


# 2024年度第2学期オープンセミナー開催日程・概要一覧

※予約が必要です。(定員は原則30名です。それ以外の定員は概要欄に記入してあります。)  
不測の事態により中止する場合は、学習センターウェブサイトでお知らせします。

・誰でも参加OK  
・受講無料


日時・場所	担当講師名	オープンセミナー概要
10月26日(土) 10:30~12:00	 加藤 敏明	第1回 自宅でも手軽にでき効果的な筋力運動の紹介 健康の維持増進、あるいはフレイル予防のために筋力運動を習慣化することはとても重要です。でもジムに通うのは気が引けるという人は多いと思います。自分一人で自宅でもできて、効果の上がる筋力運動を実際に行いながら、自分なりの筋力運動を考えてみたいと思います。
11月2日(土) 10:30~12:00	 住川 英明	第1回 書に親しむ：隷書 <b>定員15名</b> 隷書は、新聞の題字などで見かける書体です。草書・行書・楷書も隷書から生まれました。書いてみながら、隷書の歴史と特徴をさぐります。
11月24日(日) 14:30~16:00	 渡邊 文雄	第1回 お漬物を知れば、もっと美味くなる 種類が豊富で、身近な発酵食品がお漬物です。知れば知るほど、お漬物選びが楽しくなるでしょう。お漬物の歴史、種類、特徴、栄養価などを楽しく学びましょう。
12月7日(土) 10:30~12:00	 アベ テヤマダ マリアルイサ	第1回 みんなで学ぶスペイン語Ⅱ スペイン語は世界で広く使用され、豊かな文化や歴史を反映しています。基礎的挨拶、文法、語彙と基本動詞を用いて日常会話を一緒に楽しく学びましょう。
12月8日(日) 14:30~16:00	 木村 一朗	第1回 感情のコントロールについて考える 感情との付き合い方について考え、感情調節のために役立つことをお伝えします。体調を整える、肯定的で楽しい活動を計画する、思考に名前を付けて手放す、等について触れる予定です。
1月12日(日) 14:30~16:00	 渡邊 文雄	第2回 納豆を知れば、もっと美味くなる 大豆と納豆菌から作られる発酵食品が納豆です。世界中で沢山の大豆発酵食品が存在し、知れば知るほど、納豆が好きになるでしょう。納豆の歴史、種類、特徴、栄養価などを楽しく学びましょう。
2月1日(土) 10:30~12:00	 木原 良子	第1回 セルフケア～心の健康を保つために～ <b>定員18名</b> セルフケアとは、自らが心の健康を保つために行う活動のことです。そのためには、ストレスへの気づきや対処法などを知ることが大切です。どんなストレスがあり、心や体はどうなっているか、どのようにストレスに対処しているか、など、一緒に振りかえってみませんか。(対処法の演習も含む)
2月8日(土) 14:30~16:00	 御松 斎紀	第1回 文章を読むことへの自信を回復するために ～読解力とは批判的に読む力～ 学生から大人までを対象に、演習をしながら国語力を伸ばすことに取り組んでいきます。第1回論理的文章の読解の基本技術を活用して、東京大学の入試問題文を分析し、読解力とは批判的に読む力であることを確認し、クリティカル・リーディングを実践します。
2月9日(日) 10:30~12:00	 菅原 一孔	第1回 Scratchによるゲームプログラミング入門 <b>定員10名</b> Scratchは最近導入が進む情報教育を行う際に利用されているプログラミング言語の代表的なものです。Scratchによると比較的容易にプログラミングの導入ができるだけでなく、動きのあるプログラムの開発も可能です。本オープンセミナーではこのようなScratchのプログラミングを体験するために、簡単なゲームを開発する基礎的な記述方法についてお話しします。

## オープンセミナー担当講師




**菅原 一孔**  
(すがはら かずのり)

鳥取学習センター客員教授  
鳥取大学名誉教授  
【計算機工学、信号処理工学】




**住川 英明**  
(すみかわ ひであき)

鳥取学習センター客員教授  
鳥取大学名誉教授  
岐阜女子大学・教授  
【日本書道史学、書写書道教育学】




**田中 響**  
(たなか ひびき)

鳥取学習センター客員教授  
鳥取看護大学・教授  
【基礎看護学】




**御船 斎紀**  
(みふね よしただ)

鳥取学習センター客員教授  
鳥取短期大学・教授  
【国語教育、教育学】




**アベ デヤマダ  
マリアルイサ**

鳥取学習センター客員准教授  
鳥取大学・非常勤講師  
【スペイン語教育、多文化共生】




**加藤 敏明**  
(かとう としあき)

鳥取学習センター客員准教授  
元鳥取大学・准教授  
【スポーツ科学、介護予防】



**木原 良子**  
(きはら たかこ)


鳥取学習センター客員准教授  
鳥取大学保健管理センター・カウンセラー  
【心理学】



**木村 一朗**  
(きむら いちろう)

鳥取学習センター客員准教授  
社会医療法人明和会医療福祉センター  
渡辺病院・主任臨床心理士  
【臨床心理学】

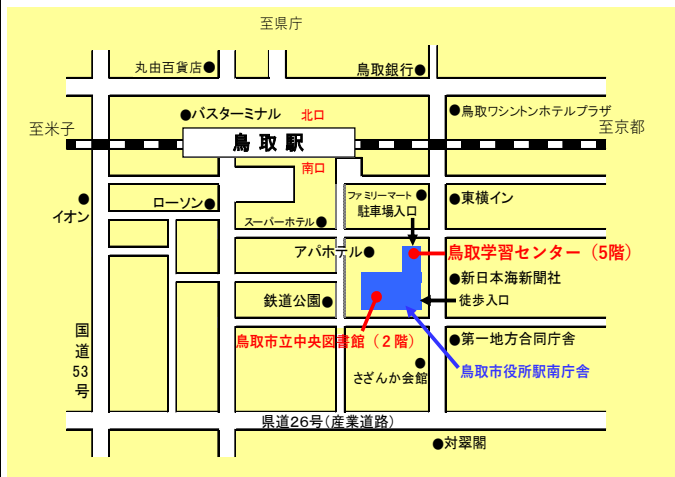
「放送大学ってなあに？」とよく言われます。少しでも放送大学の認知度アップのためにと、鳥取学習センターではいろんな分野の専門家によるセミナーを6か月に10回程度開催しています。ぜひお越しください。



**渡邊 文雄**  
(わたなべ ふみお)

鳥取学習センター所長  
元鳥取大学・教授  
【食品栄養科学】

★手話通訳の必要な方は開講日の2週間前までにご連絡下さい。（ご希望に添えないこともございます。）



**お問い合わせ先**

**放送大学 鳥取学習センター**  
〒680-0845  
鳥取市富安2丁目138-4  
(鳥取市役所駅南庁舎5階)

TEL 0857-37-2351  
FAX 0857-37-2352  
mail newtottori@ouj.ac.jp



### キリトリ線 2024年度第2学期オープンセミナー申込書

令和 年 月 日

氏名 (学生・一般)

電話番号

参加申込オープンセミナー

( Large empty space for writing details )