケーションや「こころ」のありかたについて、一緒に楽しく学んでみませんか？	中・高・ 一般	演習	学年集会・実習指導者研修等でご活用ください
11	男らしさ 女らしさを越えて人と対等に付き合うために 幼児教育学科 菱田博之	「男だから」「女だから」と言われたりして、モヤモヤしたことはありませんか？一緒にモヤモヤの正体について学んでみませんか？	高校生・ 一般・親子	講義 演習	

12	絵本の世界への誘い 幼児教育学科 松永幸代	幼児教育における絵本や物語の読み聞かせの重要性について実践的に学びましょう。	保育・幼児教育の関係者・一般	演習	11月・12月以外で対応可 30名程度まで
13	絵本でSDGsを知ろう 幼児教育学科 松永幸代	SDGsとは、全世界共通で達成する持続可能な開発目標。絵本からのメッセージを見つけてみませんか。	小・中・高・保護者・一般	演習	11月・12月以外で対応可 30名程度まで
14	保育の安全対策講座 幼児教育学科 中本貴規	保育中に遭遇しそうな病気やケガへの対処法のシミュレーション、事故を未然に防ぐための危険予知について、グループワークを中心に楽しく学びます。	保育・幼児教育の関係者	講義 演習	時間・内容をご相談ください
15	保育・教育に活かす自然体験活動講座 幼児教育学科 中本貴規	からだの様々な感覚を使って自然を楽しむネイチャーゲームを体験します。年齢等に応じた活動を紹介します。	園児・小・中・高・またはその関係者	講義 演習	時間・内容をご相談ください
16	主体性を育む運動遊び講座 幼児教育学科 中本貴規	運動の持つ可能性は幅広くあります。年齢に応じた運動遊び・スポーツレクリエーションを提供します。	園児・小・中・高・一般	演習	時間・内容をご要望に合わせて対応可能です
17	保育体験の前に知っておくとよいこと 幼児教育学科 青木千恵美/菱田博之/壬生江美 他	子どもとのかかわり方や絵本の読み聞かせ、運動遊び、製作などの保育実技を実際に体験しながら学びます。	中学生	講義 演習	中学校のご要望に合わせた内容で実施 ※45～90分
18	子育てって何だろう 地域子育て支援拠点わいわいひろば 子育てコーディネーター 宮内愛	子育てをしている人たちはどんなことに喜びを感じ、大変さを感じているのか。子育て支援の現場から見える子育ての姿や、これからの子育てについて考えます。	小・中・高・一般	講義 演習	要望に合わせた内容で実施
19	性と健康の話 看護学科 中山美香/米山育子/北林ちなみ	いのちのこと、男女間のよい関係の持ち方、性に関する健康問題などについてお話しします。	小・中・高・一般	講義	実施期間 R7.1.20～R7.2.28 ただしR7.1.30～ R7.2.14は実施不可
20	異常を早期発見！みんなで脳卒中を予防しよう 看護学科 武分祥子 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 杉山慎太郎	この地域でも患者が多い脳卒中という病気を理解して、その早期発見と予防について楽しく学びましょう。	一般	講義 演習	10名程度（応相談）
21	「看護の仕事」と「看護師に求められる資質」 看護学科 登内芳子	看護師の仕事内容や看護師になるために必要なこと、適性などについて一緒に考え理解を深めます。	中学生・進路指導に関わる中学、高校の教員	講義	8月以降から対応可 4名以上
22	がん教育を考える～子宮頸がん体験者として伝えたいこと～ 看護学科 鈴木真由美	「生涯のうち国民の二人に一人がかかると推測されるがんは重要な課題。国民の基礎的教養として身に付けておくべきもの」と言われて久しい「がん教育」。方略の一助になれば幸いです。	中学・高校の教員	講義	性別は問いません
23	体の不思議を学んでみよう！ 看護学科 鈴木真由美/平井義一	私たちが生きていられるのは、体に取り入れた酸素や栄養素のおかげです。それらを運ぶ役目を担うのが心臓です。なぜ？何？から考える体の神秘に関する講座です。	中学生 高校生	演習	20名程度まで 土曜日開催
24	心の病 統合失調症 看護学科 岩崎みずす	若い時期に発病し、意外に多いこの病気を通して、メンタルヘルスについて考えましょう。	中学生 高校生	講義	※20名程度

【お申込みについて】

飯田短期大学のホームページの、[出前講座](#)のページをご覧ください。お申し込みの流れをご確認後、専用申込書に、詳細をご記入の上お申し込みください。

講座料は 5,000 円です。（令和6年度より一律の金額に変更になりました）※パッククッキングは10,000円