

2025年度公開講座 概要一覧表 (5/23日現在)

講座NO	講座名	講師名	講座概要
2501	インド仏教<偉人伝>-釈尊と 仏弟子たちの物語-	千葉 公慈	仏教を開いた釈尊には、その生涯に多くの人物との出会いがありました。釈尊を支えた十大弟子や仏弟子たち、そしてコーサラ国やマガダ国といった当時の人々の中には、注目すべきユニークな人物が多く見られます。このたびは仏教に親しむために、そうした初期仏典に登場する人物伝から、釈尊との交流や興味深いエピソードを紹介します。
2502	生と死を考える-生命倫理、道 元、死者と私たち-	齋藤 仙邦	生きることと死ぬことについてをテーマにします。講座は三回で、第一回が「死とは何か-生命倫理と生きる意味」第二回は「道元禅師における生と死」、第三回は「死と倫理-死者と対峙するわれわれ」です。「死」というものと私たちはどう向き合うべきかについて考えてみたいと思います。
2503	仏教美術探索-会津ハ-の歌 とめぐる奈良の仏像-	門脇 佳代子	優れた造形表現は感動を与えてくれますが、同時に仏像には姿かたちに意味があり、また人々の信仰の歴史を伝えていきます。成り立ちや鑑賞ポイントを知ることで、理解を深め、その素晴らしさをより感じていただけたらと思います。美術史家・書家にして歌人でもある会津ハ-の歌をてがかりに、奈良の古寺や仏像の魅力を読み解いて行きます。
2504	くずし字入門~戦国大名の国 づくり~	長澤 伸樹	人々の暮らしや人間関係など、さまざまな情報を含む「古文書」は、歴史を学ぶうえで不可欠な素材です。しかし、それらを読み解くためには、そこに書かれた独特の「くずし字」に慣れる必要があります。本講座では初めてくずし字に触れる方を対象に、戦国大名の領国支配に関わる古文書を用いながら、かな文字を中心とした読解の基礎を学びます。
2505	展覧会鑑賞と体験	奈良 綾	国見キャンパスにある、美術工芸館にて行っている展覧会鑑賞とその場でできる体験を行います。
2506	プログラミング体験講座- MakeCodeによるロボット カー操縦-	高橋 俊史	プログラミングを体験してみたいけどなかなか機会がないという方を対象としたプログラミング体験講座です。Microsoft社のMakeCodeというビジュアルプログラミング言語とmicro:bitというマイクロコンピュータを用いてロボットカーを制御するプログラミングを体験します。
2507	シニアを対象としたeスポーツ 体験	高橋 俊史	フレイル予防としても注目されているeスポーツの基本を学ぶ講座です。eスポーツがどんなものかよくわからないという方を対象に、説明から始まり実際に体験して、面白さや難しさについて学びます。
2508	防災・減災教育について(本 学の取り組み)	生涯学習ボランティア支援課	本学で行っている、防災・減災の活動をご紹介します。
2509	小さな声の人と一緒につくる Well-beingなまちづくり	石塚 裕子	「みんな」から見落とされがちな小さな声の人たちと一緒にまちづくりを考えるプロセスや手法、楽しさについて述べる。インクルーシブデザインやインクルーシブリサーチといった、小さな声の人に着目した新たな研究アプローチを紹介する。観光や防災といった非日常の場面においても、一人一人がウェルビーイングであるための場所(空間)づくり、しくみづくり、人づくりを目指したアクションリサーチを紹介します。
	参加を促す地域づくりのヒント	庄司 知恵子	「困っている人を助けられる地域づくりをしよう!!」と、地域づくりを頑張っている様子が各所から聞こえてきますよね。でも、なかなか参加者がいない・・・、決まった人しか参加しない・・・、そんなことはありませんか?本講座では、私がお邪魔した地域づくりの場から得られた「参加」を促すヒントをご紹介します。
	災害時に誰もが助かる社会を 目指して	渥美 公秀	災害が多発する中で、誰もが助かる社会を築くための手立てを考えてみます。第一回は、災害発生から救援、復旧・復興までの流れを災害ボランティアに注目して様々な事例をご紹介します。第二回は、地域での防災活動について新しい取り組みを含めてをご紹介します。
2510	家族DEアート『おばあちゃん の畑のとうもろこし』	福祉工房	柔らか粘土とカラフル和紙で作るとうもろこし! 夏の太陽から栄養をもらって、自分だけのとうもろこしを元気に大きく育ててみましょう。ご家族や孫さん、お友達などと、作品づくりを通してお互いの新たな一面を発見できるかも! 一緒にアートの時間を楽しみましょう。
2511	知るからはじめるフレイル予防	福祉工房	「健康」と「介護が必要な状態」の中間状態を指すフレイル。早い段階でフレイルに気付き、予防に取り組むことで回復・改善することができます。本講座ではフレイルに関する講話やフレイルチェック、筋肉量の測定、フレイル予防運動をご紹介します。まずは自分の身体を知るところからフレイル予防を始めませんか?
2512	社会貢献活動支援士**民間 資格**	生涯学習ボランティア支援課	現在、内容を精査中です。お待ちください。
2513	私たちの生活と福祉~生活の 中の福祉の課題について考える~	竹ノ内 章代	これまでの実践活動を通じて、私たちの生活の中にある福祉課題を見つめ、それらをどのように解決するかについて、専門職の役割と市民の皆さんの役割を講義を通して、共に考える機会としたいと思います。取り上げる課題は、「こどもを取り巻く社会と課題(虐待やヤングケアラー)」「障がいがあること・育つこと」「多様性が生かされる社会とは(LGBTQ+)」「自分らしく生きるために(成年後見制度について)」を予定しています。

2514	長い老後の過ごし方～老後に向けて準備を始めませんか～	野田 毅	人生100年時代と言われる今、どのように時間を使って、どのような暮らし方をしたいかを考えておくことは必要です。また、いつなるとき起きるかもしれない地震などの災害を避けて生活を続けることが難しい時代でもあります。この先の生活における備えを一緒に考えていきましょう。
2515	災害と福祉の関係について歴史の中で考える-明治38年東北三県凶作・宮城県を通して-	元村 智明	日本社会は、災害大国でもあるもの国家による支援が届きにくい。そのことは、なぜなのかについて、明治38年の東北三県凶作・宮城県での事例から歴史的に探ります。そのことは、生活困難や生活不安の問題が必ずしも国家による生活支援の問題として直接的支援ではないことを明らかにすることで、社会福祉への権利性の問題を考えたいと思います。
2516	いまのすまいどうする?どうなる? ～住まいの終活セミナー～	本田 勝祥	持ち家などを所有している不動産の今後についてどうしたら良いか、相続のいろはから近時の民事法制の改正など交えてお話しします。
2517	積立投資で築く、賢い資産形成	藤原 誠一	資産形成に必要な投資の考え方とiDeCo、NISAの基本についてお話しします。
2518	七十七銀行 こどもセミナー	七十七銀行	金融資料館見学を行い、お金の大切さを学ぶ講座となります。
2519	夢や目標を実現させるために必要なこと	星 孝典	夢や目標を実現させるために必要なことと題して、私が学生時代に立てた目標を達成するまでに意識したこと、大切だと思ったことを例に出しながらお話しします。
2520	「身体は変化の真っ最中 知っておきたい成長期の怪我と動きのヒント」	黒木 薫	成長期は体に変化していく時期であり、痛みを我慢して競技を続けることで関節の変形が起こり将来の競技生活に大きな影響を及ぼすことがあります。この講座では、野球競技を中心に成長期に多いけがを知り、怪我した時の考え方、効率よく身体を動かすヒントについてお話しします。
2521	喉を鍛えて10歳若返る!健康ボイストレーニング	齋藤 あけみ	喉を鍛えることで声の質を向上させ、健康的な生活をサポートします。若返り効果や誤嚥性肺炎の予防の焦点を当て、実践的なボイストレーニングを通じて、呼吸法や発声技術を学びます。
2522	ヤクルト健康講座	宮城ヤクルト	あなたの「腸」は健康ですか。昨年好評をいただいたヤクルトの健康講座です。人には聞けない排便のお話や、腸内環境の大切さを学びます。また、「乳酸菌と睡眠」「乳酸菌と歯の健康」など近年話題性の高い内容は、是非皆さまの健康づくりにお役立てください。



←申し込みはこちらから（申し込みフォーム）

●ホームページ <https://www.tfu.ac.jp/llc/index.html>



←ホームページに詳細を掲載しております。（講座の日程等）

←<https://www.tfu.ac.jp/llc/m0feu40000022fef.html>