

10月以降の予定

令和6年度 飯田短期大学 後期公開講座



開催予定講座

- ・幸せな人間関係の作り方
- ・姿勢調整講座
- ・雪花紋じり
- ・深部静脈血栓症の予防
- ・管理栄養士 国家試験対策講座2024
- ・介護予防運動指導員 養成講座

受講案内

- 1 各講座の詳細及びお申込み方法をご確認ください。ご不明な点は地域連携センターまでお問い合わせください。
- 2 お申し込みの際にいただいた情報は、受講者の把握と連絡及び来年度以降の講座ご案内に使用させていただきます。個人情報として法律に則り慎重に扱わせていただきます。

参加にあたって

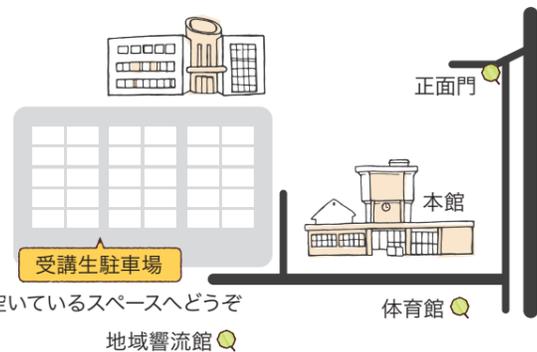
- 1 当日体調の悪い方、発熱、頭痛、咳などの症状のある方は参加をご遠慮ください。
- 2 感染症の拡大状況によってはマスク着用、アルコール手指消毒、検温、他の参加者との距離をとる等、感染予防対策へご協力をお願いいたします。

出前講座

飯田短期大学では、主として飯田・下伊那の地域へ出向いて行う出前講座を行なっています。令和6年度は24テーマを開講しております。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ご要望をお受けしております。出前講座のテーマについては、本学のホームページにてご確認ください。別冊の出前講座パンフレットもありますので、ご希望の場合は地域連携センターまでご連絡ください。

アクセス

- 中央自動車道飯田 IC より 8 分
- JR 伊那八幡駅より徒歩 15 分
- JR 飯田駅よりタクシーで 15 分



受講料

- 1 原則として、当日受付にて所定の受講料を納入してください。但し、講座によってはお申し込み後、材料費等を前もって納入していただく場合があります。お申し込み受付後、お振込のご案内をお送りいたしますのでご確認ください。
- 2 受講料には、資料代、受講者の保険料等を含みます。
- 3 受講者の都合によるキャンセルの場合は、受講料は返金いたしません。

その他

- 1 受講生が一定の人数に達しない場合は、開講しないことがあります。講座中止の場合には、ご連絡いたします。
- 2 講義用資料は、当日受講者（出席）の方のみへの配布とさせていただきます。
- 3 講座中に、記録用の写真撮影を予定しています。撮影した写真は、短大ホームページや短大が発行する冊子等に掲載される場合がありますので、あらかじめご了承ください。

第50回

令和6年度
前期
5月～9月

飯田短期大学 公開講座

学び続けて生きる
地域と共に

お申し込み方法

以下の記入内容をはがき・FAX・メールにてお知らせください。
お申し込み締切：開講日の1週間前まで 先着順にて締め切ります。

記入内容

「公開講座申し込み」と明記の上、次の項目についてお知らせください。

- ① 受講希望講座番号
- ② 郵便番号
- ③ 住所
- ④ 氏名
- ⑤ ふりがな
- ⑥ 性別
- ⑦ 年齢
- ⑧ 職業
- ⑨ 電話番号（連絡のつきやすい番号）

お申し込み先

はがき 〒395-8567 長野県飯田市松尾代田610

FAX 0265-22-4468 Eメール kouza@iida.ac.jp

飯田短期大学HPからもお申し込みできます。

*お電話でのお申し込みは受付いたしかねます。



申込フォーム





飯田短期大学 公開講座

令和6年度

※お申し込みの際は裏面の受講案内などをご確認ください。

学び続けて生きる 地域と共に

1 5/18 (土) 13:00~14:00

成長期のスポーツ選手の栄養と食事

講師：食物栄養専攻 助教 岩瀬 彩香

成長期のスポーツ選手の普段の食事、試合のときの食事など、場面別の食事の摂り方に触れながら、必要な栄養についてお伝えします。＊中学生以上の選手向けの内容ですが、これから中学生になる小学校高学年の方にもオススメです。

対象・定員 小学5年生以上（保護者同伴）、中学生・高校生・一般・運動系指導者 20名

持ち物 筆記用具

受講料 大人1,000円・高校生以下500円

2 6/1 (土) 10:30~14:30

やってみよう!紙芝居

講師：幼児教育学科 准教授 松永 幸代

子どもたちの「共感の感性」を育む紙芝居。子どもたちは瞳を輝かせてじっと見つめてくれます。今、世界でも「KAMISHIBAI」として注目を浴びています。午前中は、紙芝居やその演じ方について学び、午後は実際に演じてみて楽しさを共有しましょう。

対象・定員 保育者・紙芝居に興味のある方（中学生以上）10名

持ち物 筆記用具 **受講料** 1,000円

3 6/15 (土) 9:00~18:00

小児救急法

～MFA®チャイルドケアプラス™資格取得講座～

講師：幼児教育学科 講師 中本 貴規

救急医療の先進国でもあるアメリカ発祥の「応急手当トレーニングプログラム」です。講座を受講し、知識・技術を習得することで「MFAチャイルドケアプラス」の資格が取得できます。

対象・定員 一般 8名

持ち物 上履き、筆記用具

受講料 8,000円（教材費・登録料込み）

13 8/9 (金) 18:00~19:30

大人の心に響く絵本

講師：幼児教育学科 准教授 松永 幸代

絵本は、素敵なお話と磨かれた言葉のハーモニーです。子どもだけのモノにしてしまってもったいない。子どもの頃、好きだった本をもう一度読んでみると新たな気付きがあるかもしれません。さらに、最近の絵本の傾向なども絵本を見ていただき、お茶を飲みながらゆっくり語り合しましょう。

対象・定員 どなたでも 15名

持ち物 筆記用具、お気に入りの絵本が手元にある方は1冊お持ちください

受講料 1,000円

14 8/10 (土) 9:00~12:00

天ぷらまんじゅうをつくってみよう

講師：食物栄養専攻 准教授 高木 一代
助手 1名

今年のお盆はおまんじゅうから手作り!炭酸まんじゅうをつくって、揚げまんじゅうにします。

対象・定員 どなたでも 16名

持ち物 エプロン、三角巾、手ふき

受講料 2,000円(材料費込み)

15 8/25 (日) 9:30~11:00

スキルアップ!周術期看護編 心電図(応用編)

講師：看護学科 助教 平井 義一

基礎編で行った知識の習得度の確認と12誘導心電図などについて解説します。心電図をもっと深く読みたい人向け!基礎編からステップアップした知識が学べます。

対象・定員 1~2年目程度の看護師

受講料 1,000円

4 6/24 (月) 18:00~19:30

Canvaでおしゃれなチラシ作り 基礎編

講師：生活科学専攻 准教授 田中 洋江

無料で使えるグラフィックデザインツール「Canva」で、会社やお店のチラシを自分で作りたい方に向けた講座です。パソコン室のパソコンを一人一台使っていただきながらの演習です。8月のCanva講座とあわせての受講をお勧めします。＊各自のCanvaアカウントを作る必要がありますので、ご自分のメールアドレスがわかるようにしておいてください。

対象・定員 どなたでも 15名 **受講料** 1,000円

5 7/6 (土) 9:30~11:00

スキルアップ!周術期看護編 心電図(基礎編)

講師：看護学科 助教 平井 義一

心電図の成り立ちや四肢誘導心電図など基礎的な心電図の知識についてわかりやすく解説します。また、基本的な不整脈についての判読をおこないます。“不整脈の苦手意識が克服できます!”

対象・定員 1~2年目程度の看護師

受講料 1,000円

6 7/20 (土) 9:00~12:00

手洗いチェッカーを作ってみよう

講師：生活科学専攻 特任教授 安富 和子

発泡スチロールの箱とブラックライトを使って安価な手作り手洗いチェッカー(31cm×24cm×20cm)を作ります。手洗い指導の方法について情報交換をしながら楽しく学びましょう。

対象・定員 養護教諭・保育士・栄養士・介護施設等にお勧めの方 5名

持ち物 30cm定規・カッターナイフ・筆記用具

受講料 3,000円(材料費込み)

16 8/25 (日) 9:00~18:00

小児救急法

～MFA®チャイルドケアプラス™資格取得講座～

講師：幼児教育学科 講師 中本 貴規

救急医療の先進国でもあるアメリカ発祥の「応急手当トレーニングプログラム」です。講座を受講し、知識・技術を習得することで「MFAチャイルドケアプラス」の資格が取得できます。

対象・定員 一般 8名

持ち物 上履き、筆記用具

受講料 8,000円（教材費・登録料込み）

17 8/31 (土) 13:00~15:00

もしもの時の救世主になろう! ~急変時のABCD~

講師：看護学科 助手 寺山 正真

街中で倒れている人を見かけたら…、突然家族の意識がなくなったら…、「何とかしたいけど、何をしたいのかわからない…」という方に急変時の初期対応を解説してから心臓マッサージやAEDの使用を体験していただきます。もしもの時、救世主になれるのはあなたかもしれません。

対象・定員 一般 12名

持ち物 動きやすい服装、水分、タオル

受講料 1,000円

18 9/7 (土) 10:00~11:30

願いがかけられている私 ~仏教に学ぶ~(1)

講師：飯田女子高等学校 非常勤講師 宗 英俊

事件や事故、災害のニュースを聞くと、自分の身に降りかかるわけがないと、過去の自分の経験に基づいて大丈夫と思ってしまう。自分に降りかかる出来事の受け止めにおいては、それが成功と受け止められた時には、自分が頑張ったからこのように成功したと感ずるが、結果が失敗と受け止められた時には、自分のことは棚に上げて、他人や環境のせいでごうごうと自分勝手に受け止めてしまう。そんな自分を見つめ直してみませんか。

対象・定員 どなたでも **受講料** 500円

7 7/26 (金) 19:00~20:30

高齢者看護についての座談会 ~自分らしく生きるを支えるために~

講師：看護学科 准教授 矢澤 玲子
兼任講師 杉山 慎太郎

高齢者看護は奥深く、知識や技術、経験を要するものです。日常業務で感じていることをざっくばらんに話し合しましょう。そして明日への活力にしていきたいと思います。多くの方に高齢者看護の現状を語っていただき、この地域の看護力を一緒に考えていく機会となれば幸いです。

対象・定員 看護師 10名程度 **受講料** 1,000円

8 8/3 (土) 10:00~12:00

いつもをもしものに役立てる ~バッククッキング入門講座~

講師：食物栄養専攻 准教授 高木 一代(防災士)
助手 1名

地震・洪水・土砂崩れなど、災害はいつ起こるかわかりません。そんなときに知っておくと便利な調理方法としてバッククッキングがあります。普段から馴染みのある食材で、ご飯、おかずを作ります。簡単で美味しく、アウトドアでも使えます。＊親子で申し込む際は全員のお名前をお知らせください。

対象・定員 小学生・中学生・高校生・一般(小学3年生以下は大人同伴でお願いします) 20名

持ち物 エプロン、三角巾、手ふき

受講料 2,000円(材料費込み)
親子での参加は中学生までの子ども1名につき500円

9 8/5 (月) 18:00~19:30

Canvaデザインするときにおさえたいポイント

講師：生活科学専攻 准教授 田中 洋江

会社やお店のInstagram、チラシ等をデザインするとき「知っておくべきポイント」をご紹介します。講座の最後に「グラフィックデザインツールCanva」の操作を少し行います(パソコン室のパソコンを使っていただきます)。6月のCanva講座と併せての受講をおすすめします。＊各自のCanvaアカウントを作る必要がありますので、ご自分のメールアドレスがわかるようにしておいてください。

対象・定員 どなたでも 15名 **受講料** 1,000円

19 9/12 (木) 13:00~16:00

簡単・美味しい グルテンフリーおやつ②

講師：食物栄養専攻 教授 千裕美
助手 塚田 和也

「栄養の基礎」「食品の性質と調理性」を学びながら、わらび餅とガトーショコラ作りにも挑戦します。

対象・定員 一般 16名

持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具

受講料 2,000円(材料費込み)

全2回講座 20 9/15(日)・22(日) 13:00~17:30

インド藍 エプロンを染めましょう

講師：生活科学専攻 准教授 田中 洋江

本格的な縫い縫いや、ビー玉、輪ゴム、板などを使った簡単な絞りで、肩から膝下までのロングカフェエプロンを染めましょう。2回連続講座です。凝ったデザインを楽しみましょう。一回目：デザインを考えて縫う 二回目：縫う・絞る・染色。

対象・定員 一般 8名

持ち物 汚れてもかまわない服装

受講料 各回3,500円(材料費込み)

21 9/28 (土) 10:00~11:30

願いがかけられている私 ~仏教に学ぶ~(2)

講師：飯田女子高等学校 非常勤講師 宗 英俊

視覚と聴覚の両方を失った福島智さんという方が、「自分を大切にできない人間は、他人も大切にできない。一人で生きていけない者は、二人でも生きていけない」と語っています。仏教では、私たちは関係性の中に生きている(縁起)と教えられますが、そんな私だからこそ、めぐりあう相手から育てられていると共に、相手を育てていけるといえます。共に育てあう、共に育てられあう、つまり共生。そんな自分を振り返ってみませんか。

対象・定員 どなたでも **受講料** 500円

10 8/8 (木) 13:00~14:30

3歳~5歳児の育ちと関わり (保育士、子育てに関わる人対象)

講師：幼児教育学科 准教授 菱田 博之

自我の成長や、言葉による自己表現が急激に伸びていくこの時期の子ども。保育者や養育者がどのような点に気を付ければよいかについて、皆さんが日ごろ悩んでいる事例を通して一緒に考えていきたいと思います。(各自、当日話し合いたい内容を事前にお寄せください)

対象・定員 保育士、子どもに関わる方

持ち物 筆記用具 **受講料** 1,000円

11 8/9 (金) 9:00~12:30

キッズお仕事探検隊

講師：生活科学科、幼児教育学科、看護学科の教員

将来なりたい職業はなんですか?短大では保健室の先生、保育園の先生、看護師さん、栄養士さん、介護福祉士さんになるための勉強ができます。夏休みに短大でお仕事体験してみませんか?

対象・定員 小学生4~6年生 60名

持ち物 水筒(ブースによっては上履き)

受講料 500円

12 8/9 (金) 13:00~14:30

その元気!応援します!

講師：生活科学専攻 教授 三浦 弥生
食物栄養専攻 教授 友竹 浩之

血圧・骨密度・体組成の測定をして、自分の体の状態を見てみましょう。また、簡単な体操と日々欠かせない食事のお話をします。

対象・定員 75歳以上の方 10名

受講料 500円