

平成25年度 常葉大学浜松キャンパス公開講座

「健康寿命」を延ばそう!

会場 常葉大学浜松キャンパス
2号館(2201)
開講時間 18:30~20:00

全6回 受講無料
オムニバス形式ですので、1回単位での申し込みも可。

10月2日 水

脳卒中にかからないための
生活習慣

募集人数
60名

【講師】松岡 幸彦(保健医療学部作業療法学科)

脳卒中には脳出血、脳梗塞、くも膜下出血などの病気があります。日本人が寝たきりになる原因の1位を占めています。これにかからないようにするには、食事、運動、喫煙、飲酒など生活習慣の見直しが重要です。また、脳卒中を引き起こしやすい基礎疾患をきちんと治療・管理することが大切です。

10月9日 水

血圧にやさしい食生活

募集人数
60名

【講師】小田巻 真理(健康プロデュース学部健康栄養学科)

高血圧は自覚症状に乏しい疾患ですが、長い間放置すると動脈硬化から虚血性心疾患や脳卒中などの発作を起こすことが知られています。高血圧の予防や治療には肥満のは正や食生活が大切です。今回は減塩について詳しくお話しします。生活習慣から高血圧の予防・悪化防止をこころがけましょう。

10月16日 水

ツボ押し健康法
～東洋医学でいつまでも健康で美しく～

募集人数
40名

【講師】藤田 格(健康プロデュース学部健康鍼灸学科)

東洋医学でいつまでも健康で美しく。自分の体質にあったセルフケアの方法を見つめましょう。顔や手足を中心に、健康づくりに役立つツボを紹介します。実際にツボ押しを体験してみましょう。

お問い合わせ 常葉大学 浜松キャンパス エクステンションセンター

Tel.(053)428-3514 | Fax.(053)428-8022

※電話受付時間は、平日10:00~16:00です。 ※Faxは24時間受付けております。

E-mail:kisokyo@hm.tokoha-u.ac.jp

お申込み方法は裏面をご覗ください。

つながる、ひろがる、つくりだす。
常葉大学
TOKOHA UNIV.

浜松キャンパス
〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町1230番地
TEL.053-428-3511(代)
<http://www.tokoha-u.ac.jp/>



簡単にできる腰痛予防
～機能解剖学的視点より～

募集人数
40名

【講師】名和 史朗(健康プロデュース学部健康柔道整復学科)

腰痛は、老若男女問わず、あらゆる年齢層で発生いたします。しかし、正しい解剖学的知識を身に着けることによって、予防可能となります。今回の公演では、腰部の解剖学をわかりやすく解説し、腰痛防止についてお話しします。

10月30日 水

10月30日 水

健康づくりは正しい姿勢から！
家でできる‘ながら運動’！

募集人数
40名

【講師】佐野村 学(健康プロデュース学部心身マネジメント学科)

健康づくりの第一歩「正しい姿勢」を知り、意識して行うこと、そしてその姿勢を保持せることから始まります。日常的に繰り返される動作の中で、ちょっとした時間を活用して‘ながら運動’に取り組んでみましょう。本講座では、「正しい姿勢」と「日常生活の中で出来るながら運動」についてのお話と簡単にできる運動を行っていただきます。

11月6日 水

11月6日 水

身体を動かして
生活習慣病を予防しよう！

募集人数
40名

【講師】高木 聖(保健医療学部理学療法学科)

本講座では、生活習慣病の代表的疾患である糖尿病とその合併症についての概要を中心に説明し、身体活動(日常生活+運動)による予防効果について解説します。また、実際に身体を動かして自分に最適な運動負荷量について体験していただきます。

※講座の録音・録画は不可とさせていただきます。 ※講座によって募集人数は異なりますのでご注意ください。



会 場

開講時間 18:30～20:00

会 場 常葉大学浜松キャンパス
2号館(2201)

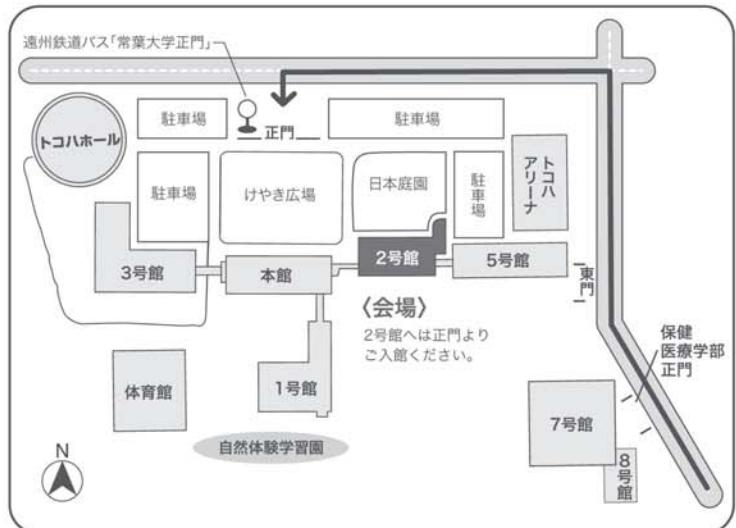
お問い合わせ 常葉大学 浜松キャンパス
エクステンションセンター
Tel.(053)428-3514

※電話受付時間は、平日10:00～16:00です。
11:15～12:15は除く。

Fax.(053)428-8022

※FAXは24時間 受付けております。

E-mail:
kisokyo@hm.tokoha-u.ac.jp



ア クセス



遠州鉄道バス利用

JR浜松駅(北口バスターミナル16番のりば)
より45分。都田線(市役所経由)都田行
「常葉大学正門」バス停下車。



天竜浜名湖鉄道利用

「常葉大学前駅」下車徒歩7分



申込方法

FAX又は
郵送

下記の申込用紙に
ご記入の上、下記宛てに
FAX又は郵送してください。

E-mail

ご氏名、ご住所、TEL、
受講希望日を明記の上、
下記宛てにお送りください。

申込先

常葉大学 浜松キャンパス エクステンションセンター

〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町1230番地

Fax (053)428-8022

E-mail kisokyo@hm.tokoha-u.ac.jp

氏 名		TEL	
住 所	〒		
受講希望日に○を つけてください。	全ての日程に参加・ 10/2・10/9・10/16・10/23・10/30・11/6		

平成24年度
浜松大学公開講座

「健康寿命」を延ばそう!

会場：浜松大学 都田キャンパス 7号館内



全6回
受講無料

オムニバス形式ですので、
1回単位での
申し込みも可。

10/17(水)

足病学-足から健康を考えましょう

講師・恒川秀紀 健康プロデュース学部健康柔道整復学科准教授
【会場】7号館3階 治療室

募集人員
20名

足病学とは、足から健康を考える学問分野です。本講座では、足病に至る原因のひとつ、足のアライメント(骨配列)を正しくする簡単なフットベットをご自分で作成して頂きます。さらに、正しい歩き方、正しい靴の選び方等もご紹介いたします。尚、現在、足のトラブルでお悩みのかたには、テーピング等での対処法もご紹介いたします。

10/24(水)

転ばぬ先のからだづくり (今日からできるエクササイズ)

講師・吉田早織 健康プロデュース学部心身マネジメント学科講師
講師・井口睦仁 健康プロデュース学部心身マネジメント学科助手
【会場】7号館4階 大講義室

募集人員
50名

中高年に必要なからだづくりのポイントの解説と実技を行います。皆で楽しく体を動かす「運動あそび」から、器具がなくても自宅で行える「転倒・骨折予防のための筋力トレーニング」や「疲労回復ストレッチング」をご紹介いたします。

10/31(水)

日常生活の中で役に立つツボ健康法

講師・中澤寛元 健康プロデュース学部健康鍼灸学科准教授
【会場】7号館4階 大講義室

募集人員
40名

日々の生活の中で「疲れ」を感じることは少なくないのではないでしょうか。そんな「疲れ」を緩和し、少しでも快適で健康的な生活をおくるため「つぼ」を活用してみませんか?「つぼ」を使って健康で豊かな毎日を過ごしましょう。

11/7(水)

生活習慣病予防講座 「楽しくつくる 美味しく食べる 健康生活」

講師・川上栄子 健康プロデュース学部健康栄養学科講師
【会場】7号館4階 大講義室

募集人員
50名

2008年4月より「メタボ検診」が始まり生活習慣病予防の様々な対策がされています。生活習慣の改善ポイントの多くは食生活にあります。「何をどの位食べたらよいか」「どのように食べたらよいか」という食べ方が話題です。そこで「食べるタイミング」について調理法、食環境にいたるまでわかりやすくお伝えします。

11/14(水)

心を病む人、病まない人

講師・河合正好 保健医療学部作業療法学科教授
【会場】7号館4階 大講義室

募集人員
50名

同じ環境にいてもこころの病気になる人とならない人がいます。この現象は、こころの病はその人の性格とストレスとの間のアンバランスから生じるためであると説明されています。今回の講義では、このアンバランスを最近の精神医学の知見から解説し、予防に何が大切なことを示します。

11/21(水)

パーキンソン病と上手く付き合って 行くためには…「早期に運動、長期に健やか」

講師・松村剛志 保健医療学部理学療法学科講師
【会場】7号館3階 治療室

募集人員
40名

介護予防の理念の広がりと共に、発症早期のパーキンソン病患者さんに対する運動介入の効果が少しずつ明らかとなっています。そこで今回は「早期に運動、長期に健やか」を合言葉に、パーキンソン病の特徴的な運動障害の解説と、その病態に適した運動方法を紹介し、発症早期からの運動習慣確立について提案させていただきます。

※講座の録音・録画は不可とさせていただきます。※講座によって会場、募集人員は異なりますのでご注意ください。

開講時間 18:30～19:30

会場 浜松大学 都田キャンパス 7号館内

お問い合わせ 浜松大学エクステンションセンター

Tel.(053)428-3514 ※電話受付時間は、
平日10:00～16:50です。 Fax.(053)428-8022 ※Faxは24時間
E-mail:kisokyo@hamamatsu-u.ac.jp 受付けております。

お申込み方法は裏面をご覧ください。

学校法人
常葉学園 浜松大学

後援：浜松市

〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町1230番地
TEL.053-428-3511(代)
<http://www.hamamatsu-u.ac.jp/>



会 場

開講時間 18:30～19:30

会 場 浜松大学 都田キャンパス 7号館内

お問い合わせ 浜松大学エクステンションセンター

Tel.(053)428-3514

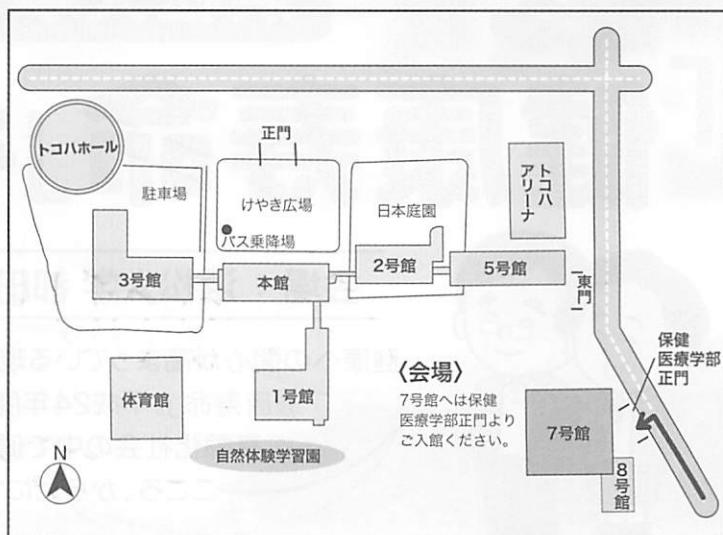
※電話受付時間は、平日10:00～16:50です。

Fax.(053)428-8022

※FAXは24時間 受付けております。

E-mail:

kisokyo@hamamatsu-u.ac.jp



アクセス



スクールバス

JR浜松駅より40分、
JR浜松駅西側バンピツアーのりばより。

無 料

※運行日をご確認ください



遠州鉄道バス利用

JR浜松駅(北口バスターミナル16番のりば)
より45分。都田線(市役所経由)都田行
「浜松大学前」バス停下車。



天竜浜名湖鉄道利用

「浜松大学前駅」下車徒歩7分



申込方法

FAX又は
郵送

下記の申込用紙に
ご記入の上、下記宛てに
FAX又は郵送してください。

E-mail

ご氏名、ご住所、TEL、
受講希望日を明記の上、
下記宛てにお送りください。

申込先

学校法人 浜松大学 浜松大学エクステンションセンター

〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町1230番地

Fax (053)428-8022

E-mail kisokyo@hamamatsu-u.ac.jp

氏 名		TEL	
住 所	〒		
受講希望日に○を つけてください。	全ての日程に参加・ 10/17・10/24・10/31・11/7・11/14・11/21		

11月16日 水

白 春りゅう ビジネスデザイン学部 経営情報学科 准教授

中国の経済成長と人材育成事情

中国は現在、全就業人口に占める大卒者の割合が5%未満の状態にある。人材不足とR&D投入不足のため人材貧乏国と言わざるを得ない。眞の経済成長を実現するには、人材育成と人的資源開発が重要な課題となっている。

11月22日 火

本講座のみ時間・会場は以下のとおり
[開講時間] 13:00～14:00
[会 場] プレイルーム

柴田 俊一 健康プロデュース学部 こども健康学科 准教授

上の子と、うまくいかない親のための講座

兄弟がいる場合、上の子となんとなくうまくいかない、相性が悪いと感じておられる方はけっこういるのではないかでしょうか。こじれるだけ長引く問題ともなります。上の子の特性をとらえ、うまく親子関係を構築していきましょう。

11月24日 木

竹村 之宏 ビジネスデザイン学部 経営情報学科 教授

運と教養の身につけ方

人間は、だれでも豊かな人生を願っています。豊かな人生はどうしたら得られるのでしょうか。一般的には能力や実力が決め手になると言われます。しかし、成功した人は例外なく運に恵まれ、豊かな教養があります。秋の夜にみなさんがこの課題を考えてみませんか。

11月30日 水

本講座のみ時間・会場は以下のとおり
[開講時間] 18:00～19:00
[会 場] 2201教室

安藤 勝志 健康プロデュース学部 健康柔道整復学科 教授

向島 正喜 ビジネスデザイン学部 経営情報学科 教授

ぬくもり

ちょっとした「ぬくもり」が欲しくなる初冬に、心温まる歌詞とメロディーを綴ってみました。辛いことばかり起こるこんな時代だからこそ、「ぬくもり」のある歌詞とメロディーで心と体を癒してください。

※講座の録音・録画は不可とさせていただきます。

※オムニバス形式ですので、1回単位での申し込みも可能です。

平成23年度

浜松大学公開講座

受講
無料

12月1日 木

大本 道央 ビジネスデザイン学部 経営情報学科 准教授

Effective Technical Writing

効果的な科学技術英文作成法

テクニカル・ライティングは論文・レポート、提案書、契約書、取扱説明書などの企業や学術分野で用いられる各種文書を扱います。この講座では、各種文書で英文を作成するときに留意すべき語彙や文法、論理構成におけるポイントを取りあげ、演習を行います。

12月8日 木

山田 雅敏 健康プロデュース学部 健康柔道整復学科 助教

ホームページのアニメーション

ホームページのアニメーションで一般的に使用されているのが、アドビ社のFlashです。Flashの技術はインターネットの多くの利用されています。本講座では、アニメーションの基本である動きのモーションと、物体を変形させるシェイプを中心に講義を進めています。アニメーションの世界を体験したい方、大歓迎です。

12月14日 水

砂子 岳彦 ビジネスデザイン学部 サービスと経営学科 教授

哲学の『世界』、物理学の『宇宙』

ある哲学者は「主体は世界に属さない」と述べていますが、その一方で物理学者の大半は宇宙に自分自身がいることに疑いをもつていません。両者は決定的に異なっていますが、ある仮説によってそのつながりが浮き彫りにされます。知覚と表現のミステリーゾーンに誘います。

12月15日 木

山田 雅敏 健康プロデュース学部 健康柔道整復学科 助教

真鍋 和親 健康プロデュース学部 健康柔道整復学科 助手

女と男のコミュニケーション性差を意識する

「男性が分からない…」、「女性が分からない…」と異性のコミュニケーションで悩んだ経験の方は多くいるのではないでしょうか。現在、教育や医療など様々な現場で、性差が大きく注目され始めています。本講座では、女子バスケットボール部の指導における事例をもとに、様々な科学的研究から判明した性差に着目し、女性と男性のコミュニケーションをお話します。

※先着20名様には、大学の授業で使用している教科書(定価500円税込)を、無料でプレゼントします

申し込み 浜松大学エクステンションセンター

Tel.(053)428-3514 ※電話受付時間は、平日10:00～16:50です。

Fax.(053)428-8022 下記お申し込み書にご記入の上
送信してください。

E-mail:kisokyo@hamamatsu-u.ac.jp

FAXでのお申し込みはこちらまで Fax.(053)428-8022

氏 名		参加人数	
御連絡先 (電話番号もしくはメールアドレス)			
希望日に○をつけてください。	全ての日程に参加 ・ 11/16・11/22・11/24・11/30・12/1・12/8・12/14・12/15		

浜松大学公開講座

●開講時間：18:30～19:30 12月8日は18:00～19:00です。

●会場：浜松大学都田キャンパス 基礎教育センター等

●申し込み：お申込みは浜松大学エクステンションセンターまで。

【Tel】(053)428-3514 ※電話受付時間は、平日10:00～16:50です。

【Fax】(053)428-8022 【e-mail】kisokyo@hamamatsu-u.ac.jp

受講
無料

学校法人
常葉学園 浜松大学

〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町1230番地 TEL.053-428-3511(代)
<http://www.hamamatsu-u.ac.jp/>

1

11月18日木

竹村之宏

ビジネスデザイン学部
経営情報学科 教授

生涯現役時代の到来と生き方、学び方

—自分の力をどう引き出すか—

今日、日本は世界有数の高齢化時代を迎え社会や経済、個人の生き方に至るまで、大きな課題に直面している。こうした中、将来的には、70歳定期年制などが提唱されはじめている。しかし高齢化社会を明るくするために最も大切なことは、各個人が生涯にわたって意欲的に生きる考え方を身につけ実行することである。

4

12月8日水

安藤勝志

健康プロデュース学部
健康柔道整復学科 教授

向島正喜

ビジネスデザイン学部
経営情報学科 教授

冬の夜、愛を歌う

初冬の夜、人生の様々な時間に訪れた悲しくも楽しかった思い出を歌に綴つてみました。ごいっしょに思い出に浸ってみませんか。

5

12月16日木

山田雅敏

健康プロデュース学部
健康柔道整復学科 助教

ホームページのアニメーション

—Flashの基本を学ぶ—

今や情報を入手する一番早い手段と言えばホームページです。そのホームページのアニメーションで最もよく使われるのがFlashです。Flashの技術はYou Tubeなどの動画にも利用されています。講座ではFlashの基礎を学びます。アニメーションの世界を体験したい方、大歓迎です。

6

12月22日水

白春 騾

ビジネスデザイン学部
経営情報学科 准教授

資源の争奪と防衛

—中国の資源状況はどうなっているのか—

レアアース、レアメタルについての喧嘩報道はどれほどの真実があるのか。中国の資源枯渇はどの程度になっているのか。誰が中国の資源を動かしたのか。中国も世界も生存のための資源消耗という課題に直面している。本講座は、中国の資源現状を確認する。

お申し込み（FAX用）

氏名	参加人数
御連絡先（電話番号もしくはメールアドレス）	
希望日に○をつけてください。	全ての日程に参加・11/18・11/25・12/2・12/8・12/16・12/22

平成21年度 浜松大学 公開講座

*オムニバス形式ですので、1回単位での申し込みも可能です。

受講料
無料

10/15
(木)

『金融危機と株式市場』

「100年に一度」と言われる現在の世界金融危機を概観し、株式市場の現状と今後を展望します。そもそも金融危機を引き起こした不良債権問題とはどのようなものか。株価指標と投資パフォーマンスには、どのような関係があるのか。これらに加えて、近年注目されるキャッシュフロー計算書の見方や、今後の株式市場の行方についてお話しします。

竹田 聰 ビジネスデザイン学部サービスと経営学科 准教授
立教大学卒業後、富士銀行（現みずほ銀行）勤務を経て、立教大学大学院修了。
専攻は金融経済論、証券投資論。

10/29
(木)

『人間の基本的な動きについて ～介護に役立つ基本知識～』

人間の基本的な動きのうち、「寝返る、起き上がる、立ち上がる」の3動作は、障害があると、なかなかできない動作です。そこで、これら3動作について、通常どのように行っているかを知り、介護などが必要となった人を動かす時に、如何にすれば介護者の負担が少なく人を動かすことができるかを解説します。この講義は、実際に皆様に身体を動かして頂きながら行います。従って、ジャージなど動きやすい服装で参加されることを望みます。

山田英徳 保健医療学部作業療法学科 准教授
国立療養所東名古屋病院付属リハビリテーション学院卒業、静岡大学工学部卒業、放送大学大学院修了。労働福祉事業団旭労災病院をはじめ16年間、急性期から慢性期に至る各施設にて作業療法士として勤務。

11/12
(木)

『子どもの安全・安心と学校の危機管理』

「安全・安心な国」として世界に冠たる地位を占めていた我が国の安全・安心が、脅かされています。特に、大阪教育大学附属池田小学校での児童殺傷事件以降、全国で学校への不審者の侵入や登下校での誘拐など子どもが犯罪被害にあう事件が続発し、学校、家庭、地域を挙げて、子どもを守る取組を進めています。そのような我が国の現状と英国での調査結果なども交えて、子どもの安全・安心や学校の危機管理について考えます。

戸田芳雄 健康プロデュース学部心身マネジメント学科 教授
山形県公立学校教員、教育委員会指導主事・学校教育課長等を経て、文部科学省教科調査官・体育官として保健体育、学校・子どもの安全教育などを担当。

11/26
(木)

『中国の経済成長と出稼ぎ労働者問題』

中国は経済成長とともに貧富格差も拡大している。貧富格差の拡大は社会不安の原因になり、経済成長を阻害している。貧富格差の縮小は中国にとって社会安定と経済成長にかかわる重要な課題となっている。本講座は中国の出稼ぎ労働者の現状確認を通して貧富格差拡大の形成原因を分析し、経済成長と社会公平の実現のための政策方法と最低限の均衡点を考える。

白春鶴 国際経済学部国際経済学科 講師
新潟大学大学院現代社会文化研究科博士課程、博士（経済学）。専門：国際経済、経済政策。日本地域政策学会理事。

お申し込み方法

氏名・御連絡先・参加人数・希望日を記載の上、
FAXまたはメールにてお申し込み下さい。
FAX.053-428-8022 Eメール:kisokyo@hamamatsu-u.ac.jp

会場：浜松大学都田キャンパス

時間：18:30～19:30

定員：60名（先着）

主催：浜松大学エクステンションセンター

後援：浜松市

10/22
(木)

『児童虐待問題の現状と課題』

～地域でできる子育て支援・虐待予防～

児童虐待が増加の一途をたどっています。児童虐待は、一部の特殊な親だけの問題ではありません。子育てをする世代が「子育てがつらい」と感じる要素の煮詰まってしまった最悪の現象が児童虐待の問題だと考えます。社会を驚かせる事件の背景には、犯人の幼児期からの虐待が多く確認されています。地域社会でできる子育て支援活動や、虐待予防について考えます。

柴田俊一 健康プロデュース学部こども健康学科 准教授
保健所・児童相談所などで臨床心理士としての職務経験あり。専門領域は児童虐待、子育て支援、愛着障害など。

11/5
(木)

『マナーは思いやる心の表現』

豊かな人間関係を築いていくためには、相手を思いやる心とそれを形にして表現することが重要です。ちょっとした工夫で伝わり方が変わります、実践を通して楽しく学んでみましょう。

長谷川真知子 ビジネスデザイン学部サービスと経営学科 教授
元JALの客室乗務員。長年乗務員の指導育成に携わっておりました。現在、サービスと経営学科で、サービス、ホスピタリティ、顧客満足、接遇などの授業を担当しております。

11/19
(木)

『秋の夜、愛を歌う』

秋の夜、愛を歌う MONJYU
切ない青春の思い出はありませんか。
ほろ苦い中年の思い出はありませんか。
悲しい人生の思い出はありませんか。
秋の夜、愛の思い出と歌をあなたに。

安藤勝志 健康プロデュース学部心身マネジメント学科 教授
向島正喜 ビジネスデザイン学部経営情報学科 准教授
小野澤隆 ビジネスデザイン学部サービスと経営学科 教授
MONJYUのメンバーは向島正喜（ボーカル）・小野澤隆（伴奏）・安藤勝志（作詞）の3人。向島は英米文学、小野澤は英学史、安藤は時代小説研究が本業。

12/3
(木)

『キャッシュ・フローと利益』

利益は意見であるが、キャッシュ・フローは事実であると言われています。本講座では、キャッシュ・フロー情報を伝達するキャッシュ・フロー計算書と利益操作について概観した後で、利益は意見であるが、キャッシュ・フローは事実であるという表現の意味について考えてみたいと思います。その過程において、キャッシュ・フロー情報の有用性を明らかにしたいと考えております。

渡邊和矩 経営情報学部学部経営情報学部学科 教授
立教大学および立教大学大学院を経て、青山学院大学大学院博士課程。1989年から本学に就任。著書に、「財務報告の展開」（中央経済社）、「財務会計学通論」（税務経理協会）および「連結会計の基礎知識」（中央経済社）などがある。

お問合せ先

TEL 053-428-3514
浜松大学エクステンションセンター
受付時間 平日10:00～16:50

お申し込み用紙(FAX用)

FAX.053-428-8022

氏名

参加人数

御連絡先(電話番号もしくはメールアドレス)

希望日に○をつけて下さい。 全ての日程に参加・10/15・10/22・10/29・11/5・11/12・11/19・11/26・12/3