

第96号

2020年10月発行

放送大学 沖縄学習センター

TEL : 098 (895) 5952

FAX : 098 (895) 5953

〒903-0129 西原町字千原 1 番地

(琉球大学構内：地域国際学習センター棟 4 階・5 階)

キャンパス ニライ



沖縄学習センターのHP

~~~~~ 目 次 ~~~~~

ご卒業おめでとうございます	・・・ 1
30th Anniversary 2020年度学長裁量経費 プロジェクトに採択	・・・ 2
新！連載コーナー	・・・ 3
ウィズコロナ時代の「大人の食育」①	
客員教員：森山 克子	
感染症流行期の心の状態	
客員教員：古川 卓	
沖縄学習センターからのお知らせ	・・・ 5
面接授業の追加登録方法	・・・ 8
客員教員による公開講演会 in 沖縄県立図書館ホール	・・・ 8
2020 年第2学期ゼミ開講のお知らせ	・・・ 9
視聴学習室・図書室からのお知らせ	・・・ 11
沖縄学習センターサークル・同好会のご紹介	・・・ 13

ご卒業おめでとうございます



学部生37名

【生活と福祉コース】	8名	【心理と教育コース】	20名
【社会と産業コース】	4名	【人間と文化コース】	2名
【情報コース】	1名	【自然と環境コース】	2名

学位授与された皆様、ご卒業誠におめでとうございます。

皆様の多様な学びの目的達成がなされたこととお慶び申し上げます。

皆様の学びを深める姿勢に心から敬服いたします。

皆様の更なる豊潤で充実のある日々を祈念します。

沖縄学習センター長 川本 康博

30th Anniversary



＊2020 年度学長裁量経費プロジェクトに採択＊

沖縄学習センターでは、2020 年 6 月に開設 30 周年を迎えたことを記念しまして、学長裁量経費プロジェクトに申請し、このたび採択となりました。

プロジェクト名は「開設 30 周年記念事業－広報活動の更なる拡充のために－」。採択金額は 99 万円（申請金額は 100 万円まで）。

プロジェクトでは、広報用として、「センター概要」「広報用のパネル（ポスター）」及び「記念誌」を作成します。

概要編には二つの側面を持たせます。

一つは表、図などを見て分かるように纏めます。もう一つは、同じ紙面を利用して、事情により大学進学を諦めた会社員（キャラクター）が沖縄学習センターとの出会いをきっかけに、「学び」への情熱を再燃させ、放送大学への入学を決意するまでを紹介します。

データ編では、過去 5 年間の「学生数（学部、大学院）」「卒業（修了）者数」「市町村別の学生数」などを表と図、グラフなどを用いて示します。概要編とデータ編は一つの冊子にまとめます。

パネル（ポスター）では、「放送大学とは」「学部・大学院の特徴」「放送大学の 3 つの授業スタイル」を一つの大きなパネルにして 1 階に掲示します。

「全科履修生のコース、修士全科目、博士全科目プログラムの説明」「授業料、入学金一覧」については、1 階と 4 階に掲示することにより、センター来所者などへの PR に努めていきます。

これまでセンターでは 15 周年と 20 周年の記念誌を発行しています。今回は、20 周年記念誌以降のデータ等を整理し、過去 10 年間を振り返ります。

新！連載コーナー

客員教員：森山 克子

学習相談日：毎週木曜日

14:00～17:00

専門分野：給食管理

調理学、食育

ウィズコロナ時代の「大人の食育」①

～夏の疲れた体と心は 秋の土用で自分メンテ！～

今年の夏は、私達にとってウィズコロナの不安と酷暑で例年にない日々でした。

そのため、秋の土用の頃には、夏の疲れが出てくる方も多くなるでしょう。

普通「土用」と聞いて浮かぶのは「土用の丑の日」です。その日は「夏の暑さに負けないように！うなぎを食べる日！」という事です。実は「土用」は年4回あり、立夏・立秋・立冬・立春の前のそれぞれ十八日間の称で、夏だけのものではありません。それぞれの土用の季節にも夏のようにこれを食べたらよい食べ物があるのです。今年の秋の土用は10月20日～11月6日です。

陰陽五行論的には、土用の期間は季節の変わり目ということで体調を崩しやすいこともあり、普段以上に気をつけて行動をしたり、旬のものを食べて体に活力を取り入れたりする必要があるといわれています。

秋の土用の頃は、夏の疲れや心配事がある感じがあると「脾（ひ）」に影響を与え、胃に負担がかかりやすくなるといわれています。胃に違和感がある方は消化のよい食事から！この時期のおススメの食材は、旬の秋刀魚、黄色の食べ物（いも類、かぼちゃ、栗）、自然な甘さのある穀類（もちきび、玄米）、野菜（玉ねぎ、大根、人参）、梨、柿等果物。ここでいう「甘味」は、自然の甘さです。白砂糖の入った菓子は、かえって「脾」の負担になり疲れがとれにくくなる場合もあるのでご注意ください！秋に実る、収穫する自然の甘さを取り入れましょう。

栄養学的には、免疫力アップを考えると良質のたんぱく質、ビタミンC、ビタミンE、ポリフェノールなどを積極的にとりましょう！ウイルスが付着するといわれる粘膜を強くするのはビタミンAやカロテン！色の濃い野菜や果物を意識的にとって、体の内側から抵抗力を強くします。

【まとめ】

『今回の「大人の食育」のポイント！』は、旬の食材を加えた和食を中心にしましょう！

そして主食+主菜+副菜+（汁）をお忘れなくバランスのよい食生活を！

“自分の主治医は自分”である！「大人の食育」で自分をケアしていきましょう！

【献立例】・栗（さつま芋）ごはん・秋刀魚の塩焼き

- ・大根おろし添え・玉ねぎ入り味噌汁・かぼちゃの煮物
- ・冷ややっこ・シークワサー（写真はフリー素材から）



忙しい人の時短プラン

1.品数を少なくする例

- ① 豆腐は味噌汁の具へ
- ② かぼちゃはカボチャスープへ、または沖縄風味噌汁へ
- ③ かぼちゃの煮物や芋ごはんは、休日に作り冷凍。または冷凍食品や総菜を購入して時短！

2.魚焼きグリルが不要な例

フライパン用ホイルを使用してフライパンで焼くため片付けが時短！

感染症流行期の心の状態

新型コロナウイルス感染症を脅威に感じ始めたのはいつごろからでしょうか？

大学は4月から様々な対応を求められるようになりました。学生や教職員の健康についても、です。

そんな折に私の同僚の内科医から「WHO_COVID-19 アウトブレイク中のメンタルヘルスに関する注意点」という文書をいただきました。世界保健機構が作成したもので、3月18日に更新、翻訳日が3月24日となっています。ここにその内容を紹介したいと思います。その3月下旬の時点で、今日私たちを悩ませている問題を指摘しています。「一般の方へ」という小見出しのもと、次の6項目が示されています。

1. COVID-19 は、様々な国々や様々な地域に住む人々に影響を及ぼしており、今後も影響を及ぼす可能性があります。COVID-19 に罹った人について話すとき、いかなる人種や国籍にも COVID-19 を関連付けてはいけません。COVID-19 に罹った人がどの国にいても、また、どの国から来ても、共感を持って接してください。病気になった人は何も悪いことをしていないのです。彼らは、支援、思いやり、優しさを受ける権利があります。
2. 感染した人のことを「COVID-19 症例」、「犠牲者」「COVID-19 の家族」「病人」とレッテルを貼らないでください。彼らは「COVID-19 にかかった人」「COVID-19 の治療を受けている人」「COVID-19 から回復した人」であり、COVID-19 から回復した後は、仕事や家族、大切な人たちとともに人生を歩み続けるのです。スティグマ^注を減らすためには、個人のアイデンティティと COVID-19 を切り離すことが重要です。（注：汚名、烙印の意）
3. 不安や苦痛を感じるようなニュースを見たり、読んだり、聞いたりすることは最小限にしてください。情報は、主に、計画を準備したり、自分や大切な人を守るための実践的な手段を講じたりするために集めましょう。1日1回または2回、決まった時間にだけ、更新された情報を追うようにしてください。突然、ほぼ絶え間なくアウトブレイクに関するニュースが流れると、誰でも不安な気持ちになります。事実を知りましょう。噂や誤情報に惑わされてはいけません。事実と噂を区別できるように、WHO のウェブサイトや地元の保健当局の情報プラットフォームから定期的に情報を収集してください。
4. あなた自身の身を守り、周りの人を支援しましょう。必要なときに他の人を助けることは、支援を受ける人だけでなく、支援者の利益にもなります。
5. 地元で、新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) を経験し回復した人や、大切な人の回復を支えた人。その経験を喜んで共有してくれる人の声、ポジティブな語りやポジティブなイメージを広げる機会を見つけましょう。
6. コミュニティで COVID-19 に罹った人々を支援する介護者と医療従事者に敬意を示しましょう。人命を救い、あなたの大切な人の安全を守るために、彼らが果たしている役割を認めてください。

いかがでしょうか。この記事を書いている8月下旬現在、沖縄県は10万人当たりの感染者数が2位の東京の2倍と言われる状況になっていて、ここに指摘された事項をいくつも経験しているように思います。今日、「ウイルスとの戦い」とよく耳にしますが、同時に「危機に瀕した自分の心との戦い」でもあるのではないのでしょうか。

沖縄学習センターからのお知らせ

* 学生研修旅行を中止 *

令和 2 年 11 月 14 日(土)に予定(2020 年度沖縄学習センター発行の「利用の手引き」に記載)しておりました沖縄学習センターの学生研修旅行は、新型コロナウイルス感染防止の観点から、中止となりました。

学生の皆さまにはご迷惑をおかけすることになりますが、状況を鑑み、ご理解とご協力をお願いします。

次年度の研修旅行日程につきましては、2021年度版の「利用の手引き」でお知らせします。

* 南部視聴覚学習室を廃止 *

長い間、南部地域の学生の皆様に利用されてきました南部視聴覚学習室は、令和 2 年 8 月 28 日付けをもって廃止となりました。

南部視聴覚学習室は、平成 23 年 4 月 1 日に豊見城市豊崎にあります沖縄ツーリスト株式会社の「沖縄ツーリスト豊崎ビル内」に設置され、これまで 9 年 5 か月、南部地域の学習拠点として、学生の皆様に利用されて来ました。このたび、沖縄ツーリスト株式会社の諸事情により建物が撤去されることに伴い、残念ではありますが、8月7日に南部視聴覚学習室を廃止する手続きを完了しました。

今後は、大学関係者並びに学生の意見を賜りながら、南部地域のセンターの学習拠点として、新たな学習室の設置に向けた検討を進めていきます。

その一環として、センターでは、南部地域にお住いの学生を対象に、今後の南部地域における学習室の在り方を参考とするため、アンケートを8月11日に実施(回答期限:9月15日)しました。

アンケート集計結果の概要については、以下のとおりです。

なお、これまで廃止となったセンター外の再視聴覚施設は、「宮古島学習室」(平成 27 年 3 月31日廃止)、「北部学習室」(平成 28年 3 月31日廃止)に続き、南部視聴覚学習室をもって4施設中3施設が廃止となっております。

沖縄学習センターにおけるセンター外の再視聴覚施設は、現在のところ「石垣学習室」の1施設となります。

南部視聴覚学習室が廃止されることに伴い、今後の南部地区の学習室の在り方の参考に資するため、南部地域に居住する学生 236 人を対象にこれまでの学習室の利用状況、学習室の必要性など8項目についてアンケート調査を実施した。

回答者は 68 人で、回答率は 28.8%。

「南部視聴学習室をどの程度ご利用されましたか」の問いには、68 人中「利用したことは一度もない」37 人、「南部視聴学習室があることを知らなかった」15 人を合わせて 52 人(76.5%)が利用していない。

これまで利用したことのある学生(月に1回、あるいは数回)は 10 人だった。残りの 6 人は、過去に利用したことがある学生又は無記入だった。学生には、入学時、「沖縄学習センターの利用の手引き」を送付しており、手引きに学習室の場所、開所時間を掲載してはいるが、もっと PR が必要と思われる。

「南部地域に、学習室の設置は必要と思う」については、「思う」が 39 人(57.4%)、「思わない」が 20 人(29.4%)。「思う」と答えた学生その理由を記述式で質問したところ、「センターまでガソリン代がかかる」などの経済的理由が多くみられた。他には「南部は人口も多く、需要があると思う」「インターネット環境がない人のためにも勉強ができる環境が必要だ」などの意見があった。「必要ない」と回答した学生は、理由として、「インターネットで視聴が可能だから」「今はネット配信もいろいろと可能なので、場所ではないと思う」などがあつた。

「南部地域に学習室の設置は必要と思う」と回答した学生に、設置して欲しい場所を具体的に尋ねたところ、「駐車場が無料なところ」「西崎か豊崎に設置してほしい」「車のとめやすい所」「南部の中心付近もしくは交通網が発達している場所」などがあげられた。

今度、南部地域に新しく学習室を設置して欲しい場所には、「大きな駐車場があり、かつ無料な所」「交通の便が良い所」「公共の図書館」などが多かった。

インターネットで視聴学習できる環境下にあると答えた学生は 58 人(85.3%)、ないと答えた学生は 10 人(14.7%)だった。

コロナ禍の中で、放送大学の教育方法や在り方に関する意見・要望については紙面の制約上、割愛する。

* 石垣学習室の在り方を検討 *

沖縄学習センターのセンター外視聴施設として最も古い歴史があるのが石垣学習室であります。平成 16 年4月に「八重山学習室」として「石垣市立図書館内」に設置されました。その後、平成 26 年 10 月1日に、「八重山学習室」を「石垣学習室」に名称変更するとともに、「石垣港旅客ターミナル2階」に移転しました。

放送大学本部はセンター外の再視聴施設の見直しを3年ごとに行っており、石垣学習室は利用者が少ないとの理由でこれまで何度も見直しを求められました。センターとしては、諸事情を大学本部に説明し、廃止の保留をお願いしてきました。設置当初は累計で年間 100 人を超える利用者がいましたが、現在では数人に留まっている状況です。

そこで、センターとしましては、八重山地方に住む学生を対象に、「石垣学習室」の利用状況、必要性の有無、設置場所などについてのアンケートを8月12日に実施(回答期限:9月11日)しました。今後は集計結果を参考に、学習室の在り方などを検討することになっています。

アンケート集計結果の概要は以下のとおりです。

今回の調査対象は、石垣学習室の利用状況、学習室の必要性などを把握するため、11項目についてアンケート調査を実施した。対象は八重山地方に居住する学生37人で、回答があったのは20人。回答率は54.1%であった。

アンケートでは聞きたかった項目を多角的な観点から質問した。

まずは「利用状況」。石垣学習室の利用状況は、「月に1回程度」1人、「月に数回程度」1人でわずか2人しか利用していない。「利用したことは一度もない」8人、「石垣学習室があることを知らなかった」4人で、ほとんどの学生が利用していない状況がわかる。「その他」では、「以前は利用していたが、今は利用していない。2年前までは2～3か月に1回程度利用していた」であった。

「利用したことは一度もない」と答えた学生にその理由を聞いたところ、「学習室の存在を知らなかった」「1階でカギを借りて2階で利用するというのはハードルが高く利用しづらい」などの回答があった。学生には、入学時に「沖縄学習センターの利用の手引き」を送付しており、手引きに石垣学習室の場所、開所時間を記載しているが、もっとPRが必要と思われる。

次に、「石垣島に学習室は必要か」。その問いには、「必要と思う」11人、「必要とは思わない」1人、「わからない」は8人だった。必要とは思うものの利用者が少ない。その理由は次の回答で分かる。

現在設置されている石垣港旅客ターミナルの場所、環境について記述式で聞いた。その結果、「水漏れでバケツがあふれており、屋根も落ちており非常に危険を感じた」「旅客ターミナルに学習室があるのには違和感がある」「旅客ターミナル自体が古くて利用者がいない」などの意見があげられた。そこで、設置場所の変更を聞いた。

現在設置されている場所を、以前設置されていた石垣市立図書館内に移設させることについては、「図書館内に移設した方が良い」が13人、「どちらでも良い」が5人、「今の場所で良い」は2人だった。実際に移設された場合、利用したいかも質問した。

「学習室が石垣市立図書館内に移設された場合、利用したいか」については、20人中13人(65%)が「利用したい」と答えている。ただ、パソコンなどを所有しているため、個人としては学習室の必要性を感じないが、所有していない人のことを考えると「必要である」との回答も見られた。

「インターネットで視聴学習ができる環境にあるか」の問いに、「ある」と答えたのは18人(90%)で、パソコン、スマートフォン、iPadなどで学習している。「ない」と答えたのは2人だった。コロナ禍の環境下で、放送大学の教育方法や在り方に対し、ご意見やご提案を伺ったが、紙面の制約上、割愛する。

面接受業の追加登録方法

注意！

今学期は、コロナ対策のため



沖縄学習センター所属学生のみ受付となります

≪空席発表 システム WAKABA でチェック！≫ 10/17(土) 12:00

≪追加登録受付開始≫ 10/23(金)～10時からセンターで抽選します



来所の際は
マスク着用を
お願いします

○沖縄学習センターで10:00から抽選を開始し、受講者を決定します。

○当該学生の学生証をご持参の方であれば、代理人による登録も可能です。

***抽選日以降は、空席のある科目は先着順で申し込み可能です。**

≪郵送による申請の場合≫ 10/21(水)必着(現金書留で送付)

① 追加登録申請書(学生証写し貼付)授業料(5,500円/1科目)

② 返信用封筒(84円切手貼付)

上記①②を準備して、沖縄学習センターへ送付してください。

***窓口申請不可**



客員教員による公開講演会

in 沖縄県立図書館ホール



会場での参加は40名限定です。詳細については、沖縄学習センターHP や
チラシなどでご案内いたします。当日はYouTube で同時配信いたします。

2020年11月8日(日) 10:00～11:30	大湾 知子 先生 「感染予防行動にもとづく尿路感染症予防」
2021年2月7日(日) 14:00～15:30	古川 卓 先生 「行為(アクション)の心理学」
2021年3月6日(土) 10:00～11:30	森山 克子 先生 「コロナ時代をこえて 今 ここをどう生きるのか ～ つながり つなぐ食育から ～」
2021年3月6日(土) 14:00～15:30	大城 賢 先生 「言語習得理論と英語の学び方」
2021年3月7日(日) 14:00～15:30	藏根 美智子 先生 「読み聞かせの理論と実践(2)」
2021年3月13日(土) 14:00～15:30	高木 博 先生 「脳科学事始め」
2021年3月14日(日) 14:00～15:30	等々力 英美 先生 「生活習慣病から新型コロナウイルス感染症まで －戦後沖縄の公衆衛生の視点から－」

2020年第2学期ゼミ開講のお知らせ

沖縄学習センター客員教員の先生方による無料のゼミを開講します。それぞれのフィールドで活躍されている先生方の専門分野に一步近づく絶好のチャンスです。ご参加お待ちしております。

■受講料： 無料

■場所： 沖縄学習センター5階講義室

■申込受付期間： 各ゼミ開講の1週間前まで

※学習センター窓口またはお電話（098-895-5952）にて受付いたします。

Zoomでの参加をご希望の方は事前にお申し出ください。



英語のリーディングを楽しむ

※中級レベル（英検準2～3級程度）の英語力が必要となります。

全5回
定員10名
Zoom可

水 曜日 10:00～12:00 11月4日、11日、18日、25日、12月2日

ベーコンの言葉に「読むことは人を豊かにし、話すことは人を機敏にし、書くことは人を確かにする。」というのがあります。これは英語の学習にも当てはまります。このゼミでは特に英語リーディングのメカニズムを明らかにし、英語リーディングの方法を伝授します。そして、英語を読み、自分の感想を話し合い、それを書いていきます。そのプロセスを体験することにより、英語のリーディングが豊かになり楽しいものとなります。



大城 賢先生

疾病と世界史

全4回
定員5名
Zoom可

水 曜日 14:30～16:30 2月3日、10日、17日、24日



等々力 英美先生

本ゼミは、感染症の流行が人類の歴史の流れを大きく動かしてきた事実を、感染症の歴史の名著である、ウィリアム・マクニールの本を基に議論したいと思います。適宜、資料を配布しますが、興味のある方は購入してください。

「疫病と世界史 上・下」著者：McNeill, William Hardy 訳：佐々木 昭夫 中公文庫
上【ISBN：978-4122049543】下【ISBN：978-4122049550】

大人の食育～笑顔の家庭から免疫力アップを！～

全5回
定員10名
Zoom可

木 曜日 15:00～17:00 11月5日、12日、19日、12月3日、10日

ウィズコロナの時代は、コロナ時代を超えた時を見据えて「今、ここ、できること！」を淡々と実践する時代で、家庭では、笑顔と共に免疫力アップの食事が重要です。また、家庭のリーダーは様々な情報でマイナスへ向く心の針を自分の意志でプラスへと管理することも必要です。今回、基礎調理学・簡単クッキングと家族を笑顔にする在り方を学びます。学びをご家庭で実践して頂きそれを基にアクティブラーニングをする講座です。



森山 克子先生

「読み聞かせ」の理論と実践



曜日 10:15~12:00 12月4日、11日、18日、25日

全4回
定員15名
Zoom可



藏根 美智子先生

人類は、言葉を生み出し、文字を創造し、伝承と創造した叡智を図書館に集約する工夫をもちました。過去・現在・未来・小さな世界から宇宙までをも創造して記述し、それらを図書館に集約してきています。「日々、図書館へ行く子どもを育てたい」という想いで読み聞かせの実践をしてきました。本講座では、読み聞かせの理論と実践（①新聞の読み聞かせ②外国語絵本の読み聞かせ等）を取り入れながら進めます。

『自分を変える心理劇』を読む



曜日 14:30~16:30 11月13日、20日、27日、12月4日、11日

全5回
定員10名
Zoom可



古川 卓先生

心理劇とは、参加者の個人的な体験や、世間でありがちな人間関係を脚本のない劇として演じ、その中で新しい気づきや見方を発見していく方法です。今回は、浜田駒子(著)『自分を変える心理劇』(旬報社、1997年)を輪読し、受講者同士でおしゃべりする形式です。本来は、実際に心理劇を体験していただきたいのですが、新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、今回はZoomを用いたオンラインゼミにしたいと思います。

排尿自立のための骨盤底筋体操と自己導尿を学びませんか？



曜日 14:00~16:00 11月14日、2月6日、13日、20日、3月6日

全5回
定員10名
Zoom可



大湾 知子先生

排尿自立のために今から知っておくと「徳する学び」を始めませんか？
咳やくしゃみ、ジャンプ時の腹圧性尿失禁、尿意がありトイレに間に合わない切迫性尿失禁に効果がある骨盤底筋体操と排尿困難な方に必要な自己導尿についてご紹介いたします。泌尿器系の基礎知識と実演をとおして学ぶと、「なるほど！」とこれまでのご自身の排尿についても考えるチャンスになります。放送大学で一緒に考えて将来に活かしましょう！

脳と心のゼミナール



曜日 14:30~16:00 2月7日、14日、21日、3月7日、14日

全5回
定員15名
Zoom可



高木 博先生

1学期に続き脳と心のゼミナールを開催いたします。脳と心の問題について、みなさんと楽しく議論する場としたいと考えています。2学期からの参加の方も歓迎いたします。適宜、最近の脳の健康についての研究に関するトピックスを紹介することも考えております。数学、物理学、統計学、情報処理学も専門としておりますので、関連する映像授業に関する質問も歓迎します。皆さんの参加を心からお待ちしております。

2020年度沖縄学習センター客員教員による学習相談

曜日	相談対応日時	担当教員	専門分野
火	11:00~15:00	大城 進 (沖縄県立芸術大学非常勤講師)	教育指導・教育管理・物理教育・理科教育
水	10:00~13:00	大城 賢 (琉球大学名誉教授)	英語教育学
	13:00~17:00	等々力 英美 (琉球大学地域連携推進機構客員教授)	公衆衛生学・栄養疫学
木	14:00~17:00	森山 克子 (前琉球大学准教授)	給食管理、調理学、食育
金	10:00~14:00	藏根 美智子 (沖縄県教育委員会委員)	国語教育、図書館教育、教育行政
	14:00~17:00	古川 卓 (琉球大学保健管理センター教授)	臨床心理学
土	13:00~17:00	大湾 知子 (琉球大学医学部准教授)	成人看護学、感染看護学、尿失禁看護学
日	13:00~16:00	高木 博 (琉球大学特命准教授)	脳科学、心の科学

視聴学習室・図書室からのお知らせ

New Arrival

新着おすすめ本紹介(*'▽')

手ぶらで生きる
見栄と財布を捨てて、自由になる
50の方法

「自分」を仕事にする
生き方

コロナの時代の僕ら
Nel contagio

話題沸騰

月間100万PVの人気ブロガーが描く1冊！
裕福な家庭で生まれた僕が
すべてを失って手に入れた
ものは！
お金、時間、人間関係…
自分の人生を取り戻す
コツがたくさん詰まっ
ています。

「自分」を
仕事に
する
生き方

おすすめ

今はSNSだけで仕事も
背負う時代になったので
お金が発生する仕組みも
多様化しました。自分の
生き方をブランド化して
仕事にしよう！そんな
生き方や方法が学べる
ステキな1冊です。

コロナの時代の僕ら

話題沸騰

感染症とは僕らの様々な
関係を侵す病だ。
この禍に災いに立ち向かう
ために、何を守り、何を捨て、
僕らはどう生きてくべきか？
コロナの時代を生きている人々へ
イタリアを代表する小説家が
贈る、痛切で、誠実なエッセイ集

サンクチュアリ出版
ミニマリストしぶ 著

幻冬社
はあちゅう 著

早川書房
パオロ・ジョルダノ 著

With コロナの時代！免疫力を高めよう♪

免疫・コロナに関する本や雑誌を閲覧できます(^_^)

- 1 絵と文章で分かりやすい世界的な免疫学者による免疫の本の決定版
- 2 年間2000人以上の悩みに応える日本初の国際中医美容師が教える食薬習慣。
- 3 人の健康を支える大きな軸の1つである『食』の身近な事例を取り上げています。
- 4 新型コロナウイルスに関する最新の情報や見解など多様な目線で特集しています。



図書室をご利用されるみなさま 感染症拡大防止にご協力ください



マスク着用
咳エチケット

飛沫感染を防止します。



体調不良の方は
入館しない

体温が37.5度以上ある方は
来館を控えてください。



手洗い

来館時の前の手消毒や
手洗いで接触感染を防ぎます。

僕は宮古島出身の神様
パーントウ！
厄払いの神様でもある
んだよ！みんな新型
コロナに負けるな～！
僕が世界中の厄を払っ
てあげる(*' 艸')



図書の返却忘れはありませんか？

お願い

只今、図書整理を行っています。
返し忘れていた本はありませんか？
今一度ご確認をお願い致します。
お持ちの方は図書カウンター
もしくは返却ポストまで！



南部視聴室の廃止について

ホームページでもお伝えしていますが、南部視聴学習室が
設置されております沖縄ツーリスト株式会社の建物が撤去
されるに伴い、残念ではありますが、
令和2年8月28日付けをもって、沖縄学習センター南部
視聴学習室を廃止しますことを、お知らせします。
これまで、長い間、ご利用・ご活用いただき、
ありがとうございました。



沖縄学習センター サークル・同好会のご紹介

* 新型コロナウイルス感染症対策をしながら活動再開しています *

* 見学希望の方は、事前に事務室までお問合せください *

煎茶サークル「和」

活動日 第4水曜日
15:00~17:30

*当面の間 15:00~17:00

場所 学習センター5階
非常勤講師控室



三線サークル

活動日 毎週水曜日
16:00~18:00

*当面の間 15:00~17:00

場所 学習センター5階
サークル室



Enjoy English

活動日 毎週火曜日
14:00~16:00

場所 学習センター5階
サークル室



中国語勉強会 「你好倶楽部」

活動日 第1~第4土曜日
12:40~14:40

場所 第1・3 学生相談室
第2・4 サークル室



体操サークル

活動日 毎週金曜日
10:30~12:00

場所 学習センター5階
サークル室



うちなあーパソコン サークル

活動日 毎週金曜日
12:30~14:30

場所 学習センター5階
実習室



放送大学沖縄 英語クラブ 「BRUSH UP」

活動日 第1・第3土曜日
14:00~16:00

場所 学習センター5階
サークル室



旅の会

活動日 第1日曜日
13:00~14:00

場所 学習センター5階
サークル室



琉球舞踊同好会

活動日 毎週金曜日
16:00~18:00

*当面の間 15:00~17:00

場所 学習センター5階
サークル室



心理学同好会

活動日 第2・第4土曜日
15:00~17:00

場所 学習センター5階
サークル室

