

(8) 社会貢献活動

平成29年度生涯学習センター講座内容

公開講座			
講座番号	日時	タイトル・講師	内容
1	7/15 (土) 13:30 ～ 15:00	はじめての日本画 ～日本画の絵の具で和風 柄を描いてみましょう～ 吉井 ゆだね	繊細な色合いが美しい日本画を体験してみませんか？ 膠(にかわ)という動物のゼラチン質と、水干(すいひ)絵の具という粉状の絵の具を指で溶き、描きます。 水彩画や油彩とはまた一味違う、しっとり落ち着いた色合いは魅力的です。 お花、金魚、鳥など和風の柄で季節を感じながら楽しみましょう。
2	11/25 (土) 13:30 ～ 15:00	疲れた体をリフレッシュ！ ～肩こり・腰痛をセルフ ストレッチで改善しよう～ 十河 直太	人は加齢とともに体力や柔軟性が低下していきます。また、日頃の仕事や家事による疲労が原因で肩こりや腰痛に悩む人も多いのではないのでしょうか。これらの改善法についてはテレビや雑誌で多く紹介されており、その中には科学的観点からみると疑問符が付くものも少なくありません。 本講座では自宅でできるセルフストレッチ法についてわかりやすく紹介したいと思っています。
3	12/16 (土) 13:30 ～ 15:00	気分や感情をコントロール！? ～マインドフルネスの 観点から～ 寺田 和永	近年、臨床心理学の領域では、マインドフルネスという「今、ここ」を活用した心理療法が注目されています。 この視座は、治療ばかりでなく、日々の生活のなかの気分や感情のコントロール、集中力アップなどにおいても役立つものです。講義やワークを通して、マインドフルネスについて学び、皆さんの日常に役立ててみませんか？
4	1/13 (土) 13:30 ～ 15:00	本当は面白い 算数の世界 ～子どもの算数遊びから 見えてくるもの～ 黒澤寿美	「嫌いな教科はなんですか？」と聞くと「算数！」と答える子どもが多いのはなぜでしょうか？算数は単に計算力をつけるだけの教科ではありません。 この講座では、幼児・児童期の算数遊びを紹介します。皆さんも算数の面白さをぜひ実感してみてください。

場所	環太平洋大学短期大学部 けやきキャンパス
受講料	第1講座 500円 その他の講座 無料
連絡先	TEL 0895-22-3126 FAX 0895-28-7081 E-mail : llc@aitan.ac.jp

(8)社会貢献活動

絵画講座

<全5回講座>

タイトル・講師	内容
たのしい 日本画教室 ～金箔を使った砂子に チャレンジしてみましょう～ 吉井 ゆだね	繊細な色合いが美しい日本画を体験してみませんか？ 膠(にかわ)という動物のゼラチン質と、水干(すいひ)絵の具という粉状の絵の具を指で溶き、描きます。 水彩画や油彩とはまた一味違う、しっとり落ち着いた色合いは魅力的です。 全五回の教室の中ではお花をモチーフとして描き、 金箔を細かくしたものを画面に施しキラキラさせる「砂子(すなご)」技法にもチャレンジします。

対象	一般 定員15名
受講料	5,000円/5回
講師	本校特任講師 吉井 ゆだね