
東海学院大学・東海学院大学短期大学部

公開講座

2026

「前向きに生きる ～大学は知の宝庫～」

会場

図書館大セミナー室

(東キャンパス:図書館1階)

★第1回

図書館中小セミナー室

(東キャンパス:図書館2階)

★第2回、第4回

体育館(東キャンパス)

※体育館シューズをご持参の上、
運動可能な服装でご参加ください。

申し込み方法

1. 電話 2. FAX 3. E-mail

※1～3のいずれかの方法で、次の①～⑤についてご連絡の上
お申し込みください。同伴者の方も同様をお願いします。

【申込事項】

①郵便番号 ②住所 ③氏名(フリガナ) ④電話番号
⑤受講を希望する回(複数可)

宛先

東海学院大学・東海学院大学短期大学部公開講座係

【TEL】058-389-2969 【FAX】058-371-9851

【E-mail】library@tokaigakuin-u.ac.jp

時間

13:30～15:00

締め切り

先着順で受付、定員になり次第締め切ります。

※受付の可否はお申込みの方法と同じ方法でお知らせします。

定員

第1回	40名	第6回	100名
第2回	48名	第7回	100名
第3回	100名	第8回	100名
第4回	40名	第9回	100名
第5回	100名		

学生食堂ご利用のご案内

★東キャンパス学生食堂

図書館大セミナー室と学内通路でつながっておりますので
便利です。講座開始前にご利用ください。

★西キャンパス学生食堂

早めに到着された場合、こちらでもご利用いただけます。

受講料

全回無料

受講証

毎回講座終了後に受講証をお渡しします。

問い合わせ・申込み先

東海学院大学・東海学院大学短期大学部公開講座係

〒504-8511 各務原市那加桐野町5-68 【TEL 058-389-2969 / FAX 058-371-9851】

E-mail library@tokaigakuin-u.ac.jp

◆公開講座に関する情報は、本学ホームページ(<http://www.tokaigakuin-u.ac.jp/>)でもご覧いただけます。

第1回 10/5(月)13:30～15:00 図書館中小セミナー室(東キャンパス) 定員 40 名 さあ！俳句を始めましょう。～俳句をつくと幸せで長生き～ 講師 西田 拓郎(本学教授) これからの人生をどう充実させるか迷っているあなた。今がチャンスです。俳句を始めましょう。俳句入門者は健康で長生き。とても楽しい時間ですよ。 ① 俳句の作り方を伝授しますので、まずは作ってみましょう。 ② 好きな俳句を鑑賞してみましょう。 ③ 俳句をもとに語り合ってみましょう。	第6回 11/18(水)13:30～15:00 図書館大セミナー室(東キャンパス) 定員 100 名 ぐっすり眠って、いきいき生きる — 今日からできるやさしい快眠習慣 — 講師 大浦 真一(本学教授) 睡眠は心と体の健康を支える大切な土台です。本講座では、良い眠りのための生活習慣や「眠れないとき」の対処法を分かりやすくお伝えします。さらに、やさしく触れることで安心感を高める「タッピングタッチ」を体験し、今日から実践できるリラックス法を学びます。ぐっすり眠って、前向きにいきいきとした毎日を過ごしましょう。
第2回 10/20(火)13:30～15:00 体育館(東キャンパス) 定員 48 名 わくわくポッチャ交流会 ～スポーツライフを楽しんで前向きに生きていこう～ 講師 和田 誠司(本学講師) ユニバーサルスポーツとして注目されるポッチャを手軽に楽しめる「わくわくポッチャ」(本学オリジナル)を体験し、スポーツの楽しさや喜びを感じます。 する「楽しくプレイをする」 みる「楽しそうなプレイをみる」 支える「かんたんコートづくりを手伝う」 知る「ポッチャの楽しみ方を知る」	第7回 11/27(金)13:30～15:00 図書館大セミナー室(東キャンパス) 定員 100 名 江戸の出版 講師 アンドリュー・デュアー(本学教授) 江戸の人々は大本好きでした。読書離れや活字離れと懸念される今日では考えられないほど、出版は盛んでした。でも、今の書店も図書館もほとんどありませんでした。江戸の人はどうやって本を手に入れたのか？どんなものを読んでいたのか？そしてその本はどのように作られたのか？江戸の本箱を開いてみます。
第3回 10/30(金)13:30～15:00 図書館大セミナー室(東キャンパス) 定員 100 名 レジリエンスと語学学習 ～ しなやかな心を育む ～ 講師 広瀬 八重子(本学講師) ゴムボールは、壁や床に打ち付けられても、もとの形に戻りながら、跳ね返ってきます。 「レジリエンス」とは、さまざまな逆境や試練から立ち直る心の力です。本講座では、苦手意識や挫折経験をもつ人が多い「語学学習」を例に挙げながら、日常生活にも生かせる、「レジリエンス・トレーニング」の基本を紹介いたします。	第8回 12/11(金)13:30～15:00 図書館大セミナー室(東キャンパス) 定員 100 名 オリジナル楽器で聴く「幻想交響曲」 ——ベルリオーズはどんな音を聴いていたのか—— 講師 菅野 道雄(本学教授) ベルリオーズ(1803-69)はフランスのロマン派が生んだ最初の天才作曲家です。中でも「幻想交響曲」は、ベートーヴェン以後の最高の交響的作品といつてよいでしょう。今日は、その新しさをより味わえるオリジナル楽器の演奏でこれを聴いてみることにします。
第4回 11/6(金)13:30～15:00 体育館(東キャンパス) 定員 40 名 体力測定で健康寿命を延ばそう 講師 田中 克実(本学准教授) 健康寿命とは、病気や障害がなく、元気に過ごせる年数のことです。体力測定は、健康寿命を延ばすための重要なステップです。 測定を通して、筋力、持久力、バランスなどの現状を把握し、それに合わせた運動や生活習慣の改善を考えてみましょう。	第9回 12/17(木)13:30～15:00 図書館大セミナー室(東キャンパス) 定員 100 名 現代アート 講師 北村 武志(本学講師) 「現代アート」って何？ 難しそうで取っ付きにくいイメージ・・・ 5人の現代アートに関わる作家を通して、「現代アート」を分かりやすく紐解いていきます。

第5回 11/12(木)13:30～15:00

図書館大セミナー室(東キャンパス) 定員 100 名

宇宙は老化のアクセラレーター:宇宙でそして地上でどう生きるか？

講師 森田 啓之(本学教授)

宇宙に行くと、人は“急速に老化する”—そんな側面があることをご存じですか？有人月探査計画や民間宇宙飛行の進展により、宇宙は身近になりつつありますが、そこには健康上の大きな課題が存在します。そしてその多くは、地上の高齢者の問題と驚くほど共通しています。本講演ではその共通点を手がかりに、宇宙と地上の未来の生活を考えます。

◆◆◆交通案内◆◆◆

【岐阜バス】

「JR 岐阜バスターミナル⑭のりば」で乗車。「東海学院大学前」下車(徒歩 5 分)。

【各務原ふれあいバス:那加線】

各務原ふれあいバス:那加線(1乗車 100 円)に乗車。

「東海学院大学南」下車(徒歩 5 分)。

【自家用車】

東キャンパス駐車場に参加者用駐車場をご用意しますのでご利用下さい。

