

第92号

令和3年7月発行

放送大学

鹿児島学習センター

〒892-8790 鹿児島市山下町14番50号

☎ (099)239-3811

FAX (099)239-3841

E-mail kagoshima46@ouj.ac.jp



コロナ禍における身体活動の重要性



客員教授

牧迫 飛雄馬

(鹿児島大学教授)

日本での国内第1例目（2020年1月）となる新型コロナ感染症患者が報告されてから1年半が経過します。その間で、私たちの生活様式は大きく変化しました。とくに、2020年4月に全国で発令された緊急事態宣言では、3密（密閉・密集・密接）を回避し、不要不急の外出自粛やテレワークの導入等といった新しい生活様式の実践が求められるようになりました。これらは新型コロナ感染症の拡大防止のためには非常に重要な対策ですが、一方で新型コロナ感染症の拡大とそれに伴う緊急事態宣言によって、多くの人々で日常生活における身体活動量が減少したことが報告されています。全国の40歳以上の高齢者1989名から取得されたデータを分析したところ、コロナ禍以前（2019年10月）に比べて、1回目の緊急事態宣言中（2020年4月）では、1週間あたりの身体活動時間が約30%減少していました（Makizako H, et al. 2021）。また、緊急事態宣言が解除された後（2020年10月）でも、コロナ禍以前に比べると身体活動量は約15%減少したままでした。同時に、緊急事態宣言中で体力の衰えを感じるかを聴取したところ、3割以上の対象者で体力低下を自覚していました。このような体力低下を自覚している人々では、緊急事態宣言中の身体活動量はコロナ禍以前と比べて、半分以下に

減少していました。

このような身体活動の低下した状況が長期間続くと、将来の疾病発症の危険を高めたり、高齢期においては介護が必要となる危険を高めたり、様々な健康被害を生じることが懸念されます。わが国における脳心血管病による死亡数への危険因子の影響を調べた報告によると、低い身体活動は喫煙や高血糖よりも死亡の危険を高める要因であり、年間で4万人以上が低い身体活動によって死亡していると推計されています。

そのため、コロナ禍においては、感染予防に十分な対策を行ったうえで、身体活動量を維持することも重要となります。人混みを避けて、屋外などの開放された場所で身体を動かしたり、家では座っている時間を減らしてラジオ体操のような自宅でできる運動を実践したりすることが推奨されます。また、外出しにくい状況では、他者とのコミュニケーションも減少します。人との交流が減少することは、うつや認知機能の衰えの引き金となることも懸念されます。家族や友人と直接に会えない状況では、電話（テレビ電話含む）やメール、オンライン会議システムを活用するなどして、他者との交流機会を積極的にとることも大切となります。

2021年度第1学期 単位認定試験は自宅受験にて実施します



2021年度第1学期単位認定試験は、新型コロナウイルス感染症をめぐる国内状況を鑑み、以下のとおり代替措置を講じて実施いたします。

1 試験期間

令和3年7月13日（火）10:00～7月20日（火）23:59

2 実施方法

自宅受験（自宅等で答案を作成し郵送で提出する方法）

△学習センターで受験することはできません。



3 試験問題の出題方法（①②のいずれかで入手する）

①放送大学ホームページからリンクされたウェブページから試験問題を閲覧できます。期間中は何度でも閲覧可能です。

プリンターがあれば印刷も可能です。

△鹿児島学習センターのパソコン・タブレットとプリンターは使用できませんのでご注意ください！

②コンビニ設置のコピー機端末で提供されているプリントサービスを利用して試験問題を印刷してください。（有料サービス）

4 答案の提出方法

自宅で大学本部から送付された答案用紙に解答を記入



大学本部から送付された返信用封筒を使用し郵送で提出

△7月20日（火）（当日消印有効）

その後は無効となります。ポストに投函する場合は集荷時間を必ず確認してください。

5 成績発表

8月下旬に「試験結果」を郵送します。

システム WAKABA でも確認することができます。

※詳細については、6月下旬に本部から送付された「単位認定試験関係書類」をご確認ください。

【再試験について】～試験に不合格だった・未受験だったときは・・

新規に科目登録した学期に単位修得できなかった場合、次の学期に学籍がある場合に限り（休学中の場合を除く）科目登録を行わなくても再試験を受験することができます（再試験に係る授業料などはかかりません）。今学期で在学期間が終了する方は、次の学期の入学出願を行い学籍を継続することで再試験が受験できます。

※オンライン授業科目は、通信指導および単位認定試験を行いませんので再試験はありません。（「教育課程の意義及び編成の方法（'15）」「幼児理解の理論及び方法（'15）」「小学校外国語教育教授基礎論（'17）」を除く。）単位を修得できなかった場合、再度科目登録が必要ですのでご注意ください。

次学期の手続について

今学期（9月末）で学籍がなくなる学生



継続入学の手続

システム WAKABA → 教務情報 → 継続入学申請より手続されるか、本部から送付される「継続入学関連書類」により、再入学の手続を行ってください。

〈出願期間〉

第1回：6月10日（木）～8月31日（火）まで

第2回：9月1日（水）～9月14日（火）まで

次学期（10月以降）も学籍がある学生



科目登録申請の手続

本部から送付される「科目登録申請要項」により、次学期の履修科目を申請してください。

〈システム WAKABA による申請期間〉

8月15日（日）9:00～8月31日（火）24:00

〈郵送による申請期間〉

8月15日（日）～8月30日（月）私書箱必着

※継続入学関連書類は集団入学または共済組合を利用して入学した方には送付されません。

※継続入学をされる方で、入学学期に面接授業を希望される方は、8月15日～8月31日の間にシステム WAKABA から手続を行ってください。その他の期間での手続、及び郵送から手続を行った場合は、面接授業登録はできませんので、ご注意ください。

2021年度第2学期面接授業の授業形態について



2021年度第2学期の面接授業は、10月15日（金）～2月2日（水）の間、全国の学習センターで開講を予定していますが、2021年度第1学期と同様に、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、対面授業の閉講（中止）、Zoom等のシステムによるWeb授業への変更、状況次第では代替措置へ切り替え、居住都道府県外への越境受講禁止措置をおこなう可能性があります。学習センターからのお知らせやシステム WAKABA への掲示にご注意ください。

（シラバス左下の「授業会場」欄に、“※不測の事態発生時は閉講”または“※不測の事態発生時はWeb授業で開講”と表示しています）

以上をご理解いただき、特に卒業見込者、資格取得を主眼とした単位修得を目的とする学生におかれましては、放送授業やオンライン授業を積極的に受講ください。



2021年度第2学期 面接授業開講科目一覧



【科目登録申請期間】・・システム WAKABAによる申請期間：8月 15日（日）9:00～8月 31日（火）24:00
郵送（科目登録申請票）による申請期間：8月 15日（日）～8月 30日（月）私書箱必着
★7月中旬に本部より「科目登録申請要項」が送付されますので、詳細をご確認ください。

科目区分	ナンバリング (レベル表示)	科 目 名	担当講師名	授 業 日	定員
導入科目： 人間と文化	220 (中級)	近代天皇制から象徴天皇制へ	茶谷 誠一	10月 15日（金） 10月 22日（金）	24
専門科目： 人間と文化	320 (中級)	日本文化概論－鹿児島を視点に	魚住 孝至	10月 16日（土） 10月 17日（日）	24
基盤科目： 外国語	110 (初級)	中国語で話してみよう	寺西 光輝	10月 23日（土） 10月 24日（日）	24
専門科目： 生活と福祉	320 (中級)	認知症と高齢者のこころの病気	長友 医繼	10月 29日（金） 11月 5日（金）	24
導入科目： 社会と産業	220 (中級)	日常生活に役立つ法知識	黒沢 佐和美	10月 30日（土） 10月 31日（日）	24
専門科目： 社会と産業	320 (中級)	自治体行政論3	西 啓一郎 桑代 毅彦 本田 豊洋 片野田 拓洋	10月 30日（土） 10月 31日（日）	24
導入科目： 生活と福祉	220 (中級)	精神的健康のセルフマネジメント	山下 亜矢子	11月 6日（土） 11月 7日（日）	24
専門科目： 心理と教育	320 (中級)	トラウマの臨床心理学	餅原 尚子	11月 6日（土） 11月 7日（日）	24
導入科目： 情報	220 (中級)	画像記号による計算機操作の基礎	内山 博之	11月 13日（土） 11月 14日（日）	24
専門科目： 心理と教育	320 (中級)	心理学実験2	田爪 宏二	11月 13日（土） 11月 14日（日）	21
導入科目： 社会と産業	220 (中級)	暮らしからみえる鹿児島、日本	宮下 正昭	11月 20日（土） 11月 21日（日）	24
導入科目： 自然と環境	220 (中級)	鹿児島の植生と植物の多様性（注1）	川西 基博	11月 20日（土） 11月 21日（日）	15
専門科目： 心理と教育	320 (中級)	心理学実験3	有倉 巴幸	11月 27日（土） 11月 28日（日）	21
基盤科目： 外国語	120 (中級)	日常で使える英語表現	山崎 美智子	12月 4日（土） 12月 5日（日）	24
専門科目： 自然と環境	320 (中級)	鹿児島の自然と土砂災害	地頭菌 隆	12月 4日（土） 12月 5日（日）	24
導入科目： 社会と産業	220 (中級)	日本経済の概観－現状と課題－	石塚 孔信	12月 11日（土） 12月 12日（日）	24
導入科目： 社会と産業	220 (中級)	日本経済の概観－現状と課題－（注2）	石塚 孔信	12月 11日（土） 12月 12日（日）	10
導入科目： 自然と環境	220 (中級)	水族館学入門（注3）	佐々木 章 検見崎 温久 久保 信隆	12月 18日（土） 12月 19日（日）	16
専門科目： 人間と文化	320 (中級)	宮沢賢治の童話を読む	村瀬 士朗	12月 18日（土） 12月 19日（日）	24
専門科目： 生活と福祉	320 (中級)	老年期の健康科学	牧迫 飛雄馬	12月 25日（土） 12月 26日（日）	24

(注1) 授業の実施会場は、県立奄美図書館です。

(注2) 鹿児島学習センター（鹿児島市）で行う授業をWeb会議システムを利用し、県立奄美図書館（奄美市）でも開講します。

(注3) いおワールドかごしま水族館で、体験型の授業を行います。



客員教員による「ミニゼミ」の案内

特定のテーマについて少数の学生が客員教員を囲み勉強する「ミニゼミ」を実施します。令和3年度第2学期は以下の客員教員がそれぞれの相談日（所長は日曜日）に行います。正式な単位にはなりません。また、受講料は無料です。各テーマの定員は7名までとし、原則として複数の受講はできません。テーマ名、担当教員名、概要は下記のとおりです。いずれも90分間ずつ計6回が基本ですが、全回出席できることを受講の条件としておりません。ミニゼミの受講を機に客員教員とだけでなく学生同士の距離も縮まり、学生生活が楽しめます。なお、6回終了後も希望者に対しミニゼミを継続実施する場合があります。

◎申し込み期間：10月1日（金）～8日（金）先着順に受け付けます。

（受付期間終了後に空席がある場合には、2テーマ目の受講を含め、10月9日（土）から第1回目の実施日の前日まで受け付けます。）

※コロナウイルスの感染状況等により、実施日等を変更する可能性があります。

（1）アメリカの文化・社会について考える 森 孝晴 先生

アメリカの現代社会について一緒に考えてみたいと思います。私の経験や小説にも触れながら、アメリカの日本との違いや覚えておくといいキーワードなどを説明します。この国の本質について楽しく意見を交わすことも取り入れていきたいと考えています。

（2）事件・事故の背景にある人間の心理的要因 大坪 治彦 先生

痛ましい事件や事故が続発しています。被害者や家族の苦しみには多くの人がこころを寄せています。少しでもこうした苦しみや悲しみを無くすために、事件・事故の背景にある人間の様々な要因を心理学の立場から考える機会にしたいと思います。

（3）最先端科学とその波及効果 住吉 文夫 先生

極低温技術を使う超伝導工学や加速器などの最先端科学は、MRI、PET、がん粒子線治療などの医療機器を実現させ、中央リニア新幹線、電気推進航空機、核融合発電など近未来の乗物や装置の開発を牽引します。最先端科学が私たちの暮らしにどう関わっているのか、机上デモ実験を交えて紹介します。

（4）自分で栽培する野菜、果樹、草花を楽しみましょう 遠城 道雄 先生

お住いの庭やベランダから畑まで、簡単にできる野菜、果樹、草花などの栽培について、その方法を科学的根拠も含めてご紹介します。少しだけ、実際に冬野菜のポット栽培にも一緒に挑戦することで、植物の栽培に親しんでいただきたいと思います。植物の栽培はストレス解消にもなります。

◎各担当客員教員の実施日程

曜日	時 間	客員教員	実施日（※変更になる場合があります）
火	10:30～12:00	森 孝晴	10/12（火）、19（火）、26（火）、11/2（火）、9（火）、16（火）
土	10:30～12:00	大坪 治彦	10/16（土）、23（土）、30（土）、11/6（土）、13（土）、20（土）
日	10:30～12:00	住吉 文夫	10/17（日）、24（日）、31（日）、11/7（日）、14（日）、21（日）
日	14:00～15:30	遠城 道雄	10/17（日）、24（日）、31（日）、11/7（日）、14（日）、21（日）

客員教員による『教養セミナー』の案内



客員教員の先生方から、それぞれの専門分野における興味ある話題について、講義形式でやさしくお話しいただきます。会場は鹿児島学習センターの講義室で、時間は90分程度です。ミニゼミと違って人数制限なく（今回はコロナ禍のため制限あり）、放送大学の学生であれば誰でも気軽に参加できます。資料等の準備のために、事前に事務室にお申込みください。なお、日程を変更する場合があります。

回 数	日 時	内 容	客員教員	
第2回教養セミナー	7月25日（日）10:30～※	経済学の話題	石塚 孔信	30
第3回教養セミナー	9月12日（日）14:00～	精神看護学の話題	山下 亜矢子	30
第4回教養セミナー	1月 9日（日）14:00～	植物栽培学の話題	遠城 道雄	30

※第2回教養セミナーは、前回のかいこうず91号で案内していた時間から変更になっています。



2022年度履修者用『卒業研究履修の手引』配布中

「卒業研究」を来年度履修希望の方、あるいは「卒業研究」に興味・関心のある方、『卒業研究履修の手引』は6月上旬から、鹿児島学習センターにて配布中です。

「卒業研究」は、指導教員から直接指導をうけることのできる放送大学で唯一の履修科目です。「卒業研究」の履修申請を検討中、あるいは迷っている方は、履修申請条件等ご確認の上、なるべく早い時期に鹿児島学習センター住吉所長へご相談ください。

申請期間：令和3年8月13日（金）～19日（木）郵送 本部必着



鹿児島学習センター所属学生 「入学時アンケート」結果について



2021年度一学期に放送大学に入学された学生さんのうち、鹿児島学習センター所属の357名に対して、広報活動の参考にするために、「入学時アンケート」を実施しました。かいこうず4月発行（第91号）の送付と同時にアンケートを依頼し、全科履修生42名、選科履修生37名、科目履修生17名の計96名が回答してくださいました。集計結果のうち主なものを以下に紹介します。いずれも複数回答可、回答数の多い順です。

- ①放送大学を知った手段：[チラシやパンフレット類（41名）、放送大学からの送付資料（41名）、放送大学ホームページ（37名）等]
- ②放送大学への入学検討のきっかけとなったもの：[放送大学からの送付資料（28名）、知人・友人からの紹介（25名）、放送大学ホームページ（24名）等]
- ③放送大学入学の動機：[資格取得（キャリアアップ）のため（56名）、生涯学習（32名）、大学卒業を目指すため（27名）等]
- ④放送大学を選ぶ決め手となったもの：[自分のペースで学べる（72名）、経済的な負担が少ない（44名）、授業科目・内容が充実している（26名）等]

ご協力いただきまして、ありがとうございました。入学後にご不明な点や修学上の種々の相談等がある場合は、客員教員や職員に遠慮なくお尋ねください。





公開講演会のお知らせ 聴講無料

日 時	場 所	テー マ・講 師
7月 25 日 (日) 13:30 ~ 15:15	鹿児島学習センター 講義室	テーマ: コロナ禍のいま、おススメしたい健康づくり 講 師: 牧迫 飛雄馬 (鹿児島大学教授)
8月 29 日 (日) 13:30 ~ 16:30	SS プラザせんだい (川内駅コンベンションセンター 301・302・303 会議室)	第1部: コロナ禍におけるストレスとその対処について 講 師: 有倉 己幸 (鹿児島大学教授) 第2部: ①いつでも誰にでも開かれた放送大学 ②極低温に触れて超伝導が拓く最先端技術を知る 講 師: 住吉 文夫 (放送大学鹿児島学習センター所長)
9月 19 日 (日) 13:30 ~ 15:15	鹿児島学習センター 講義室	テーマ: 薩摩焼の考古学 講 師: 渡辺 芳郎 (鹿児島大学教授)
10月 10 日 (日) 13:30 ~ 15:15	鹿児島学習センター 講義室	テーマ: 色から見た かごしまの魅力 講 師: 牧野 晓世 (鹿児島大学客員准教授)

※詳しくは、追って鹿児島学習センターHP等でお知らせします。

※どなたでも参加できます。ご家族、お友達の方などお誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

※新型コロナウイルスの感染防止のため、三密に配慮して開催します。マスクを着用してご来場ください。

図書・視聴学習室からのお知らせ

★過去 1 年分の試験問題・解答等が閲覧できます。

試験前は、閲覧が込み合う場合がありますので、早めの閲覧をお勧めします。

ただし、今回の単位認定試験の問題を閲覧することはできません。

※デジカメでの撮影はできますが、プリンターからのコピーはできません。

※ USB メモリ等に保存して、コンビニエンスストア等にて印刷が可能です。

※現在閲覧できる試験問題・解答等は、システム WAKABA 内で公開しているものと同じ 2020 年度 1 学期、2 学期分のみです。



★放送教材 (DVD・CD) は郵送にて大学本部からご自宅に取り寄せる事ができます。

学習センターでは室外貸出は行っていません。

詳しくは『学生生活の栄』をご覧ください。

★室内視聴用タブレットは、ご自分のログイン ID (学生番号) とパスワードを入力するだけで、すべての放送授業が視聴できます。ぜひご利用ください。

★雑誌のバックナンバー無料配布について！

鹿児島学習センターで配架していた雑誌のバックナンバー 2019 年 10 月～ 2020 年 3 月分を、希望の方に無償でさしあげます。

対象雑誌：臨床心理学・月刊福祉・英語教育・ニュートン・栄養と料理・文藝春秋など

日 時：7 月 21 日 (水) 9:30 ~

場 所：鹿児島学習センター 学生控室

先着順で、なくなり次第終了とします。一人でたくさんの持ち帰りはご遠慮ください。



★5月より学生図書リクエストの受付が始まりました。

学生図書リクエストとは、放送大学に所蔵していないが学習に不可欠で、購入を希望する図書館資料のリクエストを受付し、選定後、購入する制度です。(選定は、本部が行います。)

お申込の詳細については、ホームページから放送大学附属図書館の「図書館を使う」→「その他」の「学生図書リクエスト」へ、あるいは図書・視聴学習室の掲示をご覧ください。

鹿児島大学で授業を受講してみませんか？

放送大学では、鹿児島大学と単位互換協定を結んでおります。令和3年度第2学期においても「鹿児島大学特別聴講学生」として鹿児島大学で学ぶ学生（全科履修生）を募集します。

出願資格：① 全科履修生 ② 本学に在学年数が 1 年以上の者
③ 放送授業科目において 30 単位以上を修得した者

※出願締切は、8月6日（金）です。詳しくは、鹿児島学習センターまでお問い合わせください。

奄美再視聴室長交替のお知らせ

奄美再視聴室の村田達治室長は、奄美市教育委員会教育長就任に伴い退職されました。

奄美再視聴室長：徳永 ますみ

6月から奄美再視聴室で勤務することになりました徳永です。定年退職後3年間は、小学校の非常勤講師として勤務し現役を退いていました。この仕事に関わることで社会の情報に疎くなりつつある自分をわくわくさせることができるかもしれませんと期待しています。

放送大学で学ぶ方々と共に学び、新たな社会の扉を開きより豊かなこれからを作りたいと思います。



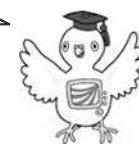
令和3年度10月入学生募集中！

◆教養学部◆ 全科履修生・選科履修生・科目履修生

◆ 大学院 ◆ 修士選科生・修士科目生

[出願期間] 第1回 8/31（火）まで
第2回 9/14（火）まで

オープンキャンパス・個別入学相談会開催中！
閉所日等を除いて毎日開催しています。



※大学院修士全科生・博士全科生の出願期間は、8/14（土）～8/25（水）〔消印有効〕

今後のスケジュール

7 July						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	(3)
(4)	5	6	7	8	9	10
11	12	(13)	(14)	(15)	(16)	(17)
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

【7月の予定】

13日～20日 単位認定試験実施期間

22日 閉所日（海の日）

23日 閉所日（スポーツの日）

25日 公開講演会



面接授業

3日（土）・4日（日）「英語を日常に取り入れる」

8 August						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

【8月の予定】

8日 閉所日（山の日）

10日 閉所日（県民交流センター休館日）

13日 卒業研究履修申請受付（8/19まで）

14日～15日 臨時閉所日

14日 令和4年度大学院修士全科生出願受付（8/25まで）

令和4年度大学院博士全科生出願受付（8/25まで）

15日 第2学期科目登録受付（郵送8/30、Web8/31まで）

29日 公開講演会



9 September						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

□ 閉所日 □ 単位認定試験

○ 面接授業

【9月の予定】

19日 公開講演会

21日 閉所日（県民交流センター休館日）

23日 閉所日（秋分の日）

26日 令和3年度第1学期卒業証書・学位記授与式



今年度の「納涼イベント」、「学生研修旅行」及び「第2学期入学者の集い」は、新型コロナウイルス感染症蔓延のため、昨年度に続き、やむなく中止いたします。