

徳島大学
大学開放実践センター
2018年 春夏期
公開講座ガイドブック

30. 3. 1初回版

申込締め切り

- 一般：3/26(月) 《当日必着》
- 高校生：4/27(金) 《当日必着》

入金受付期間

- 一般：4/11(水)～4/18(水)
- 高校生：5/7(月)～5/11(金)

目次

受講申し込み方法（受講申込書の記入例）	P2
2018年 春夏 公開講座リスト	P6
2018年 春夏 公開講座時間割	P8
公開講座 講座内容詳細	P9
社会連携分野	P9
人間・社会分野	P10～P18
自然・科学分野	P19～P21
情報・技術分野	P22～P26
芸術分野	P27～P33
語学・国際交流分野	P34～P42
健康・スポーツ分野	P43～P64
高校生対象講座	P65～P67
2018年 春夏 公開授業リスト	P68

受講申込方法

「公開講座パンフレット」に綴じ込みの受講申込書を提出またはインターネットからお申込みください。

1 内容確認

本ガイドブックで、受講を希望される講座内容、受講料、日程などをご確認ください。

(受講料には、消費税が含まれています。)

2 申込書提出

「公開講座受講申込書」を申込締切日までに、大学開放実践センター事務室へ持参または郵送してください。

(3月12日(金)は入試のため休館、及び日曜・祝日は休館となります。)

大学開放実践センター事務室
〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地

インターネットからお申込みされる場合は、下記 URL にアクセスしてください。

URL <http://kouza.cue.tokushima-u.ac.jp>

■申込締切日 一般講座： **3月26日(月) 当日17時必着**

高校生講座： **4月27日(金) 当日17時必着**

インターネットでのお申し込みも、一般、高校生講座とも、上記同日時とします。

■締切日以降のお申込みについては、事務室までお問い合わせください。

申込人数が少ない、入金が期日までに納入されないなど、状況によっては受講できない(開講しない)場合もあります。

■スポーツ講座及び課外実習を伴う講座については、公益財団法人スポーツ安全協会の「スポーツ安全保険」の加入をお奨めしています。(対象講座は、P8以降の各講座内容の保険欄に **スポ保** **レク保** の表示があります。)

保険期間は、お支払い後、銀行での処理を経た後から平成31年3月31日までとなります。

保険料は、下表を参照ください。高校生講座対象の保険はこの保険ではありません。

保険区分	加入時の年齢※1	年間掛金(保険料)	傷害保険金額				賠償責任保険 支払限度額 (免責金額なし)	突然死葬祭 費用保険 支払限度額
			死亡	後遺障害 (最高)	入院 (日額)	通院 (日額)		
スポーツ保険	64歳以下	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	突然死 (急性心不全 脳内出血など) 葬祭費用 180万円	
	65歳以上	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
レクリエーション保険	全年齢	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		

※1 お支払い後、銀行での処理を経た日を基準とします。

※2 自動車事故によって賠償責任を負った場合は、補償の対象となりません。

◆保険の詳細は、別途チラシを参照ください。または、インターネットから「スポーツ安全保険」で検索してください。

■駐車許可を希望される方は、「公開講座受講申込書」裏面の「駐車許可申請書」をご記入ください。

駐車許可の条件は、①遠距離から来られる方(片道概ね5km以上)、②特別な理由により自動車での受講が必要とされる方となります。

上記①または②の条件を満たす方には、「駐車許可証」を発行します。ただし、駐車許可証は駐車を保証するものではありません。収容台数には限りがあります。また、公開講座以外の用途で来られる方にも駐車許可証を発行することがあり、リアルタイムでの駐車台数の管理はできません。満車のため、駐車できないこともありますので、予めご了承ください。

「公開講座受講申込書」の記入例（表面）

2018年 春夏 公開講座受講申込書

※太枠部分のみご記入ください。

受講者番号 ※センター記入		受付番号												
フリガナ	ジッセン タロウ													
氏名	実践 太郎	<input checked="" type="radio"/> 昭和 平成 38年 5月 10日 <input checked="" type="radio"/> 男 ・ 女												
住所 〒	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">7</td><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">7</td><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">0</td></tr> <tr><td colspan="3" style="text-align: center;">-</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">8</td><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">5</td><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">0</td></tr> <tr><td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">2</td><td colspan="2"></td></tr> </table> ※マンション等の名称及び部屋番号まで記入してください。 徳島市南常三島町1丁目1番地 徳島マンション 102号室	7	7	0	-			8	5	0	2			
7	7	0												
-														
8	5	0												
2														
日中に連絡の取れる番号を記入してください。(休講等の連絡時に使用)														
—	自宅電話番号 (088) 656 - 7276	高校生 本人電話番号 (080) 6789 - 4321												
般	携帯電話番号 (090) 1234 - 5678	緊急時保護者電話番号 (090) 2345 - 9876												
講座番号	講座名等	料金	備考											
1 1 0 0 4	わかる!考古学の基礎	9,000 円												
2 3 0 0 3	IoT/センサのしくみを知ろう	8,500 円												
3 4 0 0 5	写真講座 (初級)	9,000 円												
4 6 0 1 7	ウォーキングでホノルルマラソン	9,500 円												
K 0 0 1	マラソンクリニック登録料 (2, 500円)	円												
スポーツ保険	保険加入時の年齢 → 加入する場合は、いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> 印をつけてください。	1,850 円												
レクリエーション保険	(800 円)	800 円												
教材費・材料費		3,000 円												
合計		38,650 円												
講座申込期限：一般：平成30年3月26日（月）当日必着 高校生講座：平成30年4月27日（金）当日必着														
いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> 印をつけてください。(全項目に記入漏れがないかご確認ください。)														
①職業	<input type="checkbox"/> 会社員 <input checked="" type="checkbox"/> 公共関係 <input type="checkbox"/> 自営業 <input type="checkbox"/> 医療・福祉 <input type="checkbox"/> 教育関係 <input type="checkbox"/> 団体・NPO <input type="checkbox"/> 主婦 <input type="checkbox"/> 無職 <input type="checkbox"/> 高校生・学生(学校名)(高校生の場合学校名は必須) <input type="checkbox"/> その他()													
②受講区分	<input checked="" type="checkbox"/> 新規 <input type="checkbox"/> 受講歴有													
③マラソン講座	<input type="checkbox"/> 受講しない <input checked="" type="checkbox"/> 受講する → <input type="checkbox"/> 新規 <input type="checkbox"/> マラソンクリニックに登録する (銀行振込不可) <input checked="" type="checkbox"/> 受講歴有 (16) 期生 ※新規の方はマラソンクリニックの登録が必要です。													
④入金方法	<input checked="" type="checkbox"/> 2018春夏B(初心者コース)受講 <input type="checkbox"/> 2018春夏A(経験者コース)受講 <input type="checkbox"/> 2018春夏S(スーパー)受講 <input type="checkbox"/> 銀行振込 (保険料・教材費・材料費・マラソンクリニックは銀行振込不可) <input type="checkbox"/> 現金書留 <input checked="" type="checkbox"/> 窓口持参 <input type="checkbox"/> 無料講座													
⑤保険	<input type="checkbox"/> 保険不要講座を受講 <input checked="" type="checkbox"/> 保険が必要な講座を受講 →													
	<input checked="" type="checkbox"/> スポーツ保険に加入する <input type="checkbox"/> レクリエーション保険に加入する <input type="checkbox"/> 加入しない													
⑥2018年秋冬期の公開講座パンフレットの郵送を希望しますか?	<input checked="" type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ													
⑦センターの公開講座を何でお知りになりましたか?	<input type="checkbox"/> パンフレット <input type="checkbox"/> インターネット <input checked="" type="checkbox"/> 家族、知人等からの紹介 <input type="checkbox"/> その他													
⑧交通手段	<input checked="" type="checkbox"/> 車(駐車許可希望) <input type="checkbox"/> 自転車・バイク <input type="checkbox"/> 徒歩 <input type="checkbox"/> その他() → 裏面「駐車許可申請書」をご記入ください。													

※領収書番号 (センター記入)	①	②	③	確認欄
				1 2

「公開講座受講申込書」の記入例（裏面）

公開講座受講生 駐車許可申請書	
氏 名	実践 太郎
① 出発地 いずれかに <input checked="" type="checkbox"/> 印をつけ、自宅以外 の場合は住所を記入してください。	<input type="checkbox"/> 自宅
	<input checked="" type="checkbox"/> 自宅以外（ 勤務先 ） 住所： 鳴門市鳴門町高島 1234-5
② 出発地（自宅・勤務先等）から大学 までの距離（片道）	自動車の場合： 18 km 時間： 40 分 交通機関の場合： km 時間： 分
③ 許可条件を満たさない場合は、受講 に際し自動車を必要とする理由 （交通機関、自転車等では不都合な 理由を詳しく記入してください。）	
④ 車両番号 （例：徳島 500 あ 1234）	徳島 500 あ 1234

3 受講決定

すべての講座に定員を設けています。定員数を超えた講座についてのみ抽選し、抽選の結果、受講不可となった場合のみご連絡させていただきます。

窓口で申し込まれた方

申込書と引き換えに受付票をお渡しします。
入金方法について銀行振込ご希望の方には、銀行振込用紙を後日お送りします。
（振込手数料は各自のご負担となります。）
現金書留、窓口持参ご希望の方には何も送付しません。

郵便・インターネットで申し込まれた方

受付票を後日郵送します。
入金方法について銀行振込ご希望の方には、銀行振込用紙を後日お送りします。
（振込手数料は各自のご負担となります。）
※インターネットで申し込まれた際に、借り受け受けされたメールが返送されますが、そのメールアドレスで、欠席連絡は受け付けません。（欠席連絡用のメールアドレスはありません）

4 受講料の入金

（1）センター窓口持参 （2）現金書留 （3）銀行振込（不可講座あり） のいずれかの方法でご入金ください。

なお、受講料の分割払い、コンビニ決済はしておりません。

■入金受付について

講座内容	受付期間
4・5・6月から開講の公開講座	4月11日(水)～4月18日(水)
7月から開講の公開講座	6月18日(月)～6月22日(金)
公開授業	初回授業受講日
高校生講座	5月7日(月)～5月11日(金)

入金受付時間 9:00～16:30(土曜・日曜・祝日を除く)

※上記時間以外の受付はできませんので、ご注意ください。

■受講料は、入金受付期間中にお支払ください。

入金締切日までにご入金いただけない場合は、受講できなくなる場合がございます。

■保険料または教材費・材料費が必要な講座は、センター窓口持参または現金書留でご入金ください。銀行振込は選択いただけません。

■受講申込後、キャンセル(受講取消)される場合は、必ず事務室までご連絡ください。

■受講料入金手続き後の受講料の払い戻しや講座の変更はできません。

■銀行振込で入金の手続きをされた場合は、銀行窓口で領収印を押印されるB票が領収書になりますので、大学開放実践センターからは、領収書は発行しません。

5 手続完了

ガイドブック等のスケジュールをご確認の上、各講座の初回受講日に受講会場へお越しください。ご不明な点がございましたら事務室へお問い合わせください。

お問い合わせ

徳島大学 大学開放実践センター 事務室

〒770-8502 徳島市南常三島町1丁目1番地(徳島大学常三島キャンパス)

TEL 088-656-7276

《個人情報の取扱いについて》

ご記入いただいた情報については、個人情報保護の観点から厳重に管理します。また、下記の目的以外には使用しません。

- 1.当該講座への登録、受講に関する連絡及び講座の実施に必要なこと
- 2.今後の公開講座等の案内及び統計情報の作成

※大学開放実践センターの公開講座は、徳島県立総合大学校「まなびーあ徳島」の連携講座になっています。必要な方には、単位認定シールをお渡しします。

「まなびーあ徳島」
お問い合わせ先 TEL 088-672-7770
(徳島県立総合教育センター)

2018年 春夏 公開講座リスト

分野	講座番号	講座名 (定員数)	定員	講師氏名	頁
社会連携	A101	阿波踊り体操リーダー養成	30	田中 俊夫	9
人間・社会	1001	発達心理学を用いて過去から未来へ	12	山本 真由美	10
	1002	江戸時代へタイムスリップ ～古文書を読んで江戸時代の人々の思いや暮らしを知ろう～	30	桑原 恵	11
	1003	古建築探訪ー私が見た世界の遺産 1ー	25	森兼 三郎	12
	1004	わかる！考古学の基礎	20	端野 晋平	13
	1005	徳島の風景再発見 ーモラエスとハーナー	30	宮崎 隆義	14
	1006	英文学の世界へようこそ ～ハーディの短編小説を味わう～	30	宮崎 隆義	15
	1007	内村鑑三の著作を読む	20	三浦 博	16
	1008	主権者教育とは、平和教育とはー理論と実践	50	饗場 和彦	17
	1009	ライフ・ポートフォリオを書いてみよう！人生の羅針盤をみつけよう	30	Gehrtz 三隅 友子	18
自然・科学	2001	農業と食の安全性と健康影響を科学的に考えよう	15	梅津 憲治	19
	2002	健康と科学のアンダンテ (免疫学の基本を知ろう)	25	村田 勝夫	20
	2003	がん免疫療法の可能性	20	宇都 義浩	21
情報・技術	3001	フリーソフトウェア活用によるデジタル写真入門	15	辻 明典	22
	3002	映像編集 (入門)	15	辻 明典	23
	3003	IoT/センサのしくみを知ろうー実習を通じて基礎から学ぶー	15	辻 明典 他	24
	3004	Excel を学ぼう	10	金西 計英	25
	3005	教養としてのデータ分析 (1)	20	川野 卓二	26
芸術	4001	楽しみながら学ぶ書道I (春)	30	東 國恵	27
	4002	版画を楽しむ (春) シルクスクリーン技法	20	石井 健二	28
	4003	たのしい女声コーラス【I】	80	吉森 章夫 他	29
	4004	たのしい男声コーラス【I】	80	吉森 章夫 他	30
	4005	写真講座 (初級)	20	上野 照文 他	31
	4006	写真講座 (表現としての写真) (中級)	20	上野 照文 他	32
	4007	近・現代の美術概観	20	吉原 美恵子	33
語学・国際交流	5001	Remarkable Accounts 1	20	スターヴ, ドナルド・ウェード	34
	5002	In Translation 1	20	スターヴ, ドナルド・ウェード	35
	5003	Down Under Chat (New Zealand, Australia and South Pacific Islands)	20	Angus A. McDonald	36
	5004	Introductory English Conversation (英会話入門)	20	Wade Lewis	37
	5005	サイモンとガーファンクルを歌おう	30	宮田 政徳	38
	5006	中国語 (初級) 《対話でたのしむ中国語》 (春夏)	30	張 偉	39
	5007	中国語 (中級) 《時事中国語》	20	張 偉	40
	5008	ポルトガル語を楽しもう～VAMOS FALAR PORTUGUÊS～	15	松尾 ドゥルシー	41
	5009	多文化共生のまちづくり (『生活者としての外国人』のための日本語教育)	20	Gehrtz 三隅 友子	42
健康・スポーツ	6001	フリー・フィットネスI	50	ー	43
	6002	フリー&エンジョイフィットネス	35	吉田 みつる	44
	6003	フリー&エンジョイウォーキング	15	吉田 みつる	45
	6004	運動でヘルスアップ！ー運動不足を解消し、健康寿命を延ばそうー	66	田中 俊夫	46
	6005	健康法としての空手道入門	20	ヘルベルト, ウォルフガング	47
	6006	基礎から始めるバドミントン	16	川島 歩	48
	6007	テニスを始めようI	16	田中 俊夫 他	49
	6008	テニスを楽しもうI	16	田中 俊夫 他	50
	6009	カラダいきいきフィットネス	15	川島 歩	51
健康・スポーツ	6010	体幹☆バランストレーニング	15	河野 磨	52
	6011	経絡ヨガストレッチ	16	和田 佳那	53

	6012	みんなで楽しく社交ダンス	25	中村 久子 他	54
	6013	いいとこ歩き！逆打ち阿波廻路	25	田中 俊夫 他	55
	6014	町石道から高野山奥の院へ	25	田中 俊夫 他	56
	6015	北アルプス表銀座をゆく（トレーニング編）	40	田中 俊夫 他	57
	6016	北アルプス表銀座をゆく：燕岳～常念岳縦走（登山編）	30	田中 俊夫 他	58
	6017	ウォーキングでホノルルマラソン！	20	田中 俊夫 他	59
	6018	ホノルルマラソンを走ろう 2018 B（ビギナー：初心者コース） －100mから始める健康マラソン－	40	田中 俊夫 他	60
	6019	ホノルルマラソンを走ろう 2018 A（アドバンス：経験者コース）	30	田中 俊夫 他	61
	6020	ホノルルマラソン・マラソンライフS（スーパー）	60	田中 俊夫 他	62
	6021	サイバーレッスン・ホノルルマラソンを走ろう	10	田中 俊夫	63
	K001	マラソンクリニック	－	－	64
高校生講座	H001	作って動かそう！ロボットプログラミング講座	15	浮田 浩行	65
	H002	不思議な物質の化学	20	南川 慶二 他	66
	H003	酵素とDNAの実験講座	20	渡部 稔	67

六一会へ入会し交流の場を広げよう

★ 六一会とは（徳島大学 大学開放実践センター 同窓会）

昭和61年センター設立と同時に発足した「六一会」は、公開講座で学ぶ受講生と大学開放実践センターによって構成された組織です。本会は、会員相互の学習や親睦を主眼としながら、センターとの相互支援の関係を構築することによって、受講生・学生との交流、さらには地域貢献を目指し様々な社会・文化活動を実施しています。徳島大学同窓会連合会の一員で、センター受講生なら誰でも参加できる開かれた組織です。この機会に入会して出会いの喜びと共に楽しい学び、健康で文化的な豊かな人生を送りませんか。

★ 多彩な社会・文化活動

1. センター主催事業へのサポート・参加 公開研究会、講演会、自主防災・防犯委員会、学びのコミュニティ等
2. 徳島大学教員等による講演会、研究室探訪
3. 徳島大学同窓会連合会（びざん会）活動
4. 大学祭への参加、学生との交流・連携
5. 研修旅行、ハイキング
6. 会報の発行（年1回）
7. 同好会活動（現在、7倶楽部が活動）

美術館倶楽部

俳句倶楽部 彩雲

読書倶楽部

朗読倶楽部 はしばみの会

パソコン倶楽部

ハイキング倶楽部

英会話倶楽部

中国語倶楽部

入会方法

申込書はセンターのロビーにあります。講座入金期間中に六一会担当者がセンターロビーで受付します。年会費2,000円 夫婦会員は2人で3,000円になります。10月1日以降の初回会費は1,000円です。期間は入会からその年度の3月31日まで

2018年 春夏 公開講座時間割

	午前	午後	夜間
月	10:00~11:30 1002 江戸時代へタイムスリップ 6005 健康法としての空手道入門	13:30~15:00 4007 近・現代の美術概観 5007 中国語(中級)	18:30~20:00 4006 写真講座(中級) 5001 Remarkable Accounts 1
	10:00~12:00 4001 書道 I (春)	16:30~18:00 2001 農薬と食の安全性と健康影響を科学的に考えよう 2003 ガン免疫療法の可能性	
火	10:00~11:30 5003 Down Under Chat 6009 カラダいきいきフィットネス	13:00~14:30 6002 フリー&エンジョイフィットネス	18:00~20:00 5009 多文化共生のまちづくり
		16:30~18:00 1006 英文学の世界へようこそ	18:30~20:00 5008 ポルトガル語を楽しもう 21:00~22:00 6021 サイバーレースンホノルルマラソンを走ろう
水	10:00~11:30 6004 運動でヘルスアップ	15:00~16:30 5005 サイモンとガーファンクルを歌おう	18:00~19:30 3004 Excel を学ぼう
	10:30~12:30 4003 たのしい女声コーラス		18:30~20:00 1003 古建築探訪 5006 中国語(初級)
木	10:00~11:30 1001 発達心理学を用いて過去から未来へ 6003 フリー&エンジョイウォーキング	13:00~14:30 6006 基礎から始めるバトミントン	18:30~20:00 1004 わかる!考古学の基礎
	10:30~11:30 6012 みんなで楽しく社交ダンス	13:30~15:00 6011 経絡ヨガストレッチ	19:00~21:00 4004 たのしい男声コーラス
		14:30~16:30 4002 版画を楽しむ(春)シルクスクリーン技法	
金	10:30~12:00 2002 健康と科学のアンダンテ 5002 In Translation 1	13:00~14:30 5004 英会話入門	18:00~19:30 3001 フリーソフトウェア活用によるデジタル写真入門 3002 映像編集(入門)
	13:30~15:00 6010 体幹☆バランストレーニング	16:30~18:00 1005 徳島の風景再発見	
土	9:00~11:00 6007 テニスを始めよう I 6008 テニスを楽しもう I	13:00~15:00 6020 ホノルルマラソン・マラソンライフ S	
	9:30~12:00 6017 ウォーキングでホノルルマラソン!	13:00~17:00 6019 ホノルルマラソンを走ろう 2018 A	
	10:00~11:30 1007 内村鑑三の著作を読む 3003 IoT/センサのしくみを知ろう	13:30~15:00 3005 教養としてのデータ分析(1)	
	10:30~12:00 4005 写真講座(初級)	14:00~17:00 6018 ホノルルマラソンを走ろう 2018 B	
		14:30~16:00 1008 主権者教育とは、平和教育とは	

※募集定員はそれぞれのガイドページを参照下さい。日程の都合上、若干記載していない講座もあります。

講座番号	A001	定員	30名 (最少開講人数2名)	受講料	無料
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	6月10日 日曜日 9:30~12:30 13:30~16:30				
講 座 名	阿波踊り体操リーダー養成				
担当講師（所属）	田中 俊夫（徳島大学大学開放実践センター） 他				
概 要	徳島県との共催による社会連携講座です。県民健康づくりサポートツールとして阿波踊り体操は10年を機にリニューアルしました。阿波踊り体操のいろいろなバージョンを紹介したり、指導したりできるように知識と技能を身につけます。修了者には認定証を発行します。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①音源のみを使って基本編が実演できる。 ②体操の中の各々の動きの目的を知り、正しい方法で行える。 ③様々なバージョンや実施方法などさまざまなバリエーションを知る。 ④初めての方に分かりやすくポイントを説明できるようになる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> 1. 「阿波踊り体操と健康づくり」、基本編、発展編+、チェア編、正しい体操の方法とその効果 2. トレーニング編、メタボ解消編、リハビリ編、フレンズ編、肩こり腰痛解消編、プチエネルギー消費編 				
対 象 者	阿波踊り体操を地域や職場、グループに紹介・指導してみたい方（阿波踊り体操、阿波踊りの経験は問いません）				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	資料配付				
キ ー ワ ー ド	阿波踊り体操、阿波踊り、健康づくり、メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドローム				
備 考	修了者で希望される方は、リーダーまたは指導員として「阿波踊り体操応援隊」に登録していただけます。 教材費500円程度（DVDなど持っている人は不要）				

講座番号	1001	定員	12名 (最少開講人数 5名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	発達心理学を用いて過去から未来へ				
担当講師(所属)	山本 真由美(徳島大学大学院社会産業理工学研究部)				
概 要	<p>日本は高齢社会となり、人生は長くなっています。人生の中で人間はさまざまな経験をします。本講座ではその意味を考えて行きます。</p> <p>本講座では、エリクソンの発達理論に基づき、各発達段階の課題についての理解を深めます。</p> <p>その後、心理療法の1つである回想法を用いて、自分の人生を振り返って行きたいと思います。</p> <p>その振り返りを通して、今からの人生の意味を考えて行きたいと思います。</p>				
達 成 目 標	<p>①人間の発達のプロセスがわかる。</p> <p>②発達過程における課題を考える。</p> <p>③心理療法がわかる。</p> <p>④人生を振り返り、将来を考える</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 5/31 講座の進め方(アクティブラーニングとは テキスト第1章)</p> <p>② 6/7 発達のプロセスについて(テキスト第3章・第4章)</p> <p>③ 6/14 発達段階における発達課題について(テキスト第4章、他)</p> <p>④ 6/21 心理療法と回想法</p> <p>⑤ 6/28 回想法(1)</p> <p>⑥ 7/5 回想法(2)</p> <p>⑦ 7/12 回想法(3)</p> <p>⑧ 7/19 まとめ</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	アクティブラーニング・講義・話し合い				
テ キ ス ト	発達心理学をアクティブに学ぶ 北大路書房 2017 山本真由美編著 講座初日販売予定				
キ ー ワ ー ド	発達心理学・グループワーク・心理療法(回想法)・共有・希望				
備 考	アクティブラーニング法によって講座を実施します。 回想法ではグループワークを持ちますので、集団守秘を課します。				

講座番号	1002	定員	30名 (最少開講人数 5名)	受講料	5,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	江戸時代へタイムスリップ ～古文書を読んで江戸時代の人々の思いや暮らしを知ろう～				
担当講師（所属）	桑原 恵（徳島大学大学院社会産業理工学研究部）				
概 要	江戸時代の資料を直接読むことで江戸時代の人々がどのように考え、行動していたのかを知ることができます。本講義では、受講生の方達と一緒に江戸時代の歴史資料（古文書）を読んでいきたいと思えます。扱う資料については、受講生の方と相談しながら決定していきます。今年度から大阪の村の史料を読み進める予定にしています。				
達 成 目 標	①江戸時代の文章を読んで理解できる。 ②資料の意味を考える際に、読んでいる古文書以外の資料も活用する。 ③江戸時代の歴史資料を読んで当時の人々の考えや暮らしを想像する。 ④江戸時代のくずし字で書かれた歴史資料を少しずつ読めるようになる。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/7 オリエンテーション（資料の確認、資料の配付など）・ 資料講読（古文書解読）1 ② 5/14 資料講読（古文書解読）2 ③ 5/21 資料講読（古文書解読）3 ④ 5/28 資料講読（古文書解読）4 ⑤ 6/4 資料講読（古文書解読）5・資料の意味とまとめ・ 歴史資料から知ることのできる江戸時代の人々				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、江戸時代の資料を読んで、江戸時代について考える演習と講義形式。				
テ キ ス ト	文書の資料は適宜コピーして配布します。 読み進める際の参考資料も適宜コピーして配付します。また、大学の図書館にある図書の利用などについても、情報を提供して利用を進められるようにしていきます。 もしも日本史の辞典など、お手持ちであれば、参考になさってください。				
キ ー ワ ー ド	江戸時代・歴史資料・古文書				
備 考					

講座番号	1003	定員	25名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	古建築探訪 ー私が見た世界の遺産 1ー				
担当講師 (所属)	森兼 三郎 (徳島市文化財保護審議会委員)				
概 要	<p>世界遺産とは、世界で共有する普遍的な価値のある、文化遺産・自然遺産・複合遺産の三種類があります。2017年現在1073件が登録されています。イタリアが53件、中国52件、スペイン46件、フランス43件、ドイツ42件、インド、メキシコ……と続き、日本はブラジルと共に21件が登録されています。上位10傑の内6ヶ国が欧州で、アジアは全体の約18%ほどです。今回は、欧州を代表する世界遺産を日本の遺産と比較しながら紹介します。建造物や自然のスケール感、文化の違いなどを皆様とともに検証します。</p>				
達 成 目 標	<p>①世界の文化遺産を知る ②日本の遺産とのスケールや文化の違いを考察する。 ③風土や気候などによる遺産の違いを知る ④西洋建築様式を知る</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 5/9 世界遺産の概要 ② 5/16 イタリア ーアルベロベッロとマテーラの洞窟住居ー ③ 5/23 同上 ー古代ローマの遺跡ー ◆5/30 県外研修 ー京都方面擬洋風建築ー ④ 6/20 フランス ーモン・サン・ミシェルー ⑤ 6/27 スペイン ーアントニ・ガウディの作品ー ⑥ 7/4 ポルトガル ーエヴォラ及びポルトの歴史地区ー ⑦ 7/18 ロシア ーモスクワ・赤の広場ー ⑧ 8/22 同上 ーサンクトペテルブルグ (レニングラード) の歴史地区ー ⑨ 9/12 イギリス ーロンドンの歴史地区ー ⑩ 9/19 ギリシャ ーアテナイのアクロポリスー ◆9/26 県外研修 ー奈良県の擬洋風建築他ー</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	資料を基にプロジェクター (写真) による講義				
テ キ ス ト	資料等を配布				
キ ー ワ ード	古代、中世 欧州の建築・土木遺産				
備 考	<p>A4ファイルを用意してください。 ◆5/30、9/26の県外研修は自由参加で費用は別途必要です。</p>				

講座番号	1004	定員	20名 (最少開講人数 6名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	わかる！考古学の基礎				
担当講師（所属）	端野晋平（徳島大学埋蔵文化財調査室）				
概 要	考古学は、過去の人びとが残した物的痕跡を調べることによって、人類史を復元する学問です。物的資料は、文字資料とは異なり、そのままでは何も語ってはくれません。しかし、考古学者のアプローチ次第で、ときとして雄弁に歴史を語らせることができます。この講座では、最新の研究成果を交えつつ、考古学の基礎的な知識と方法を学んでいきます。				
達 成 目 標	①考古学の基礎的な知識と方法を理解する。 ②考古学研究における論点を知る。 ③考古学研究の最新の成果を知る。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/10 考古学とは何か？ ② 5/17 考古資料の限界と可能性 ③ 5/24 編年—時間を測る物差し— ④ 5/31 分布は何を語るか？ ⑤ 6/ 7 モノの機能を探る ⑥ 6/14 過去の社会を復元する ⑦ 6/21 今日の考古学 ⑧ 6/28 弥生時代の始まりは紀元前10世紀までさかのぼる！？ ⑨ 7/ 5 稲作はどこから来たのか？ ⑩ 7/12 近世徳島藩武家屋敷跡・常三島遺跡				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	毎回、プリントを配布。				
キ ー ワ ー ド	考古学 物的資料 方法				
備 考	講義内容は変更する場合があります。				

講座番号	1005	定員	30名 (最少開講人数 5名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 16:30 ~ 18:00				
講 座 名	徳島の風景再発見—モラエスとハーン—				
担当講師（所属）	宮崎隆義（徳島大学教養教育院）				
概 要	<p>地方創生ということが久しく声高に叫ばれています。ですが、徳島の魅力を見出すのは、そこに住んでいる人々よりはむしろ遠方からやってきた人たちかもしれません。今から100年以上も前にひとりのポルトガル人モラエスが、徳島の風景を眺めて書き残しています。モラエスは、ラフカディオ・ハーン、小泉八雲を尊敬していたようですが、ふたりを比べながら、見慣れている徳島の風景を、モラエスという人の目を通して見ると、違ったものに見えてきます。一緒に徳島の風景の再発見をしましょう。</p>				
達 成 目 標	<p>①モラエスという人を知る ②著作の世界を知る ③異邦人のまなざしと心を知る—ハーンとの比較から ④風景を通して徳島の魅力を再発見する</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 5/11 モラエスとハーン ② 5/25 モラエスが見た「盆踊り」：ハーンが見た「盆踊り」（1） ③ 6/1 モラエスが見た「盆踊り」：ハーンが見た「盆踊り」（2） ④ 6/15 モラエスが見た「盆踊り」：ハーンが見た「盆踊り」（3） ⑤ 6/22 モラエスが見た「日本」：ハーンが見た「日本」（1） ⑥ 6/29 モラエスが見た「日本」：ハーンが見た「日本」（2） ⑦ 7/6 モラエスが見た「日本」：ハーンが見た「日本」（3） ⑧ 7/13 モラエスとハーン：風景論からを考える</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義, 討論				
テ キ ス ト	『徳島の盆踊り』（徳島県立文学書道館刊, 500円, 税込）は徳島県立文学書道館, 書店で、初回までに各自ご購入ください。ラフカディオ・ハーン『新編日本の面影』（角川文庫, 842円, 税込）も書店でご購入ください。参考書として『日本精神』（徳島日本ポルトガル協会刊, 500円, 税込）は講座初回時に希望者に直接販売します。				
キ ー ワ ー ド	モラエス, ハーン, 徳島の風景, ふるさと再発見				
備 考	自由な雰囲気、昔の徳島の姿やモラエスのことをご存じの方にはいろんなことを教えていただきながら、モラエスが見た徳島の風景、ハーンが見た日本の風景をみんなで考えましょう。				

講座番号	1006	定員	30名 (最少開講人数5名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 16:30 ~ 18:00				
講 座 名	英文学の世界へようこそ～ハーディの詩を味わう～				
担当講師（所属）	宮崎隆義（徳島大学教養教育院）				
概 要	英語に親しまれている人は多いかと思います。英語という言語で作られている芸術作品、英文学の世界に入って、イギリスの詩人・小説家トマス・ハーディという人の詩を味わってみましょう。講座では、ゆっくりと言葉を味わいながら、時代や言葉が異なっても決して変わる事のない人間の心の中をのぞいてみましょう。				
達 成 目 標	①トマス・ハーディという人を知る ②英文学の世界を知る ③言葉の面白さと豊かさを味わう ④詩を味わう				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/8 イン트로ダクション：英文学とトマス・ハーディ ② 5/15 トマス・ハーディの詩を味わう（1） ③ 5/22 トマス・ハーディの詩を味わう（2） ④ 5/29 トマス・ハーディの詩を味わう（3） ⑤ 6/5 トマス・ハーディの詩を味わう（4） ⑥ 6/12 トマス・ハーディの詩を味わう（5） ⑦ 6/19 トマス・ハーディの詩を味わう（6） ⑧ 6/26 英文学、英詩と私たち、まとめ				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講読、討論				
テ キ ス ト	『ハーディ詩選』（東京：研究社、1,404円、税込）は初回販売予定				
キ ー ワ ー ド	英文学・ハーディ・詩・鑑賞				
備 考	自由な雰囲気、昔学んだ英語などを思い出しながら、人生のことや詩の面白さと味わい深さをみんなで話ししましょう。				

講座番号	1007	定員	20名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	内村鑑三の著作を読む				
担当講師(所属)	三浦博(徳島医療福祉専門家学校)				
概 要	内村鑑三(1861-1930)の生涯を概観しつつ、彼の人生の諸段階における彼の著作を学習し検討する				
達 成 目 標	①内村鑑三の著作を読む ②内村鑑三の思想を知る ③内村鑑三が体験し、思索し、提案したことが今日に生きるわれわれにどう関わってくるかを考える				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/12 オリエンテーション ② 5/19 地人論(1) ③ 5/26 地人論(2) ④ 6/ 2 代表的日本人(西郷隆盛) ⑤ 6/ 9 キリスト信徒のなぐさめ(1) ⑥ 6/16 キリスト信徒のなぐさめ(2) ⑦ 6/23 いかにして大文学を得んか ⑧ 6/30 武士道について ⑨ 7/ 7 ローマ書の研究(1) ⑩ 7/14 ローマ書の研究(2)				
対 象 者	一般市民、大学生、高校生				
講 座 の 方 法	講義、討論、研究発表				
テ キ ス ト	プリントを配布します。参考文献を講座中に紹介します。テキストは希望者のみ購入				
キ ー ワ ード	内村鑑三の著作に親しむ				
備 考	徳島大学常三島キャンパス図書館には『内村鑑三全集』(全40巻)があり、これにはこの講座で使用する内村の著作が全て収められているので利用するとよい。				

講座番号	1008	定員	50名 (最少開講人数 6名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 14:30~16:00				
講 座 名	主権者教育とは、平和教育とは—理論と実践				
担当講師（所属）	饗場 和彦（徳島大学大学院社会産業理工学研究部・元読売新聞記者）				
概 要	18歳参政権が始まり、主権者教育の重要性がますます高まっています。また、国際社会の緊張に伴い、平和の維持、実現があらためて望まれています。しかし、学校教育の現場でも、一般の社会人の間でも十分な問題意識、知識、行動力があるとはいえません。この授業では主権者教育、平和教育とはなにか、なにを理解してもらべきか、どのように授業を実践するか、などについて考えます。				
達 成 目 標	①民主主義、立憲主義、平和などの基本的な概念、仕組みを知る ②現在の状況と、起きている具体的な諸問題について知る ③教え方、伝え方の方法について知る。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/12 民主主義とは ② 5/19 立憲主義とは ③ 5/26 平和とは ④ 6/ 2 主権者教育の課題と問題点 ⑤ 6/ 9 平和教育の課題と問題点 ⑥ 6/16 授業実践の方法論 1 選挙に行かないので損する若者 ⑦ 6/23 授業実践の方法論 2 シルバー民主主義を超えて ⑧ 6/30 授業実践の方法論 3 ローザ・パークスを知っているか ⑨ 7/ 7 授業実践の方法論 4 多数決のウソと限界 ⑩ 7/14 授業実践の方法論 5 お願いしてみよう				
対 象 者	中学校、高校の教員、一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	以下は参考書ですので必ずしも購入の必要はありません：『教育政治学を拓く—18歳選挙権の時代を見据えて』（小玉重夫、勁草書房、2016年、2900円＋税）、『授業LIVE 18歳からの政治参加』（橋本康弘他、清水書院、2017年、2000円＋税）、『18歳からの格差論』（井出英策、東洋経済新報社、1000円＋税）				
キ ー ワ ー ド	政治、憲法、民主主義、平和				
備 考	このシラバスは暫定版ですので変更の可能性があります。確定版は徳島大学開放実践センターのHPに掲載されます。問い合わせは同センター：088-656-7276、饗場：088-656-7186 aiba.kazuhiko@tokushima-u.ac.jp				

講座番号	1009	定員	30名 (最少開講人数 2名)	受講料	3,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	7月13日(金)～7月14日(土)〔2日間集中講義〕				
講 座 名	ライフ・ポートフォリオを書いてみよう！ 人生の羅針盤を見つけよう				
担当講師(所属)	Gehrtz 三隅友子(徳島大学教養教育院) 山川 修(福井県立大学学術教養センター)				
概 要	自分が人生で求めているもの・ことに関して、メンターとの対話の中で、自分で気づいていきます。対話の中で自分が進む道がハッキリと見えてきて、人生で必要になる「選択」が容易になることが期待されます。また、ピア・メンタリング(交互にメンターを担当する)方式を採用していますので、メンターに必要な傾聴を最初に実習します。傾聴が本当にできるようになると、周りの方との関係性が変化し、実生活で使っていただければ、かなりの変化が実感できるのではないかと思います。				
達 成 目 標	①これからの自分の人生の目標を明確にする。 ②自己開示と傾聴を体感する。 ③自己尊重と他者尊重を同時に経験する。 ④人生の意義を見つけるきっかけをつかむ。				
ス ケ ジ ュ ール	① 7/13 18:00～19:30 傾聴に挑戦してみよう ② 7/14 9:00～10:30 自分が求めているものの探求 ③ 7/14 10:40～12:10 自分の人生の核心をつかむ ④ 7/14 13:00～14:30 核心に沿った目標設定 ⑤ 7/14 14:40～16:10 ライフ・ポートフォリオのお披露目				
対 象 者	一般(成人対象)				
講 座 の 方 法	ミニ講義・ワークショップ形式				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ー ド	ポートフォリオ・対話・メンタリング・ライフデザイン				
備 考	文化庁「『生活者としての外国人』のための日本語教育事業」関連の講座です。				

講座番号	2001	定員	15名 (最少開講人数9名)	受講料	5,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 16:30 ~ 18:00				
講 座 名	農薬と食の安全性と健康影響を科学的に考えよう				
担当講師(所属)	梅津 憲治 (OAT アグリオ株式会社顧問、吉備国際大学客員教授)				
概 要	<p>食品に微量残留する農薬や食品添加物、並びに食品中に元々存在する天然化学物質の人への健康影響について解説する。また、原発事故に伴う放射能汚染食品の安全性と健康影響についても解説する。</p> <p>食と農業・農薬を取り巻く諸要素を論じたうえで、農薬に対する社会の認識、農薬の安全性試験の内容と安全性評価、及び残留基準設定の仕組みを解説する。その上で、食品への農薬残留の実態と健康リスクについて論じる。次いで、食品添加物の安全性評価、食そのものや天然物あるいは放射能汚染農産物の安全性評価結果についても解説する。</p>				
達 成 目 標	<p>①化学物質の中で最も厳密に安全性評価が実施されている農薬の安全性を確保するための仕組みと規制について理解する</p> <p>②残留農薬、食品添加物、及び天然化学物質の安全性と消費者に対する健康リスクを理解する。</p> <p>③セシウム等の放射能汚染食品の健康リスクについて理解する。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 5/7 農薬の定義、歴史、役割、マスコミで取り上げられた農薬や化学物質に関する話題</p> <p>② 5/14 農薬の開発と安全性評価・規制、並びに残留実態と健康リスク</p> <p>③ 5/21 食および食品中に存在する天然物の安全性</p> <p>④ 6/ 4 化学物質や農薬の安全と安心と信頼：リスクコミュニケーション、食と健康との係わりにおける人類の真の脅威は何か?</p> <p>⑤ 6/11 放射能汚染食品の安全性、特別栽培農産物、有機農産物の安全性</p>				
対 象 者	一般市民、教員、学生、農業従事・植物防疫事業従事者				
講 座 の 方 法	講義 討論				
テ キ ス ト	<p>講義時に資料(スライドのコピー)配布</p> <p>参考書：梅津憲治『農薬と食の安全・信頼 ~Q & A から農薬と食の安全性を科学的に考える~』、(社)日本植物防疫協会、2014年、2,800円</p>				
キ ー ワ ー ド	食の安全性、農薬の安全性、天然物の安全性、安全性評価、放射能汚染食品の安全性、リスクコミュニケーション				
備 考					

講座番号	2002	定員	25名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 10:30 ~ 12:00				
講 座 名	健康と科学のアンダンテ（免疫学の基本を知ろう）				
担当講師（所属）	村田 勝夫（鳴門教育大学名誉教授・四国大学大学院非常勤講師）				
概 要	<p>昨年の本講座では脳と神経のしくみを知ることを中心にしたが、今回は私たちの体をまもる免疫学の基本を学習する。私たちの体は様々な雑菌や病原体によって脅かされているが、たいていの場合に免疫力によって発病が抑えられている。本講座では図解を中心としたテキストを用いて、免疫学の基本的な知識を得ることを目的とする。</p>				
達 成 目 標	<p>①体の免疫反応を知る。 ②抗体の種類を知る。 ③アレルギーや自己免疫疾患を知る。 ④がん免疫：移植免疫を知る。</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 5/11 免疫学の基本 ② 5/18 免疫反応で働く細胞 ③ 5/25 生体のバリアと自然免疫による防御 ④ 6/ 1 適用免疫の基本ルール ⑤ 6/ 8 リンパ球の多様性と自己寛容の成り立ち ⑥ 6/15 リンパ組織とリンパ球の移動 ⑦ 6/22 B細胞による抗体の産生とその働き ⑧ 6/29 病原体に応じたT細胞の分業と働き ⑨ 7/ 6 免疫が原因となる病気 ⑩ 7/13 免疫応答の人為的な制御</p>				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	『初めての一步は絵で学ぶ免疫学—「わたしの体」をまもる仕組み』田中稔之 著、株式会社じほう（2016年8月31日）1800円をテキストとして使用します。初回時に、書籍を購入できます（割引あり）。				
キ ー ワ ー ド	抗原と抗体、アレルギー反応、リンパ組織				
備 考					

講座番号	2003	定員	20名 (最少開講人数5名)	受講料	4,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	がん免疫療法の可能性				
担当講師(所属)	宇都 義浩(徳島大学大学院社会産業理工学研究部)				
概 要	本講義では、最初に癌の発生要因や標準的治療法(外科療法、化学療法、放射線療法)について概説し、続いて、標準的治療法に代わる第4の治療法として期待されているがん免疫療法として特異的免疫療法および非特異的免疫療法、種々のサプリメントを用いた補完代替療法の仕組みや種類、治療対象や効果について概説し、最後に我々が開発した糖タンパク質を利用した新たな免疫療法について紹介します。				
達 成 目 標	①がん免疫療法の仕組みと種類を知る ②がんの補完代替療法について知る ③血清糖タンパク質を利用したがん免疫療法について知る				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/7 がんの標準的治療法 ② 5/14 がん免疫療法の仕組みと種類 ③ 5/21 補完代替療法とは ④ 5/28 糖タンパク質を利用した免疫療法				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義 討論				
テ キ ス ト	特に無し				
キ ー ワ ード	がん免疫療法 補完代替療法 糖タンパク質				
備 考					

講座番号	3001	定員	15名 (最少開講人数5名)	受講料	7,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	フリーソフトウェア活用によるデジタル写真入門				
担当講師(所属)	辻 明典(徳島大学技術支援部)				
概 要	デジタルカメラやスマートフォンの普及により、インターネットやSNS上に写真を簡単に投稿できるようになりました。本講座では、フリーソフトウェアを用いて写真の修整や加工の基礎を身につけ、一歩進んだデジタル写真の活用を目標とします。写真の修整や加工を通じて、旅行の写真、家族写真、古いアルバムの写真、スマホ等で撮りためた写真を整理でき、これまでの歩みを写真で振り返ることができます。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① フリーソフトウェアを使いこなせる。 ② 写真の修整と加工ができる。 ③ 写真の整理ができる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/11 概要, ソフトウェアのインストール ② 5/18 写真の特徴(基本操作) ③ 5/25 写真の取り込み(カメラ、スマホ、イメージスキャナ等) ④ 6/1 写真の修整と加工(ヒストグラム、シャドウ・ハイライト) ⑤ 6/8 写真の修整と加工(色合い・鮮やかさ、明るさ・コントラスト) ⑥ 6/15 写真の特殊効果(ぼかし、塗りつぶし、アニメ風) 				
対 象 者	写真の加工や修整に興味をもつ初心者の方				
講 座 の 方 法	講義、パソコンでの実習				
テ キ ス ト	テキストや資料は、各回に配布いたします(無料)。毎回、デジタルカメラやスマートフォン等で撮影した写真をお持ち下さい。				
キ ー ワ ー ド	デジタルカメラ、スマートフォン、写真の修整・加工				
備 考	講座では、ノートパソコンを使用します。原則として各自でご用意ください。講座で使用するフリーソフトウェア(Windowsに対応)は初回にインストールします。				

講座番号	3002	定員	15名 (最少開講人数5名)	受講料	7,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	映像編集 (入門)				
担当講師 (所属)	辻 明典 (徳島大学技術支援部)				
概 要	映像編集に興味を持たれている初心者の方向けの入門講座です。デジタルビデオやデジタルカメラ、スマートフォンなどで撮影した映像の編集方法を基礎から学びます。映像の編集は写真の編集と比べ難しいという先入観がありますが、基本をマスターすれば簡単な操作で撮りためた映像を編集・整理できるようになります。講座では、1分程度の短い映像作品の制作を通じて、映像の編集・加工方法をはじめとした基礎技術の習得を目指します。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 映像の編集方法を理解する。 ② トリミング、タイトル、テロップ、効果音等の編集操作ができる。 ③ 編集した映像をDVD やパソコンに保存できる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 6/22 概要、作品構想とストーリーボードの作成方法 ② 6/29 シーン分割とトリミング ③ 7/ 6 シーン切り替え効果、特殊効果 ④ 7/13 タイトル、字幕、クレジット ⑤ 7/20 ナレーションやBGM ⑥ 7/27 DVD の作成、編集した映像の保存 				
対 象 者	映像編集に興味をもつ初心者の方				
講 座 の 方 法	講義、パソコンでの編集操作				
テ キ ス ト	テキストや資料は、各回に配布いたします (無料)。				
キ ー ワ ー ド	デジタルビデオ、デジタルカメラ、スマートフォン、映像編集				
備 考	講座ではノートパソコンを使います。原則として各自でご用意ください。講座で使用するソフトウェア (Windows 対応) は初回にインストールします。				

講座番号	3003	定員	15名 (最少開講人数12名)	受講料	8,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	IoT/センサのしくみを知ろうー実習を通じて基礎から学ぶー				
担当講師(所属)	辻 明典(徳島大学技術支援部) 桑折 範彦(徳島大学名誉教授)				
概 要	IoTやAI、車の自動運転をはじめとした情報技術が世間で話題になっています。人の機能を機械やロボットで置き換えるには、人間の五感に相当する“センサ”の役割はとても重要です。講座では、さまざまなセンサ(温度、光、磁気など)を用いた実習を通じて、センサのしくみや使い方を基本から習得できます。さらに、スマートフォンやタブレットでセンサの動作を確認できるなど、最新のIoT技術を体験できる発展的な内容も含まれています。本講座は秋冬講座と連動しています(通年で受講して頂くと無線で動くロボットを制作できます。)。はじめての方でも、特別な準備や予備知識なしでご参加いただけます。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① センサのしくみを理解する。 ② センサを用いて計測ができる。 ③ 簡単なプログラムを作成できる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/19 概要 ② 5/26 LEDを光らせる ③ 6/2 温度をはかる ④ 6/9 明るさをはかる ⑤ 6/16 磁気をはかる ⑥ 6/23 モーター・スピーカーを動かす ⑦ 6/30 Wi-Fiでセンサの状態をみる 				
対 象 者	センサ、マイコン、プログラミングなどに興味を持つ初心者の方				
講 座 の 方 法	講義、演習				
テ キ ス ト	講座資料は各回に配布します。受講料とは別に、実習用教材費として別途3,000円を受講料納入の際にお支払いください。				
キ ー ワ ー ド	センサ、マイコン、プログラミング				
備 考	この講座ではノートパソコンを使います。原則として各自でご用意ください。環境設定(Windows、Mac、Linuxに対応)は講座の初回で行います。				

講座番号	3004	定員	10名 (最少開講人数2名)	受講料	10,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:00 ~ 19:30				
講 座 名	Excel を学ぼう				
担当講師（所属）	金西 計英（徳島大学総合教育センター）				
概 要	初めての方も、Excel を使ったことがあるが、まだまだ分かりづらいところがある方も、Excel の基本的な使い方を学び、ひとまず、表作成から始めましょう。グラフや関数を使い、データを分析できる資料作りを学んでいきます。				
達 成 目 標	① Excel の基本的な操作ができる。 ② Excel を使って資料作りを行う。				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/9 Excel の基礎知識 ② 5/16 データの入力 ③ 5/23 表の作成 ④ 5/30 数式の入力 ⑤ 6/6 複数シートの操作 ⑥ 6/13 表の印刷 ⑦ 6/20 グラフの作成 ⑧ 6/27 データベースの利用 ⑨ 7/4 便利な機能 ⑩ 7/11 総合練習				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、実習				
テ キ ス ト	「よく分かるMicrosoft Excel 2016 基礎」(FOM 出版) 2,000 円+税は、講座初日に販売				
キ ー ワ ー ド	Excel 表計算				
備 考					

講座番号	3005	定員	20名 (最少開講人数5名)	受講料	8,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	土曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	教養としてのデータ分析(1)				
担当講師(所属)	川野 卓二・総合教育センター				
概 要	卒業研究、看護研究、また、職場で収集した様々なデータを統計的な目で眺め、分析してみたいと考えたことはありませんか。統計的な基本事項に関する復習をしながらエクセルの機能を使って行うことができる様々なデータ分析の手法について学びます。前期(1)では、主に2変量までの分析法の基本を学びます。後期・秋(2)、後期・冬(3)では、3変量以上のデータ分析法を学びます。(学生がこの講座を学部授業の演習科目として活用することを歓迎します)				
達 成 目 標	①エクセル機能を利用してさまざまな方法で集計計算、統計分析ができる。 ②エクセルのグラフ機能を使って適切なグラフが作成できる。 ③調査の目的とデータの種類に応じた分析手法の設定と選択ができる。 ④分析結果を正しく解釈できる。				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/12 エクセルを利用して何ができるのか：データの整理と分析 ② 5/19 記述統計の基本 ① 集計機能とグラフでデータの全体像をつかむ ③ 5/26 " ② 基本統計量でデータの全体像をつかむ ④ 6/23 " ③ 相関や回帰で2変量の関連をみる ⑤ 6/30 推測統計の基本 ① 対応がある・ない場合の変化や差の分析 ⑥ 7/7 " ② 相関や回帰を使って変量間の関連の分析 ⑦ 7/14 " ③ 確率を利用した統計的仮説検定に慣れる				
対 象 者	学生・看護師・教員・職員・一般市民				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	適宜、参考書やウェブ・サイトを紹介し、資料、練習問題を配布します				
キ ー ワ ード	エクセル関数・分析ツール、記述統計、推測統計、統計的検定による確率的判断				
備 考	(エクセルの基本的操作をすでに身につけている方を対象としています。) 後期・秋(2)では、3変量以上のデータ間の比較に関する分析法(6回)、 後期・冬(3)では、3変量以上のデータ間の関連に関する分析法(5回) 予定				

講座番号	4001	定員	30名 (最少開講人数11名)	受講料	13,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 10:00 ~ 12:00				
講 座 名	楽しみなながら学ぶ書道Ⅰ(春)				
担当講師(所属)	徳島大学名誉教授 東 國 恵 [東 南光]				
概 要	この講座は、書道を学ぶ初心者を対象にしぼり、特に漢字を中心に、漢字の起こりと文字の歴史、書体の変遷と書風について学びます。特に多くの参考資料を直に鑑賞し、触れることにより興味と関心を高め、書道をより正しく理解しながら、基礎的な表現技術の習熟を行います。併せて用具用材等への関心をたかめ、使用方法と管理方法も学びます。そして北魏・隋代の代表的で整齊な楷書古典作品を講義と実習を通して楽しく学びます。				
達 成 目 標	①漢字のやさしい歴史を学び、書体の変遷の概略を理解する。 ②用具用材等を実際に手で持ち触れて、その正しい選び方と使用方法さらに管理方法理解する。 ③楷書の時代的変遷を知り、六朝の代表的な楷書古典作品を習い基礎表現技術の習熟をはかる。隋代の優れた楷書を学ぶ。 ④楷書による小作品を作り、ギャラリー新蔵で作品発表を行う。				
スケジュール	① 5/7 書道について、文字の起こり、書体の変遷、用具について ② 5/14 北魏の楷書「張玄墓誌銘」を習う。横・縦・折れ / 筆について ③ 5/21 北魏の楷書の筆意について 左・右払い・はね / 硯について ④ 5/28 北魏の碑帖を全体のまとめについて / 墨について ⑤ 6/4 隋の「蘇孝慈墓誌銘」を習う。横・縦・折れ / 紙について ⑥ 6/11 北魏の折れ・はね・空間の取り方について、点画の接し方について ⑦ 6/18 北魏の点画起筆・収筆について ⑧ 6/25 隋の「美人董氏墓誌銘」を習う。すっきりとした線質の工夫 ⑨ 7/2 北魏の点画の起筆・収筆について、全体の纏め方について ⑩ 7/9 北魏の六朝の楷書か隋の楷書古典で小品作 ⑪ 7/23 小品を半紙または条幅・色紙・短冊に書く 額・軸・パネルで出品かを決める。表具店に依頼または自分がするか。 ⑫日程未定 同小品を半紙または条幅・色紙・短冊に書く。額・軸・パネルで出来上がった作品をギャラリー新蔵の会場に展示。午前9時半から展示 午後から展示公開				
対 象 者	初心者大歓迎。未受講生を優先します				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	指導者が作成したものを配布する。				
キ ー ワ ー ド	六朝の楷書と隋代の優れた楷書を学ぶ				
備 考	道具は各自ご用意下さい。材料費約5,000円~10,000円が必要です。				

《芸術分野》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	4002	定員	20名 (最少開講人数11名)	受講料	13,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 14:30～16:30				
講 座 名	版画を楽しむ(春)シルクスクリーン技法				
担当講師(所属)	石井健二(徳島大学名誉教授)				
概 要	シルクスクリーン技法は、数ある版画技法の中でも、工法が分かりやすいため人気の高い技法です。この講座では、水性インクを使用することで、初心者にも親しみやすい工程になっています。仕上げた作品は、自分でハウジング(箔張りを含む)した額に納めて完成させます。1講座完結型です。				
達 成 目 標	①シルクスクリーン技法を理解する。 ②色の組成が理解できる。				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/10 技法の説明、参考作品の鑑賞 ② 5/17 お試し実習、イメージづくり ③ 5/24 イメージづくり、図版分解 ④ 5/31 第一版(トレース、製版、摺り) ⑤ 6/7 第二版(トレース、製版、摺り) ⑥ 6/14 第三版(トレース、製版、摺り) ⑦ 6/21 第四版(トレース、製版、摺り) ⑧ 6/28 第五版(トレース、製版、摺り) ⑨ 7/5 第六版(トレース、製版、摺り) ⑩ 7/12 修正、摺り作業(予備日) ⑪ 7/19 金・銀箔張り ⑫ 7/26 作品鑑賞				
対 象 者	一般市民・学生(経験・未経験を問いません。興味をお持ちの方大歓迎です)				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	担当講師よりプリントを配布します。				
キ ー ワ ー ド	孔版画、シルクスクリーン				
備 考	教材等は、すべて講座で用意します。開講初日に教材費10,000円を収集させていただきます。作業中は、インクなどにより衣服が汚れることが予想されますので、エプロンなどご用意ください。				

講座番号	4003	定員	80名 (最少開講人数22名)	受講料	27,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 10:30～12:30				
講 座 名	たのしい女声コーラス【I】				
担当講師（所属）	吉森章夫（徳島大学名誉教授） 大井美弥子（ピアノ）				
概 要	<p>「たのしい女声コーラス」は、4月からの講座を【I】、10月から始まる講座を【II】として年間に約50回行いますが、内容は継続的に行っています。平成30年4月15日に「たのしい男声コーラス」とあわぎんホールで、第8回ジョイント・コンサートを開催して日頃の練習の成果を発表します。また、5月20日の「おかあさんコーラス大会」、6月24日の「県合唱祭」に出演します。合唱の好きな方、ステージで歌ってみたい方、大歓迎!!</p>				
達 成 目 標	<p>①発声のための正しい呼吸法を身につけ、歌唱力を高め感性を磨く。 ②ルネサンスから現代曲まで実技演習によって表現する喜びを体験する。 ③合唱を通して音楽の鑑賞力を高め、音楽全般の知識と状況を知る。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 4/4 ② 4/11 ③ 4/14 (土) リハーサル 於：あわぎんホール ④ 4/15 (日) 第8回ジョイント・コンサート 於：あわぎんホール ⑤ 4/25 ⑥ 5/2 ⑦ 5/9 ⑧ 5/16 ⑨ 5/20 (日) おかあさんコーラス大会 於：あわぎんホール ⑩ 5/30 ⑪ 6/6 ⑫ 6/13 ⑬ 6/20 ⑭ 6/24 (日) 徳島県合唱祭 於：あわぎんホール ⑮ 7/4 ⑯ 7/11 ⑰ 7/18 ⑱ 7/25 ⑲ 8/1 ⑳ 8/22 ㉑ 8/29 ㉒ 9/5 ㉓ 9/12 ㉔ 9/19 ㉕ 9/26</p> <p>■下記の作曲家の作品を順不同で繰り返し練習し、次期の講座につなげていきます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・信長貴富 作曲「夕焼け」 ・三善 晃 作曲「麦藁帽子」 ・鈴木憲夫 作曲「茜の空に」「昼の月」 ・「無縁坂」「糸」など愛唱歌 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	実技実習、ステージ演奏体験、音楽鑑賞				
テ キ ス ト	テキストの楽譜は各自で購入していただきますが、当方でお世話します。				
キ ー ワ ー ド	音楽、合唱、ハーモニー、リズム、表現、呼吸法、発声法				
備 考	練習曲は上記掲載の曲目以外に随時追加します。				

講座番号	4004	定員	80名 (最少開講人数22名)	受講料	27,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	木曜日 19:00 ~ 21:00				
講 座 名	たのしい男声コーラス【I】				
担当講師（所属）	吉森章夫（徳島大学名誉教授） 大井美弥子（ピアノ）				
概 要	<p>「たのしい男声コーラス」は、4月からの講座を【I】、10月から始まる講座を【II】として年間に約50回行いますが、内容は継続的に行っています。平成30年4月15日には「たのしい女声コーラス」とあわぎんホールで、第8回ジョイント・コンサートを開催して日頃の練習の成果を発表する予定です。また、6月24日の「県合唱祭」（あわぎんホール）にも出演します。合唱の好きな方、男声合唱の醍醐味を体験してみませんか？ 初心者大歓迎!!</p>				
達 成 目 標	<p>①発声のための正しい呼吸法を身につけ、歌唱力を高め感性を磨く。 ②ルネサンスから現代曲まで実技演習によって表現する喜びを体験する。 ③合唱を通して音楽の鑑賞力を高め、音楽全般の知識と状況を知る。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 4/5 ② 4/12 ③ 4/14 (土) リハーサル 於：あわぎんホール ④ 4/15 (日) 第8回ジョイント・コンサート 於：あわぎんホール ⑤ 4/26 ⑥ 5/10 ⑦ 5/17 ⑧ 5/24 ⑨ 5/31 ⑩ 6/7 ⑪ 6/14 ⑫ 6/21 ⑬ 6/24 (日) 徳島県合唱祭 於：あわぎんホール ⑭ 7/5 ⑮ 7/12 ⑯ 7/19 ⑰ 7/26 ⑱ 8/2 ⑲ 8/16 ⑳ 8/23 ㉑ 8/30 ㉒ 9/6 ㉓ 9/13 ㉔ 9/20 ㉕ 9/27</p> <p>■下記の曲を順不同で繰り返し練習し、次期の講座につなげていきます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・青木八郎 作曲「挽歌」 ・大中 恩 作曲「春宵感懐」 ・塚谷晃弘 作曲「道化男の秋の唄」 ・新実徳英 作曲「花に寄せて」 ・「見上げてごらん夜の星を」など愛唱歌 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	実技実習、ステージ演奏体験、音楽鑑賞				
テ キ ス ト	テキストの楽譜は各自で購入していただきますが、当方でお世話しします。				
キ ー ワ ー ド	音楽、合唱、ハーモニー、リズム、表現、呼吸法、発声法				
備 考	練習曲は上記掲載の曲目以外に随時追加します。				

《芸術分野》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	4005	定員	20名 (最少開講人数12名)	受講料	9,000円
保 険	レク保				
開講曜日・時間帯	土曜日 10:30 ~ 12:00				
講 座 名	写真講座(初級)				
担当講師(所属)	上野照文(公益社団法人 日本写真家協会会員・徳島県美術家協会写真部会長)				
概 要	デジタルカメラの普及で写真撮影は誰でも撮影できる時代になりました。そこで、「今まで以上に上手く撮りたい」「一緒に撮影する仲間を増やしたい」等々楽しく撮影しながら、少し上手になろうとする人と。一緒に写真を楽しみましょう。				
達 成 目 標	①カメラを身近に使える。 ②自分で撮影した写真を披露する。 ③写真仲間と楽しいひととき。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/12 教室 ② 5/19 教室 ③ 6/9 撮影会(徳島中央公園:徳島城博物館前集合) ④ 6/16 教室 ⑤ 6/30 撮影会(場所未定) ⑥ 7/14 教室 ⑦ 7/28 教室 ⑧ 8/5(日) 10:00~12:00 阿波踊り撮影会 ⑨ 8/16(木) 18:00~21:00 池田阿波踊り撮影会(現地集合解散) ⑩ 9/8 教室				
対 象 者	初心者~中級者				
講 座 の 方 法	教室と屋外での撮影会など				
テ キ ス ト	特になし				
キ ー ワ ー ド	写真講座 デジタルカメラ スナップ写真 コンテスト写真				
備 考	日程は講師都合により変更することがあります。日程変更により出席いただけなかった場合も受講料の返金はありません。撮影会は現地集合。現地解散となります。撮影会の場所は決まり次第お知らせします。				

《芸術分野》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	4006	定員	20名 (最少開講人数12名)	受講料	9,000円
保 険	レク保				
開講曜日・時間帯	月曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	写真講座（中級）（表現としての写真）				
担当講師（所属）	上野照文（公益社団法人 日本写真家協会会員・徳島県美術家協会写真部会長）				
概 要	自分の表現方法としての写真撮影、及び、撮影した写真の組み方、見せ方などを研究。撮影会などでは街中の普段目にする物をいかに写真に取り込み作品化するかなどを学ぶ。				
達 成 目 標	①カメラについて、理解をより一層深める。 ② ③				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/7 教室 ② 5/14 教室 ③ 6/9 撮影会（徳島中央公園：徳島城博物館前集合） ④ 6/11 教室 ⑤ 6/30（土）屋外撮影会（場所未定） ⑥ 7/9 教室 ⑦ 7/23 教室 ⑧ 8/5（日）10:00~12:00 阿波踊り撮影会 ⑨ 8/16（木）18:00~21:00 池田阿波踊り撮影会（現地集合解散） ⑩ 8/27 教室				
対 象 者	中級者～上級者（初心者も可）				
講 座 の 方 法	教室及び屋外撮影会（撮影会は土曜日のクラスと共有）				
テ キ ス ト	特になし				
キ ー ワ ー ド	写真講座 組写真 街のスナップ				
備 考	日程は講師都合により変更することがあります。日程変更により出席いただけなかった場合も受講料の返金はありません。撮影会は現地集合。現地解散となります。撮影会の場所は決まり次第お知らせします。				

《芸術分野》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	4007	定員	20名 (最少開講人数9名)	受講料	5,500円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	近・現代の美術概観				
担当講師（所属）	吉原美恵子（徳島県立近代美術館 学芸調査課）				
概 要	<p>できるだけ多くの事例や作品を紹介しながら、まずは欧米に軸足を置いた近・現代の美術史の流れを概観します。そして、世界の美術史に与する日本の美術の動きについても考察したいと考えています。</p> <p>新しい表現は常に、その時代の同時代（＝現代）美術であり、前衛美術表現であったはずはです。そして、いかなる表現も、その時代の社会のありようをあぶりだすものですから、時代背景や美術市場の話題とともに、美術作品の読み解きを丁寧にしてゆきたいと考えています。そして、作品の鑑賞のポイントをつかみながら、美術史の流れづくりに大きく関与する美術館が期待される役割についての考察も促したいと思います。</p>				
達 成 目 標	<p>①20世紀以降の西洋美術史の流れをつかむ ②作品の鑑賞のポイントを探る ③時代により求められる美術館の姿について理解する</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 6/11 エコール・ド・パリとその後 ー豊かな文化的土壌と精神 ② 6/18 戦後アメリカの美術概観 ー多様性が生み出す表現と富の蓄積 ③ 6/25 素材と美術表現 ー20世紀の技術的進歩と文化 ④ 7/ 2 具体から GUTAI へ ー美術史に刻まれた日本の現代美術 ⑤ 7/ 9 現代社会と美術館の役割 ー変化を求められる器</p>				
対 象 者	一般				
講 座 の 方 法	講義				
テ キ ス ト	特にありませんが、折々に、印刷物やコピーなどを配布します。				
キ ー ワ ード	現代美術				
備 考					

講座番号	5001	定員	20名 (最少開講人数6名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	Remarkable Accounts 1				
担当講師(所属)	Don Sturge (徳島大学大学院社会産業理工学研究部)				
概 要	This course focuses on texts written originally in English or translated into English. Class activities consist mainly of reviewing those texts and discussing their historical and social contexts. The class may be divided into smaller groups so that students of similar ability and taste can learn more effectively.				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① Improving English reading and listening ability ② Improving reasoning and discussion ability ③ Broadening perspectives ④ Improving social interaction skills 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/7 Course Introduction ② 5/14 A New Breed of People ③ 5/21 Crime and Punishment in Two Countries ④ 5/28 Colorful Ways of Departing This World ⑤ 6/4 What - and How - the Japanese Drink ⑥ 6/11 To Be Advised ⑦ 6/18 To Be Advised ⑧ 6/25 To Be Advised ⑨ 7/2 To Be Advised ⑩ 7/9 To Be Advised 				
対 象 者	Adults who are confident in their English communication ability				
講 座 の 方 法	Reading, Translation, Discussion				
テ キ ス ト	Handouts will be provided by the instructor				
キ ー ワ ー ド	English, Reading, Translation, Discussion				
備 考					

講座番号	5002	定員	20名 (最少開講人数6名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 10:30 ~ 12:00				
講 座 名	In Translation 1				
担当講師（所属）	Don Sturge（徳島大学大学院社会産業理工学研究部）				
概 要	Reading of texts written originally in English or translated into English provides a basic structure for the course and there may be translation, review and discussion of other texts in English or Japanese, depending on student interest. The class may be divided into smaller groups so that students of similar ability and taste can learn more effectively.				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① Improving English reading, writing and translation ability ② Improving reasoning and discussion ability ③ Broadening perspectives ④ Improving social interaction skills 				
スケジュール	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/11 Course Introduction ② 5/18 Translation/Discussion ③ 5/25 Translation/Discussion ④ 6/1 Translation/Discussion ⑤ 6/8 Translation/Discussion ⑥ 6/15 Translation/Discussion ⑦ 6/22 Translation/Discussion ⑧ 6/29 Translation/Discussion ⑨ 7/6 Translation/Discussion ⑩ 7/13 Translation/Discussion 				
対 象 者	Adults who are confident in their English communication ability				
講 座 の 方 法	Reading, Translation, Discussion				
テ キ ス ト	Handouts will be provided by the instructor				
キ ー ワ ー ド	English, Reading, Translation, Discussion				
備 考					

講座番号	5003	定員	20名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	Down Under Chat (New Zealand, Australia and South Pacific Islands)				
担当講師(所属)	Angus A. McDonald (徳島大学工学部非常勤講師)				
概 要	In this installment of Mac' s Chat Room we will be learning about the place known as 'Down Under' . Loosely referring to Oceania, including Australia, New Zealand and South Pacific islands such as Tonga, Fiji, The Cook Islands, etc.				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① To develop written English for oral presentations. ② To express your ideas and opinions in English. ③ To stimulate learning both by yourself and with others. ④ To foster self confidence in spoken English. 				
スケジュール	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/1 Introduction ② 5/8 New Zealand 1 ③ 5/15 New Zealand 2 ④ 5/22 New Zealand 3 ⑤ 5/29 Australia 1 ⑥ 6/5 Australia 2 ⑦ 6/12 Australia 3 ⑧ 6/19 South Pacific Islands 1 ⑨ 6/26 South Pacific Islands 2 ⑩ 7/3 South Pacific Islands 3 				
対 象 者	Adults who want to practice and improve their English.				
講 座 の 方 法	Listening and discussion.				
テ キ ス ト	No text				
キ ー ワ ー ド	New Zealand, Australia, Oceania, South Pacific, Kiwi, Kangaroo				
備 考	Students are asked to prepare something related to the week' s topic.				

講座番号	5004	定員	20名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	金曜日 13:00 ~ 14:30				
講 座 名	Introductory English Conversation (英会話入門)				
担当講師 (所属)	Wade Lewis (Summit 英会話)				
概 要	<p>以前に英会話を勉強したことがあるけど、またもう一度基本的に学びなおしたいと考えたことはありませんか。このクラスの目的は、基本的な英会話（紹介、質問等）能力を楽しみながら身につけることです。</p> <p>受講資格、アルファベットの読み書きが出来ることです。</p>				
達 成 目 標	<p>①楽しく英語を学ぶ ②前に習った英語を思い出す</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 5/11 Who are you? (自分の事を紹介する) ② 5/18 Tell me about your past (過去形) ③ 5/25 What are your goals? (未来系) ④ 6/1 We have... in common (共通点を探す) ⑤ 6/15 Finding someone that... (疑問系。～しますか) ⑥ 6/29 Do you ever...? (～する時ありますか) ⑦ 7/6 Have you ever...? (～した事がありますか?) ⑧ 7/13 How do you feel about...? (～はどう思いますか?) ⑨ 7/20 Show & Tell (物の紹介の仕方) ⑩ 7/27 Show & Tell (何かを持って来て紹介する)</p>				
対 象 者	初級者				
講 座 の 方 法	講義、 ロールプレイなど				
テ キ ス ト	教材となる資料を配布します				
キ ー ワ ード	基礎英会話、やり直しの英語、 海外旅行の英語				
備 考					

講座番号	5005	定員	30名 (最少開講人数8名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 15:00 ~ 16:30				
講 座 名	サイモンとガーファンクルを歌おう				
担当講師(所属)	宮田 政徳				
概 要	サイモンとガーファンクルは1964年にデビューし、1970年に解散した、ユダヤ系アメリカ人のフォークロック・デュオです。1990年にロックの殿堂入りを果たし、「ローリングストーンの選ぶ歴史上最も偉大な100組のアーティスト」において40位を獲得しています。講座では歌詞の英語を理解し、歌を歌いながらサイモンとガーファンクルの曲を鑑賞します。				
達 成 目 標	①サイモンとガーファンクルの歌の歌詞を理解する。 ②サイモンとガーファンクルの歌詞から英語の表現が使えるようになる。 ③サイモンとガーファンクルの歌が歌えるようになる。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/9 The Sound of Silence 他2曲 ② 5/16 Scarborough Fair 他2曲 ③ 5/23 I Am a Rock 他2曲 ④ 5/30 America 他2曲 ⑤ 6/6 Mrs. Robinson 他2曲 ⑥ 6/13 Bridge Over Troubled Water 他2曲 ⑦ 6/20 Cecilia 他2曲 ⑧ 6/27 The Boxer 他2曲				
対 象 者	一般市民、学生				
講 座 の 方 法	サイモンとガーファンクルの歌の解説と歌の練習				
テ キ ス ト	必要ありません。毎回講義時に歌詞のプリントを配布します。				
キ ー ワ ー ド	サイモンとガーファンクル、フォークロック				
備 考	なし				

講座番号	5006	定員	30名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	水曜日 18:30 ~ 20:00				
講 座 名	中国語(初級)《対話でたのしむ中国語》(春夏)				
担当講師(所属)	張 偉 (四国大学非常勤講師、通訳)				
概 要	本講座は中国語の基本的な文法や会話を学習目的とする初心者向けの講座です。教科書やオリンピック、観光、ビジネス資料などの中国語会話をしっかり練習する講座内容で構成されています。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①中国語のピンイン、声調、簡体字の知識を身につける。 ②中国語で自己紹介できる。 ③簡単なあいさつ、日常会話ができる。 ④日本の中国語検定試験の4級程度の語学力がつく。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/9 発音編(1)(第1課お名前は何ですか) ② 5/16 発音編(2)(第2課あなたは大学生ですか) ③ 5/23 発音編(3)(第3課中国語は難しいですか) ④ 5/30 発音編(4)(第4課いま何時ですか) ⑤ 6/6 (第5課パソコンを持っていますか) ⑥ 6/13 (第6課王さんは来られますか) ⑦ 6/20 (第7課朝ごはんを食べましたか) ⑧ 6/27 (第8課あなたに電話します) ⑨ 7/4 (第9課私は歩いて来ます) ⑩ 7/11 (第10課一つ質問をしたいのですが) 				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、会話演技、現地研修				
テ キ ス ト	「対話でたのしむ中国語—初級編—」葉 紅 飯島 啓子 著(駿河台出版社2012年、2,300円+税)テキストは講座初回時に販売予定です。				
キ ー ワ ー ド	中国語発音 中国語基礎文法				
備 考					

講座番号	5007	定員	20名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	月曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	中国語（中級）《時事中国語》				
担当講師（所属）	張 偉 （四国大学非常勤講師、通訳）				
概 要	本講座は中国の過去1年間の出来事を紹介する「時事中国語の教科書」を学習内容とする中国語中級者向けの講座です。内容はいろいろな角度から中国を知り、理解を深めていくことができるものです。				
達 成 目 標	①基礎的な知識を身につける。 ②中国の文化を楽しむ。 ③中国語学習の魅力を感じる。 ④日本の中国語検定試験の2級程度の語学力を目指す。				
スケジュール	① 5/7 第1課（一带一路上的明珠—鼓浪屿） ② 5/14 第2課（又吉直樹携《火花》中国行） ③ 5/21 第3課（普通话之乡—滦平） ④ 5/28 第4課（高铁可以外卖啦！） ⑤ 6/4 第5課（震后九寨沟景区让人看哭） ⑥ 6/11 第6課（改变中国人出行方式的两个女性） ⑦ 6/18 第7課（离开家乡上大学，是怎样的体验？） ⑧ 6/25 第8課（2017 考古二则） ⑨ 7/2 第9課（我们应该要什么样的中国版《深夜食堂》） ⑩ 7/9 第10課（出境游：从“买买买”到“慢慢慢”）				
対 象 者	一般市民				
講 座 の 方 法	講義、解説				
テ キ ス ト	「2018年度版時事中国語の教科書」三瀧正道・陳祖蓓（朝日出版社2018年、1,900円＋税）は初日販売予定です。				
キ ー ワ ー ド	聴解、読解、新常态				
備 考					

講座番号	5008	定員	15名 (最少開講人数10名)	受講料	9,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 18:30~20:00				
講 座 名	ポルトガル語を楽しもう ~VAMOS FALAR PORTUGUES~				
担当講師(所属)	松尾ドゥルシー(ポルトガル語通訳)				
概 要	ポルトガル語をCDやテキストを通して基礎から学び、コミュニケーションに役立つ会話と例文を繰り返し練習します。また、ポルトガルの音楽や文化にふれたり、一人ひとりのレベルに合わせているので分かりやすく楽しく学ぶことができます。				
達 成 目 標	①あいさつや日常会話ができる。 ②文化や習慣のイメージを説明できる。 ③楽しくポルトガル語を学ぶ。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/8 あいさつ・自己紹介 ② 5/15 感謝・お詫びの言葉 ③ 5/22 動詞「ser」の使い方・音楽 ④ 6/5 家族について ⑤ 6/12 旅行について ⑥ 6/19 食事について ⑦ 7/3 買い物 ⑧ 7/10 スポーツ ⑨ 7/17 まとめ ⑩ 7/24 別れのあいさつ・フリートーク				
対 象 者	一般市民、大学生				
講 座 の 方 法	講義、ビデオ鑑賞、実技、音楽、フリートーク				
テ キ ス ト	プリントを用意します。				
キ ー ワ ー ド	ポルトガル語、楽しく学ぶ、歌				
備 考	書くもの(ノート、筆記用具)を持ってきて下さい。				

講座番号	5009	定員	20名 (最少開講人数2名)	受講料	7,000円
保 険	なし				
開講曜日・時間帯	火曜日 18:00 ~ 20:00				
講 座 名	「多文化共生のまちづくり（『生活者としての外国人』のための日本語教育）」				
担当講師（所属）	Gehertz 三隅 友子（徳島大学教養教育院）				
概 要	私たちの住む地域をどう支えていくのかは、構成員がそれぞれの問題として取り組む必要があります。徳島の実状を共有しさらに解決、改善する方策として「多文化共生のまちづくり」を一緒に考えます。文化庁が進める「『生活者としての外国人』のための日本語教育事業」を実行に移すための講座です。日本語でのコミュニケーションを見直し、地域で生活する外国人学習者がどのように日本語を学ぶのか、そしてその支援から始めます。				
達 成 目 標	①自らのコミュニケーションを振り返り改善のヒントをつかむ。 ②異文化コミュニケーションの体験をする。 ③外国語としての日本語（学習者をどのように支援するか）を知る。 ④地域で外国人との共生を目指す活動を企画し実行する				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/1 オリエンテーション ② 5/8 コミュニケーションの諸相（言語・非言語） ③ 5/15 身体的コミュニケーション（インプロヴィゼーション） ④ 5/22 日本語を学ぶ・教える① ⑤ 6/5 日本語を学ぶ・教える② ⑥ 6/12 日本語を学ぶ・教える③ ⑦ 6/19 日本語を学ぶ・教える④ ⑧ 6/26 文化庁「生活者としての外国人のための日本語教育」事業に関して ⑨ 7/3 多文化共生のまちづくりの活動 ⑩ 7/10 徳島県立近代美術館にて留学生と美術鑑賞 ⑪ 7/17 多文化共生のまちづくりの活動の企画発表 ⑫ 7月中に徳島県立近代美術館にて留学生とのワークショップを予定				
対 象 者	一般市民、学生				
講 座 の 方 法	講義・ワークショップ・現地研修				
テ キ ス ト	「学びとは何か」今井むつみ著 岩波新書 2016 800円 「対話する社会へ」暉峻淑子著 岩波新書 2017 860円<初日に販売>				
キ ー ワ ー ド	多文化共生・日本語教育・対話・プロジェクトワーク				
備 考	また ZOOM を活用した講義や話し合いも新たに取り入れます。 本講座は文化庁「『生活者としての外国人』のための日本語教育事業」と関連して実施します。				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	6001	定員	50名	受講料	3,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	月～金 9:00～17:00、土 10:00～閉館時間 (講座が実施されない場合は閉館のため利用不可、夜間講座開講中は20:00まで利用可)				
講 座 名	フリー・フィットネス				
担当講師(所属)	—				
概 要	フィットネスコーナーを利用するための特別コースです。特に指導者はつきませんが、エアロバイク・ウォーキングマシン・筋力づくり器具を利用して、自分の体力や目標に合った運動を行えます。自分なりの運動プログラムで無理なく手軽に運動不足を解消していきましょう。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① フィットネスコーナーのマシンを利用して運動不足を解消する。 ② 自分の体力や目標に合った運動を無理なく実施する。 ③ 継続して運動する。 				
ス ケ ジ ュ ール	5/1～9/30 (ただし、8/6～8/17は夏季休業のため、終日使用禁止とさせていただきます。)				
対 象 者	フィットネスコーナーを利用して運動を希望される方				
講 座 の 方 法	フィットネスコーナー利用可能時間内に来て、自分の体力に応じた運動を実施する。				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	フリー、自分の希望する運動が自由にできる、期間内なら何度も利用可能				
備 考	<p>同時に利用できる上限を5人とします。5人に達した場合はお待ちいただいたり、利用時間を制限させていただいたりする場合があります。</p> <p>フィットネスコーナーを初めて利用される方は、利用する前に「フィットネスコーナー利用説明」を予約してください。</p> <p>「フリー・フィットネス」については、駐車許可証は発行できません。</p> <p>[保険] 保険が必要な講座です。センターが推奨するスポーツ保険に加入する場合は、所定の保険料を受講料と同時に銀行振込以外の方法でお支払ください。</p>				

講座番号	6002	定員	35名 (最少開講人数22名)	受講料	5,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	火曜日 13:00 ~ 14:30				
講 座 名	フリー&エンジョイフィットネス				
担当講師(所属)	吉田みつる(生涯学習健康マラソニック)				
概 要	フリーフィットネス I 講座受講者及びマラソニック受講者を対象とした講座です。1人で運動を継続するのは難しいものです。時間を決めて仲間と楽しむことにより運動を習慣づけることができます。阿波踊り体操で身体をほぐし、筋力トレーニング、筋コンディショニング、バランス運動などを続けることで身体の不調を改善し、怪我の予防、スポーツパフォーマンスの向上につなげます。また、ノルディックポールを使って城山散策、ひょうたん島1周など自然に触れながら体力を養います。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 自分の身体への意識を高める。 ② 体力、筋力のアップを図る ③ 日常生活でも運動習慣を取り入れる。 ④ 仲間との交流で運動を楽しみながら継続する 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/8 ② 5/15 ③ 5/22 ④ 5/29 ⑤ 6/5 ⑥ 6/12 ⑦ 6/19 ⑧ 7/3 ⑨ 7/10 ⑩ 7/24 ⑪ 7/31 ⑫ 8/7 ⑬ 8/21 ⑭ 8/28 ⑮ 9/4 ⑯ 9/11 ⑰ 9/18 ⑱ 9/25 				
対 象 者	医師から運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法					
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	阿波踊り体操・筋肉トレーニング・有酸素運動・バランス運動				
備 考	受講対象はフリーフィットネス、マラソニック受講者に限ります。 水分補給用の水分、汗拭き用のタオルもお持ちください。 ノルディックポール、はお貸しいたします。				

講座番号	6003	定員	15名 (最少開講人数13名)	受講料	3,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	フリー&エンジョイウォーキング				
担当講師(所属)	吉田みつる(生涯学習健康マラソニック)				
概 要	<p>フリーフィットネスI受講者及びマラソニック受講者を対象とした講座です。 いつもの散歩よりもっと歩いてみたい、小さな山程度なら登ってみたいという方にお勧めです。 日常の散歩から少し歩数、距離を増やし、城山や眉山を歩くことにより足腰の強化を図りロコモティブシンドロームの予防にもつながります。</p>				
達 成 目 標	<p>④ 正しいフォームでの歩行 ⑤ 歩数を増やしながらか仲間と楽しくウォーキングの継続。 ⑥ 長距離、坂道が歩けるような体力を作る。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 5/17(徳島中央公園) ② 5/31(ひょうたん島) ③ 6/14(しらすぎ大橋) ④ 6/28(眉山中腹) ⑤ 7/12(西部公園~眉山) ⑥ 7/26(気延山) ⑦ 8/9(眉山中腹~山頂) ⑧ 9/6(文化の森~あずり) ⑨ 9/20(地藏院~地藏峠越え)</p>				
対 象 者	医師から運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法	大学周辺及び城山、眉山などを歩く				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	有酸素運動・運動継続・体力向上・里山散策				
備 考	受講対象はフリーフィットネス、マラソニック受講者に限ります。 雨天の場合は翌週に順延します。				

講座番号	6004	定員	66名 (最少開講人数8名以上)	受講料	20,000円
保 険	不要（クラブ年会費から支出します。）				
開講曜日・時間帯	水曜日 10:00～11:30 (移動時間などがあり、終了時間は12:00が目安です。)				
講 座 名	運動でヘルスアップ！ー運動不足を解消し、健康寿命を延ばそうー				
担当講師（所属）	田中 俊夫（徳島大学大学開放実践センター）、長谷部裕之（健康運動指導士）、高橋保子（徳島県栄養士会）、橋本恵美子（健康運動指導士）、范永輝（四国大学） 等				
概 要	運動を生活の中に組み入れて、健康寿命を延ばしましょう。運動は肥満や高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の予防や改善に役立ちます。また、足腰を強くすれば介護予防にもつながります。運動を継続し、元気に生活できる期間を5年、10年と伸ばしていきましょう。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ①運動を取り入れた健康的なライフスタイルを創造する。 ②健康と運動に関する正しい知識を身につける。 ③各自の健康課題を改善し、体力年齢の若返り、健康寿命の延伸を目指す。 ④主体的にプログラムに参加し、仲間づくりを進める。 				
ス ケ ジ ュ ール	4/11 オリエンテーション 第1水曜日 大学開放実践センターでの講義や運動、生活習慣病と運動、腰痛や膝痛、健康と体力についてのお話など 7/4 身体のゆがみ改善ストレッチ（長谷部） 7/25 栄養講義（高橋） 11/28 社交ダンスエクササイズ（橋本） 12/5 太極拳、中国武術（范） 第2水曜日 他施設を利用して、運動指導者と音楽に合わせた運動プログラム（自主クラブ活動） 第3水曜日 ハイキングなどの企画活動（自主クラブ活動） 第4水曜日 大学開放実践センターで各種体操や運動（筋力トレーニングや有酸素運動など） 3/27 最終回、まとめ				
対 象 者	日常生活での運動習慣を身に付けたいとお考えの方				
講 座 の 方 法	講義と運動実習				
テ キ ス ト	資料配付				
キ ー ワ ー ド	生活習慣病、運動療法、健康運動、ウォーキング				
備 考	第2・3水曜日は原則的に講座外の自主クラブ活動となります。ハイキングや運動施設を利用しての活動では別途実費を徴収しています。 （スポーツ傷害保険を含み合計年間12000円程度） 受講希望者多数の場合は昨年よりの継続受講者を優先させていただきます。				

講座番号	6005	定員	20名 (最少開講人数6名)	受講料	9,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	月曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	健康法としての空手道入門				
担当講師(所属)	Wolf ヘルベルト (徳島大学大学院社会産業理工学研究部)				
概 要	国際松濤館空手道連盟五段・オーストリア大会三連覇の講師が、老若男女を問わず実践できる健康法としての武道空手を指導します。準備体操(ストレッチ)、立ち方から始め、基本的な「突き、打ち、蹴り、受け」の動作から、初級の「型」までを学びます。自由組手(試合形式の格闘練習)は行いませんので、体力に自信のない方も安心して取り組みます。動きやすい運動着でお越しください(空手着は不要)。				
達 成 目 標	①武道空手の楽しさを知る。 ②「太極」「平安初段」「平安二段」「転掌」「鉄騎」という型を表演できるようになる。 ③空手の動作を通じて体力、柔軟性、集中力アップ。 ④空手を健康法として日常生活に取り入れる。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/7 オリエンテーション(開放実践センターで実施)、武道場に移動 ② 5/14 ③ 5/21 ④ 5/28 ⑤ 6/4 【練習の流れ】黙想と礼、準備体操、突き・打ち・蹴り・受けの基本練習、型の練習 ⑥ 6/11 ⑦ 6/18 ⑧ 6/25 ⑨ 7/2 ⑩ 7/9				
対 象 者	空手に関心のある初心者(医師に運動を禁止されていない方)				
講 座 の 方 法	武道場(体育館1階)で実技				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	松濤館空手道、健康づくり、武道				
備 考	[保険] 保険が必要な講座です。センターが推奨するスポーツ保険に加入する場合は、所定の保険料を受講料と同時に銀行振込以外の方法でお支払ください。				

講座番号	6006	定員	16名 (最少開講人数10名)	受講料	13,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 13:00 ~ 14:30 ※変更になる事があります。				
講 座 名	基礎から始めるバドミントン				
担当講師(所属)	川島 歩(健康運動指導士)				
概 要	バドミントンの初心者・初級者を対象に、健康づくり運動や体操、レクリエーションゲームなども取り入れながらバドミントンを楽しむ講座です。ラケットの握り方や基本の動きから始め、最終的にはダブルスゲームが楽しめる程度のスキルの習得を目指します。日頃の運動不足を解消しストレス発散するために、無心になってシャトルを追いかけ、心地良い汗を流しましょう。				
達 成 目 標	① バドミントンの楽しさを味わう。 ② バドミントンの基本的なスキルを習得し、ダブルスゲームができる。 ③ 講座の仲間と助け合って楽しい場をつくることができる。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/10 ガイダンス/軽く打ってみよ ② 5/17 ストレッチ、筋カトレーニング、フットワーク ③ 5/24 ④ 5/31 ⑤ 6/7 ⑥ 6/14 ⑦ 6/21 ⑧ 6/28 ⑨ 7/5 ⑩ 7/12 ⑪ 7/19 ⑫ 7/26 ダブルスのポジショニング、ルール ⑬ 8/2 ダブルスゲームの戦略を考える ⑭ 8/9 ゲーム形式で楽しむ ⑮ 8/23 ダブルスゲーム大会				
対 象 者	90分程度無理なく身体を動かすことができる方				
講 座 の 方 法	実習形式				
テ キ ス ト	適宜、資料を配布します。				
キ ー ワ ー ド					
備 考	運動ができる服装と体育館シューズをご準備ください。ラケットはご自分のものがあればご持参ください。				

講座番号	6007	定員	16名 (最少開講人数10名)	受講料	14,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	土曜日 9:00 ~ 11:00 (ゲーム編は10:00 ~ 12:00)				
講 座 名	テニスを始めよう I				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)、テニスインストラクター				
概 要	これからテニスを始めようと思っておられる方のために、初歩的なドリルから始めて、基礎技術を身に付け、ダブルスのゲームができるようになることを目指します。テニスの面白さを味わいながら、日ごろの運動不足を解消しましょう。				
達 成 目 標	①テニスの楽しみを生活の中に定着させ、心身の健康を増進する。 ②ゲームを楽しむための基本技術を向上させる。 ③テニスのルールを理解してゲームができる。 ④テニスを通じて仲間との交流を図る。				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/12 ボールをラケットで打ってみる ② 5/19 左右の動きとストローク ③ 5/26 ④ 6/ 2 ⑤ 6/ 9 ⑥ 6/16 ⑦ 6/23 ⑧ 6/30 ⑨ 7/ 7 ⑩ 7/14 ゲーム編 : 9月末までゲームを楽しみます。				
対 象 者	硬式テニス初心者、初級者				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	硬式テニス、ダブルス、基本技術、ゲーム				
備 考	雨天時は体育館でラケットテニスを行いますので、体育館シューズをご持参ください。(5/26とゲーム編の期間は雨天休講となります)				

講座番号	6008	定員	16名 (最少開講人数10名)	受講料	14,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	土曜日 9:00 ~ 11:00 (ゲーム編は10:00 ~ 12:00)				
講 座 名	テニスを楽しもうI				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)、テニスインストラクター				
概 要	テニスって奥が深い!...そう感じ始めた方は、もう少しテニスの楽しさ、技術・戦術を学習してみましょう。ダブルスのポジションやコンビネーションも知ればレベルの高いゲームを楽しむことができます。				
達 成 目 標	①テニスの楽しみを生活の中に定着させ、心身の健康を増進する ②ゲームを楽しむための基本技術を向上させる ③ゲームに生かす応用技術や戦略を身につける ④テニスを通じて仲間との交流を図る。				
ス ケ ジ ュ ー ル	① 5/12 基本技術の確認 ② 5/19 ③ 5/26 ④ 6/2 ⑤ 6/9 ⑥ 6/16 ⑦ 6/23 ⑧ 6/30 ⑨ 7/7 ⑩ 7/14 (基本技術の練習内容) ・ストローク (フォア、バック) ・ボレー ・サービス ・ロブ ・スマッシュ ・ダブルスのポジショニングと実践的な動き ゲーム編 : 9月末までゲームを楽しみます。				
対 象 者	硬式テニス経験者、中級者				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	硬式テニス、ダブルス、基本技術、ゲーム				
備 考	雨天時は体育館でラケットテニスを行いますので、体育館シューズをご持参ください。(5/26とゲーム編の期間は雨天休講となります)				

講座番号	6009	定員	15名 (最少開講人数10名)	受講料	16,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	火曜日 10:00 ~ 11:30				
講 座 名	カラダいきいきフィットネス				
担当講師(所属)	川島 歩(健康運動指導士)				
概 要	この講座では、有酸素運動、筋力トレーニング、柔軟運動を組み合わせた健康づくりに役立つ運動に取り組みます。全身運動で心と体をリフレッシュし、また筋肉を意識的に動かすことによって足腰を鍛え、将来の介護予防にもつなげます。認知症予防にも役立つ脳トレ体操なども組み込んでいます。体力の衰えを感じ始めている方、体のあちこちの動きが悪いと感じる方、などにおすすめします。自分の体調に合わせて実施できるので、体力に不安のある方でも大丈夫です。講座で楽しく体を動かして、健康寿命を延ばしましょう！				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 体を動かすことが気持ちよいと感じることができる。 ② 様々な運動にチャレンジし、自分の体にあった運動を無理なく実施できる。 ③ 運動を継続し、仲間と楽しく運動する。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/8 ② 5/15 ③ 5/22 ④ 5/29 ⑤ 6/5 ⑥ 6/12 ⑦ 6/19 ⑧ 6/26 ⑨ 7/3 ⑩ 7/10 ⑪ 7/17 ⑫ 7/24 ⑬ 7/31 ⑭ 8/7 ⑮ 8/21 ⑯ 8/28 ⑰ 9/4 ⑱ 9/11 <p>※ ステップエクササイズなどの有酸素運動、自分の体重やボールなどの道具を使った筋力トレーニング、ストレッチ体操、阿波踊り体操、ゲームを取り入れた運動や脳トレ体操などを実施。</p> <p>※ 飲み物、タオルが必要です。</p> <p>※ 体力チェックを適宜行います。</p>				
対 象 者	医師より運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	ロコモ予防、有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ				
備 考	上履き、ヨガマットは必要ありません。 日程は都合により変更する場合があります。				

講座番号	6010	定員	15名 (最少開講人数10名)	受講料	16,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	金曜日 13:30 ~ 15:00				
講 座 名	体幹☆バランストレーニング				
担当講師(所属)	河野 磨(こうの おさむ)(すまいる整骨院 健康運動指導士)				
概 要	<p>この講座では、4つの能力を向上させることで日常生活・スポーツパフォーマンスを大きく向上させます。4つの能力とは「柔軟性」・「安定性」・「バランス」・「運動性」です。これらを向上させることでロコモ予防・腰痛予防・膝痛予防に繋がります。</p> <p>トレーニングの内容は、関節の柔軟性を高めるストレッチ、カラダの歪みをリセットするストレッチポール、上半身をしっかりと支える為に必要な股関節周りの強化が図れるチューブトレーニング、全身のバランス・コーディネーション能力の強化が図れるマットトレーニングとバリエーションに富んだアイテムを使い、無理なく安全なトレーニングを行います。</p> <p>いつまでも自分の脚で歩ける丈夫な足腰をつくり上げていきましょう！</p>				
達 成 目 標	<p>①カラダの動かしやすさ(軽くなった等)を実感する。</p> <p>②腰痛・膝痛等が軽減される。</p> <p>③集中力が増す。</p> <p>④運動を継続し、仲間と楽しく運動する。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>① 5/11 ② 5/18 ③ 5/25 ④ 6/1 ⑤ 6/8 ⑥ 6/15 ⑦ 6/22 ⑧ 6/29 ⑨ 7/6 ⑩ 7/13 ⑪ 7/20 ⑫ 7/27 ⑬ 8/3 ⑭ 8/17 ⑮ 8/24 ⑯ 8/31 ⑰ 9/7 ⑱ 9/14</p> <p>※飲み物、タオルが必要です。 ※体幹力チェックを適宜行います。</p>				
対 象 者	医師から運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	資料配付				
キ ー ワ ー ド	体幹トレーニング、バランス、ロコモ予防、腰痛・膝痛予防、ストレッチ				
備 考					

講座番号	6011	定員	16名 (最少開講人数10名)	受講料	16,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 13:30~15:00				
講 座 名	経絡ヨガストレッチ				
担当講師(所属)	和田佳那(健康運動指導士)				
概 要	<p>からだがだるい、疲れやすい、不眠など、からだの不調はありませんか？東洋医学から学ぶ、ツボとツボを結ぶライン(経絡)の乱れを整えるようにゆったりと筋肉をストレッチすることで、内臓を刺激し全身を整えます。</p> <p>自分のからだの不調の原因は何かを知り、季節に合った動かし方を知ることができます。からだの硬さは関係ありません。心もからだもメンテナンスしましょう。</p>				
達 成 目 標	<p>①運動不足を解消する ②経絡を知り、経絡に沿ったからだの動かし方を実践する ③講座を通じて、仲間との交流をはかる</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 5/10 ② 5/17 ③ 5/24 ④ 5/31 ⑤ 6/7 ⑥ 6/14 ⑦ 6/21 ⑧ 6/28 ⑨ 7/5 ⑩ 7/12 ⑪ 7/19 ⑫ 7/26 ⑬ 8/2 ⑭ 8/16 ⑮ 8/23 ⑯ 8/30 ⑰ 9/6 ⑱ 9/13</p>				
対 象 者	医師から運動することを止められていない方				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	資料配付				
キ ー ワ ード	肩こり・腰痛・膝痛・経絡・ツボ・運動不足解消				
備 考	<p>※上履き、ヨガマットは必要ありません。 ※日程は都合により変更する場合があります。 ※足指を動かすので、5本指ソックスか裸足になります。</p>				

講座番号	6012	定員	30名 (最少開講人数25名)	受講料	4,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	木曜日 10:30 ~ 11:30				
講 座 名	みんなで楽しく社交ダンス				
担当講師（所属）	中村久子(徳島大学名誉教授)、橋本英行、橋本由起子(橋本ダンススタジオ)				
概 要	<p>健康的で明るく楽しい社交ダンスのベーシックステップを学ぶことを主な内容とし、初心者を対象として分かりやすく、丁寧に指導します。</p> <p>コミュニケーションツールとしてのダンスを通じて受講生同士の交流を深め、楽しい生活を実現することを目的とします。</p> <p>橋本ダンススタジオの橋本英行・由起子先生にも御指導に加わっていただき、短期間での上達を目指します。</p>				
達 成 目 標	<p>①マンボ、ジルバ、サンバ、ブルースのリズム及びダンスの違いを知る。</p> <p>②それぞれのダンスのベーシックステップを習得する。</p> <p>③誰とでも気持ちを合わせて踊ることができる。</p>				
ス ケ ジ ュ ール	<p>① 6/7 マンボ、ジルバ、サンバ、ブルースのリズムを知る、動く。</p> <p>② 6/14 マンボ、ジルバ、サンバ、ブルースのベーシックステップ①</p> <p>③ 6/21 マンボ、ジルバ、サンバ、ブルースのベーシックステップ②</p> <p>④ 6/28 マンボ、ジルバ、サンバ、ブルースのベーシックステップ③</p> <p>⑤ 7/5 まとめ、それぞれのダンスをパートナーと楽しく踊る。</p>				
対 象 者	一般市民、学生				
講 座 の 方 法	実技				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ード	社交ダンス、マンボ、ジルバ、サンバ、ブルース				
備 考	ダンスシューズ、もしくは室内用の運動靴をご持参ください。 動きやすい服装でご参加ください。				

講座番号	6013	定員	25名 (最少開講人数9名)	受講料	7,000円
保 険	※この講座は、スポーツ保険がかかりません。				
開講曜日・時間帯	4月13日(金)～4月15日(日)				
講 座 名	いいとこ歩き! 逆打ち阿波遍路				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター) 吉田 みつる(生涯学習健康マラソニック)				
概 要	<p>遍路の元祖とも言われる衛門三郎が最初に行ったとされる逆打ちは、「生まれ変わる」ことに通じ、御利益が大きいとされます。逆に回ると景色もルートも違ったものを感じられます。すでに車や歩きでお遍路を経験している方もこの機会に逆打ち遍路を体験してみませんか。歩きとバスを組み合わせて通常7日かかる歩き遍路を3日間にまとめました。毎日、午前と午後に歩き遍路を組み入れ、1日合計10km前後を歩きます。自然豊かな選りすぐりの遍路道ばかりです。歩き遍路が初めての方の入門編としても良い行程です。</p>				
達 成 目 標	<p>① 阿波遍路の札所、23番薬王寺から1番霊山寺までの23ヶ寺を逆打ちする。 ② 自然豊かな遍路道で歩き遍路を実践する。</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>3/24(土)(9:00～10:00) 講座・旅行説明会</p> <p>① 4/13 逆打ち阿波遍路1日目(23番薬王寺～20番鶴林寺、別格慈眼寺) ② 4/14 逆打ち阿波遍路2日目(19番立江寺～12番焼山寺) ③ 4/15 逆打ち阿波遍路3日目(11番藤井寺～1番霊山寺)</p>				
対 象 者	1日合計10km程度のウォーキング(山歩きを含む)ができる方 遍路講座初めての方でもご参加いただけます。				
講 座 の 方 法	実技(歩き遍路)				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ー ド	逆打ち遍路、阿波遍路、弘法大師、歩き遍路				
備 考	<p>講座の詳細について3/24(土)9時より大学開放実践センターで説明会を開催します。受講希望者、受講検討中の方はご参加下さい。 4/13からの遍路旅は別途旅行代金が必要です。説明会でご案内します。</p>				

《健康・スポーツ分野》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	6014	定員	25名 (最少開講人数8名)	受講料	4,500円
保 険	※この講座は、スポーツ保険がかかりません				
開講曜日・時間帯	4月25日(水)～4月26日(木)				
講 座 名	町石道から高野山奥の院へ				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター) 吉田 みつる(生涯学習健康マラソンクリニック)				
概 要	高野山を開いた弘法大師はご母堂の滞在された麓の慈尊院までの24kmの道のりを通われたとされており、この道に鎌倉時代に町石が建てられ高野山参道となりました。この町石道を1/3ほど歩いて高野山奥の院を参拝します。整備された緩やかな山道ですので自然を満喫しながら歩くことができます。				
達 成 目 標	① 高野山町石道を歩き、高野山奥の院を参拝する。 ② 自然豊かな遍路道で歩き遍路を実践する。				
ス ケ ジ ュ ール	3/24(土)(10:30～11:30) 講座・旅行説明会 ① 真田庵～慈尊院～町石道～大門(歩行約8km) ② 高野山奥の院、金剛峯寺参拝(歩行約6km)				
対 象 者	1日合計8km程度のウォーキングができる方 遍路講座初めての方でもご参加いただけます。				
講 座 の 方 法	実技(歩き遍路)				
テ キ ス ト	なし				
キ ー ワ ード	高野山奥の院、弘法大師、町石道、歩き遍路				
備 考	講座の詳細について3/24(土)10時30分より大学開放実践センターで説明会を開催します。 受講希望者、受講検討中の方はご参加下さい。 4/25からの遍路旅は別途旅行代金が必要です。説明会でご案内します。				

講座番号	6015	定員	40名 (最少開講人数21名)	受講料	5,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	日曜日 9:00 ~ 12:00 (初回のみ、登山トレーニングは早朝より)				
講 座 名	北アルプス表銀座をゆく (トレーニング編)				
担当講師 (所属)	松原安行 (日本山岳ガイド協会認定登山ガイド) 田中俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)				
概 要	北アルプス表銀座縦走のためのトレーニング講座です。 高山における安全確保の基本を学び、標高差 1000m を目標とした山歩きの トレーニングを行います。				
達 成 目 標	① ザイルワークや読図など登山に必要な基礎技能を身につける。 ② 3回の実地トレーニングに加えて、各自でトレーニングを積み、 登山実習に必要な体力を養う。				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/20 利尻岳オリエンテーション、安全確保の技術、読図の基礎 ② 6/3 大麻山2ルート2往復 (兼体力チェック) ③ 6/17 中津峰山 (勝浦ルート: 773m) ④ 7/16 (祝) 津志嶽 (つるぎ町: 1494m)				
対 象 者	健康・体力面で山登りに支障がない一般市民				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ー ド	登山、トレーニング				
備 考	登山編を受講される方は必ずこのトレーニング編を受講して下さい。 第4回は別途旅費 (貸切バス代) が必要です。 受講中の事故やけがなどに関しては自己責任を基本といたします。また、安全に運動を行っていただくために、40歳以上の方は開講時に健康診断の検査結果についてお知らせいただきます。1年以内に受診されていない方は、受講料の納付までに受診されるようお願いいたします。65歳以上の方についてはかかりつけ医など医療機関とご家族より参加の承諾が必要です。 〈準備品〉 初回の安全確保実習でカラビナ、スリング (大小2つ) を使用します。また読図実習ではコンパスも使用します。お持ちの方はご持参ください。				

講座番号	6016	定員	30名 (最少開講人数26名)	受講料	7,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	8月2日(木)～8月5日(日)				
講 座 名	北アルプス表銀座をゆく：燕岳～常念岳縦走(登山編)				
担当講師(所属)	松原安行(日本山岳ガイド協会認定登山ガイド) 田中俊夫(徳島大学大学開放実践センター)				
概 要	北アルプス表銀座縦走は燕岳(2763m:新日本百名山)、大天井岳(2922m:日本二百名山)、常念岳(2857m:日本百名山)をつなぐ人気ルートです。大パノラマの稜線からは穂高連峰や槍ヶ岳が連なる絶景が望めます。危険箇所も少ないルートですので初心者でもトレーニングを積めば縦走を楽しむことができます。				
達 成 目 標	①体調管理に留意し、登山・縦走をけがや事故なく無事やり遂げる。 ②自然に親しみ、自然を愛する心を育む				
ス ケ ジ ュ ール	8/2 夜行バスにて徳島発 ① 8/3 燕岳登山 ② 8/4 燕岳～大天井岳～常念岳縦走 ③ 8/5 常念岳下山、徳島へ				
対 象 者	「北アルプス表銀座をゆく(トレーニング編)」を受講された方				
講 座 の 方 法	実習				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ード	登山、北アルプス表銀座、燕岳、大天井岳、常念岳				
備 考	別途旅費が必要です。 受講料の納付期間が違います。				

講座番号	6017	定員	20名 (最少開講人数10名)	受講料	9,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	土曜日 9:30 ~ 12:00				
講 座 名	ウォーキングでホノルルマラソン!				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター) 吉田 みつる(生涯学習健康マラソンクリニック)				
概 要	ホノルルマラソンは「制限時間のない大会」です。すべて歩いて10時間前後でゴールする方もたくさんいます。健康な方ならトレーニングを積みばきっと達成できるビックチャレンジ。フィニッシュゲートをくぐり抜けた時、きっと今まで味わったことのない達成感を得られることでしょう。				
達 成 目 標	①夏までに10km、秋には休息を入れながら20km以上歩けるようになる。 ②42km完歩に向けたトレーニング学などの基礎知識を身につける。 ③ウォーキングを組み入れた健康的なライフスタイルを創造する。 ④ホノルルマラソンを歩き通して完走を果たす。				
ス ケ ジ ュ ール	① 5/19 オリエンテーション、ウォーキング基礎知識 ② 6/2 マラソン完歩のためのトレーニング、6kmウォーク ③ 7/22(日)(14:00~)眉山中腹ウォーク ④ 9/29 マリンピアウォーク ⑤ 10/13 大会までの十尾 ⑥ 10/20 (14:00~)2時間ウォーキング ⑦ 11/10 (13:00~)3時間ウォーキング ⑧ 11/17 (8:30~)5時間ウォーキング ※ 秋冬講座(予定) 12/8 ホノルルマラソンコース下見、最終講義 12/9 第46回ホノルルマラソン				
対 象 者	長時間のウォーキングの実施に健康上問題のない方。				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ード					
備 考	ホノルルマラソンに参加される方は秋講座の現地実習講座の受講が必要です。また、別途旅行費用が必要です。 本講座はウォーキング講座でマラソン講座ではありません。				

講座番号	6018	定員	40名 (最少開講人25名以上)	受講料	14,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	土曜日 14:00 ~ 17:00				
講 座 名	ホノルルマラソンを走ろう 2018 B (ビギナー：初心者コース) -100m から始める健康マラソン-				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)、白神 敦久 (徳島県立中央病院)、岩目敏幸 (徳島大学病院整形外科)、山上 文子 (大塚製薬陸上競技部管理栄養士)、岸本 実 (きしもと鍼灸治療院アスレチックトレーナー) ほか				
概 要	ランニングやジョギングが未経験の方やフルマラソンの完走経験がない方、完走経験があっても6時間前後の初心者を対象としたクラスです。走ることの基本からマラソンを完走するための身体づくりや健康管理について学びます。ゆっくり100m 走ることから初めて42.195kmのゴールに到達するドラマを体験してみませんか。				
達 成 目 標	①9月末までにゆっくりマイペースで10km以上走れるようになる。 ②マラソンについてのスポーツ医学や栄養学、トレーニング学などの基礎知識を身につける。 ③ランニングを組み入れた健康的なライフスタイルを創造する。 ④マラソンを通じて仲間を作り、交流する。				
ス ケ ジ ュ ー ル	4/7 (アシックス提供プレ講座)「ランニングシューズの基礎知識」(13:00~) ① 5/12 開講式・オリエンテーション (13:00~) ② 5/19 マラソンの基礎知識 (田中)、ランニングフォーム基礎練習 ③ 5/26 筋力トレーニング (8:30~) ④ 6/ 2 ランニング障害について (岩目)、障害予防の実際 (田中) ⑤ 6/ 9 ランニングレッスン (岸本)、夏を乗り切る方法 (田中) ⑥ 6/16 マラソン栄養学 (山上) ⑦ 6/30 ランニングと健康 (白神) 夏のマラソンツアー (徳島市周辺のコースを週代わりで設定) 8:00~10:00、15:00~17:00、19:00~21:00 いずれかで設定 ⑧ 7/14、⑨7/22 (日)、⑩7/29 (日) ⑪8/11、⑫8/18、⑬9/1、⑭9/8、⑮9/15、⑯9/22				
対 象 者	ランニング初心者、フルマラソン未経験者、フルマラソン6時間程度				
講 座 の 方 法	前半7回までは講義とランニング練習を各1時間、8回目以降はランニング実習90分を基本とします。				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ー ド	フルマラソン、初心者、スポーツ科学				
備 考	この講座を受講される方は必ずマラソンクリニックにご入会ください。 10月からフルマラソンに向けた秋講座(全9回)、12月のホノルルマラソン実習講座(予定)(希望者)へと続きます。ホノルルマラソンは12月9日(日)に開催されます。この講座はホノルルマラソンに参加されない方も受講することができます。受講中の事故やけがなどに関しては自己責任を基本といたします。また、安全に運動を行っていただくために、40歳以上の方は健康診断の検査結果についてお知らせいただきます。1年以内に受診されていない方は、受講料の納付までに受診されるようお願いいたします。				

講座番号	6019	定員	30名 (最少開講人数20名以上)	受講料	16,000円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	土曜日 13:00 ~ 17:00				
講 座 名	ホノルルマラソンを走ろう2018 A (アドバンス:経験者コース)				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)、白神 敦久 (徳島県立中央病院)、高橋 健文 (徳島赤十字病院)、岩目 敏幸 (徳島大学病院整形外科)、山上 文子 (大塚製薬陸上競技部管理栄養士)、岸本 実 (きしもと鍼灸治療院アスレチックトレーナー)、楠山 尚人 (くすコンディショニング) ほか				
概 要	初めて受講される方ですでに中級者レベルでレース経験をお持ちの方のクラスです。トレーニング計画を立ててレースに臨むことを学習します。また、ランニングスキルの向上とスポーツ科学の理解と実践を目指します。				
達 成 目 標	①ランニングスキルの向上を目指す。 ②マラソンについてのスポーツ医学やトレーニング学などの基礎知識を身につける。 ③目標を設定し、トレーニング計画を立て、フルマラソンに備えることができるようになる。 ④マラソンを通じて仲間を作り、交流する。				
ス ケ ジ ュ ー ル	4/7 (アシックス提供プレ講座)「ランニングシューズの基礎知識」(13:00~) ① 5/12 開講式・オリエンテーション (13:00~) ② 5/19 ランニングの体力科学 (田中)、マラソンの基礎知識 (田中) ③ 5/26 筋力トレーニング ④ 6/ 2 ランニング障害について (岩目)、障害予防の実際 (田中) ⑤ 6/ 9 ランニングレッスン (岸本)、ランニングと循環器疾患 (高橋) ⑥ 6/16 ランナーのための栄養学 (山上)、ウルトラマラソンの世界 (田中) ⑦ 6/30 ランニングレッスン (楠山)、ランニングと健康 (白神) 夏のマラソンツアー (徳島市周辺のコースを週代わりで設定) 8:00~10:00、15:00~17:00、19:00~21:00 いずれかで設定 ⑧ 7/14、⑨7/22 (日)、⑩7/29 (日) ⑪8/11、⑫8/18、 ⑬9/1、⑭9/8、⑮9/15、⑯9/22				
対 象 者	フルマラソン完走経験者 (5.5時間以内目安)、またはランニング経験2年以上				
講 座 の 方 法	前半7回までは講義とランニング練習を各1時間、8回目以降はランニング実習90分を基本とします。				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ー ド	フルマラソン経験者、スポーツ科学、トレーニング				
備 考	<u>この講座を受講される方は必ずマラソンクリニックにご入会ください。</u> 10月からフルマラソンに向けた秋講座(全9回)、12月のホノルルマラソン実習講座(予定)(希望者)へと続きます。ホノルルマラソンは12月9日(日)に開催されます。この講座はホノルルマラソンに参加されない方も受講することができます。 受講中の事故やけがなどに関しては自己責任を基本といたします。また、安全に運動を行っていただくために、40歳以上の方は健康診断の検査結果についてお知らせいただきます。1年以内に受診されていない方は、受講料の納付までに受診されるようお願いいたします。				

講座番号	6020	定員	60名 (最小開講人数30名以上)	受講料	9,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	土曜日 13:00 ~ 15:00				
講 座 名	ホノルルマラソン・マラソンライフS (スーパー)				
担当講師 (所属)	田中 俊夫 (徳島大学大学開放実践センター)、高橋 健文 (徳島赤十字病院)、岩目 敏幸 (徳島大学病院整形外科)、山上 文子 (大塚製薬陸上競技部管理栄養士)、河野 磨 (すまいる整骨院健康運動指導士)、楠山 尚人 (くすコンディショニング)、大村 尚 (コアコンディショニング・トレーナー)、和田 佳那 (健康運動指導士) ほか				
概 要	講座継続者を対象にマラソンをより楽しむために学習し、練習していくクラスです。障害予防や記録向上の基本となる体幹の強化や身体のケアをベースにランニングのスキルアップも学習します。				
達 成 目 標	①より楽に、より速く走れるためのランニングスキルの向上 ②スポーツ医学、スポーツ栄養学を学習し、故障の予防や効果的な身体づくり、体調管理ができるようになる。 ③筋力トレーニングや疲労回復のための各種ストレッチについて知る。 ④長時間一定のペースで走る能力を身に付ける。				
ス ケ ジ ュ ー ル	4/7 (アシックス提供プレ講座)「ランニングシューズの基礎知識」(13:00~) ① 5/12 開講式、オリエンテーション ② 5/19 ランニングの体力科学 (田中)、コアコンディショニング (大村) ③ 6/ 2 ランニング障害の対処法 (岩目)、KOBA 式体幹トレーニング (河野) ④ 6/ 9 ランニングスキルアップレッスン (岸本)、ランニングと循環器疾患 (高橋) ⑤ 6/16 ランナーのための栄養学Ⅱ (山上)、ウルトラマラソンの世界 (田中) ⑥ 6/30 ランニングレッスン (楠山)、KOBA 式体幹トレーニング (河野) ⑦ 10/13 レースにおけるトラブル回避法、経絡ヨガストレッチ (和田) ⑧ 10/20 ランニング・スキルアップレッスン (加藤順) ⑨ 10/27 ランニング・スキルアップレッスン (和田) ⑩ 11/24 コアコンディショニング (大村) ⑪ 12/ 1 青学式体幹トレーニング1 (田中) ⑫ 12/15 青学式体幹トレーニング2、GPS ウォッチ活用法 (田中) 12/22 マラソン報告会				
対 象 者	マラソン講座受講2年目以上の人				
講 座 の 方 法	講義と実習				
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ー ド	マラソン、スキルアップ、スポーツ医学、スポーツ栄養学、トレーニング科学				
備 考	受講中の事故やけがなどに関しては自己責任を基本といたします。また、安全に運動を行っていただくために、40歳以上の方は健康診断の検査結果についてお知らせいただきます。1年以内に受診されていない方は、受講料の納付までに受診されるようお願いいたします。				

講座番号	6021	定員	10名 (最少開講人数1名以上)	受講料	6,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	火曜日 21:00 ~ 22:00				
講 座 名	サイバーレッスン・ホノルルマラソンを走ろう				
担当講師(所属)	田中 俊夫(徳島大学大学開放実践センター)				
概 要	<p>土曜日の本講座に参加できない方を対象にインターネットを利用して授業を行います。授業日に参加できなくても、資料やビデオはHPでご都合の良い時間にご覧いただけます。さあ、あなたもフルマラソン完走を目指してみませんか。</p> <p>2年目以降の方や経験者には継続者用のコンテンツを用意しました。スポーツドクターや管理栄養士などの講義ビデオもご覧になれます。</p>				
達 成 目 標	<p>①12月までにマイペースでフルマラソンが完走できるようになる。</p> <p>②マラソンについてのスポーツ医学や栄養学、トレーニング学などの基礎知識を身につける。</p> <p>③ジョギングを組み入れた健康的なライフスタイルを創造する。</p> <p>④インターネットを活用した情報交換や交流</p>				
ス ケ ジ ュ ー ル	<p>4/7 (アシックス提供プレ講座)「ランニングシューズの基礎知識」(13:00~)</p> <p>5/12 開講式・オリエンテーション</p> <p>① 5/22 (初年) マラソン基礎知識、(継続) ランニングの体力科学</p> <p>② 6/12 ランニング障害の予防</p> <p>③ 7/10 (初年) ランニング障害、(継続) 障害の対処法</p> <p>④ 8/21 (初年) スポーツ栄養1、(継続) スポーツ栄養2</p> <p>⑤ 9/11 (初年) マラソンと健康、(継続) ランニングと循環器</p> <p>⑥ 10/16 (初年) レースに向けた準備、(継続) レーストラブル回避法</p> <p>⑦ 11/20 レースプランの作成</p> <p>12/22 マラソン報告会</p>				
対 象 者	パソコンでインターネットを見たりメールのやりとりができる方				
講 座 の 方 法	ビデオ、資料視聴とチャット				
テ キ ス ト	資料等はインターネットからダウンロード、一部郵送します。				
キ ー ワ ー ド	遠隔授業 インターネット フルマラソン				
備 考	<p>マラソン実習の一部に参加できます。</p> <p>受講中の事故やけがなどに関しては自己責任を基本といたします。</p> <p>マラソン講座を始めて受講される方は必ずマラソンクリニックに入会してください。(マラソンクリニックに入会する場合は、銀行振り込みの入金方法を選択できません。)</p>				

《健康・スポーツ分野》

講座番号	K001	定員	—	受講料	2,500円
保 険	スポ保				
開講曜日・時間帯	—				
講 座 名	マラソンクリニック会員登録				
担当講師（所属）	—				
概 要	マラソンクリニックは、登録者の皆さんの健康運動をサポートするフィットネスコーナー（運動施設）を備えた施設です。大学開放実践センター内にあります。マラソンライフを楽しく快適に送れるよう、様々な事業を行っています。マラソンクリニックは、マラソン講座を受講した人しか入れないので、一回でも講座を受けた方は、ぜひ、ご登録ください。				
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ○各大会エントリー用紙の利用 近隣県で開催されるマラソン大会のエントリー用紙を取り寄せています。 ○講習会の開催 筋トレ等の講習を徳島大学と阿南、鳴門など各地区で実施します。 ○フィットネスコーナーの利用 自転車エルゴメーター、ジョーバ、レッグエクステンションなどのマシンを設置。 平日 12:00～18:00、土曜 10:00～閉館まで利用可能。 ○身体組成計測 Inbody による身体組成計測（脂肪量・筋肉量計測）を年 2 回実施。 ○クリニック主催のイベント盛りだくさん！ 中央公園練習や夏のマラソンツアー、マラソンクリニック主催の大会などに参加できます。 ○協賛ショップの割引サービス 協賛スポーツショップでマラソングッズの割引サービスが受けられます。 				
対 象 者	マラソン講座受講者（1年目必須、1～16期生は任意／今までにホノルルマラソン講座を受講していない人は受講できません）				
講 座 の 方 法					
テ キ ス ト	資料配布				
キ ー ワ ー ド					
備 考	<ul style="list-style-type: none"> ・公開講座受講申込書の該当箇所にご記入の上、お申し込みください。 ・「マラソンクリニック」については、駐車許可証は発行できません。 				

《高校生のための授業・実験講座》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	H001	定員	15名 (最少開講人数2名)	受講料	3,000円 (別途保険料300円)
保 険	保険必須 (別途、保険料を徴収します)				
開講曜日・時間帯	土曜日 15:00 ~ 16:30				
講 座 名	作って動かそう！ロボットプログラミング講座				
担当講師 (所属)	浮田 浩行(徳島大学社会産業理工学研究部)				
概 要	最近、ソフトバンク社のペッパーのように、工場だけでなく人が生活する場面でも多くのロボットを見かけるようになりました。ロボットは、パソコン等と同じコンピュータで動いています。そのコンピュータはプログラムによって動いています。この講座では、マイクロコンピュータやモータ、センサを使ったロボットを自分で組み立て、プログラムを作ってロボットを動かしていきます。これによって、ロボットの構成やメカトロニクスの基本的な仕組みを学ぶとともに、プログラミングを行うことで、論理的思考能力や問題解決能力を養います。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① ロボット等のメカトロニクス機器の基本的な構成について説明できる。 ② 電子機器を適切に扱い、安全かつ適切に組み立てを行うことができる。 ③ プログラムを構成する基本的要素について説明できる。 ④ 初級から中級程度のプログラムを一人で作成することができる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ol style="list-style-type: none"> ① 5/26 ロボットの組み立てと動作確認 ② 6/9 ビジュアルプログラミング入門 ③ 6/23 ビジュアルプログラミングによるライトレーサー ④ 7/7 C言語入門 ⑤ 7/21 C言語によるサッカーロボット <p>2回目以降の開催日時は、暫定的なものです。第1回目の講座時に2回目以降の日時を決めますので、5-7月のスケジュールを把握しておいてください。</p>				
対 象 者	高校生				
講 座 の 方 法	講座、実習				
テ キ ス ト	資料は毎回配布します。受講料とは別に、ロボットキットの購入費として初回にお支払いいただきます。(8,300円程度)				
キ ー ワ ー ド	ロボット、マイコン、プログラミング、センサ、モータ				
備 考	この講座では、プログラム作成のため、ノートパソコンを使います。受講生は、できるだけノートパソコンを持参してください。なお、持参できない場合は、講座時にノートパソコンを貸出します。				

《高校生のための授業・実験講座》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	H002	定員	20名 (最少開講人数2名)	受講料	3,000円 (別途材料費1,300円)
保 険	保険必須 (材料費に含まれています)				
開講曜日・時間帯	土曜日 14:30 ~ 16:00				
講 座 名	不思議な物質の化学				
担当講師 (所属)	南川慶二(徳島大学教養教育院)、安澤幹人・倉科昌(徳島大学社会産業理工学研究部)				
概 要	化学はさまざまな物質の構造や性質とそれらの変化を追究する学問です。この講座では、物質がどのように成り立っているか、どのように生活に役立っているかなど、化学と生活とのかかわりを実験を通して学びます。物質の量を調べる分析化学、化学反応でものをつくる合成化学、特殊な性質を持つ機能性材料、化学と地球環境問題など、さまざまな分野の講義と実験で化学に親しむことを目的とします。理工学部の先進的な研究機器を使った実験や大型装置の見学なども予定しています。				
達 成 目 標	<ol style="list-style-type: none"> ① 物質の成り立ちや身の回りの物質の性質などを科学的に説明できる。 ② 化学実験を正しい方法で安全に行うことができる。 ③ 実験結果を適切にまとめて報告することができる。 				
ス ケ ジ ュ ール	<ol style="list-style-type: none"> ① 6/16 (講義) 化学とは何か? 物質を構成する原子・分子の基礎 ② 6/30 (実験) 固体のような液体・液体のような固体? 高分子の不思議な性質/プラスチック材料と環境の化学 ③ 7/21 (実験2コマ) 物質量を調べるには? 色の変化を利用する分光分析 ④ 7/28 (実験) 水がころがる? 広がる? 機能性表面の性質と微細構造の観察/濁った水を瞬時に浄化—高分子凝集剤 				
対 象 者	高校生				
講 座 の 方 法	講義、実験				
テ キ ス ト	資料は毎回配布します。				
キ ー ワ ード	化学実験、物質合成、機器分析、機能性材料、地球環境				
備 考	2回目以降の開催日時は、暫定的なものです。第1回目の講座時に2回目以降の日時を決めますので、6、7月のスケジュールを把握しておいてください。また実施場所は理工学部化学生物棟1階の化学実験室です。				

《高校生のための授業・実験講座》

※最少開講人数は開講を保障する数ではありません。

講座番号	H003	定員	20名 (最少開講人数2名)	受講料	3,000円 (別途材料費1,300円)
保 険	保険必須 (材料費に含まれています)				
開講曜日・時間帯	土曜日 14:30 ~ 16:00				
講 座 名	酵素と DNA の実験講座				
担当講師 (所属)	渡部 稔 (徳島大学教養教育院)				
概 要	みなさんは、「遺伝子」や「DNA」という言葉を聞いたことはありますか？聞いたことのない人はおそらくいないでしょう。しかし「遺伝子」と「DNA」の関係について、正しく説明することは難しいと思います。この講座では、「遺伝子」、「DNA」、「酵素」などについて講義を行うとともに、大学の機器を使って最先端の実験を行います。講座終了時には、自分の言葉でこれらのキーワードを説明できるようになることを目指します。				
達 成 目 標	<ul style="list-style-type: none"> ① 酵素やタンパク質について、自分の言葉で説明ができる。 ② 遺伝子と DNA の関係について、正しく説明ができる。 ③ 生物学実験を正しい方法で、安全に行うことができる。 ④ 実験結果を適切にまとめて、報告することができる。 				
ス ケ ジ ュ ー ル	<ul style="list-style-type: none"> ① 5/26 酵素、DNA の基礎 (講義) ② 6/16 制限酵素を用いた DNA 分析 (実験) ③ 7/14 PCR 法による遺伝子検査 (実験) 				
対 象 者	高校生				
講 座 の 方 法	講義、実験				
テ キ ス ト	資料は毎回配布します。				
キ ー ワ ー ド	酵素、遺伝子、DNA				
備 考	2回目以降の開催日時は、暫定的なものです。第1回目の講座時に2回目以降の日時を決めますので、5-7月のスケジュールを把握しておいてください。また実施場所は、総合科学部3号館1階の生物学実験室です。				

2018年 春夏 公開授業リスト

分野	講座番号	講座名	講師氏名	講義日程	受講料
公開授業	7001	国際政治学入門	饗場 和彦	月 16:20～	13,500 円
	7002	教養としての統計	川野 卓二	月 16:20～	13,500 円
	7003	環境とバイオテクノロジー	佐藤 高則	水 14:35～	13,500 円
	7004	国際協力論 ー入門編ー	饗場 和彦	水 16:20～	13,500 円

留意事項

- ・公開授業の詳しい内容（開講日・時間帯）の資料は、大学開放実践センター1階ロビーにあります。
- ・公開授業は、学部学生が受講している教養教育科目及び学部専門科目の授業の中から公開するものですが、学生の授業であるため、受講希望学生が定員を超過した場合は、受講できませんので、予めご了承ください。
受講の可否については、4月6日（金）19時以降に連絡します。
- ・高等学校卒業程度の学力があれば、性別、年齢、学歴を問わず、どなたでも申込できます。
- ・公開授業を受講されても単位は取得できません。
単位取得の希望がある場合は、「科目等履修生」の制度を利用してください。
- ・単位取得はできませんので、試験を受ける必要はありません。科目によっては、各授業時に小テスト等が実施されるかもしれませんが、詳しくは授業担当教員にお尋ねください。
- ・申込用紙は、パンフレットに折り込みの「受講申込書」をご利用ください。
- ・電話及びファックスでのお申込みは受け付けておりません。
- ・申込締切日：平成29年3月26日（月）当日17時必着
- ・受講料は、講座初日にお支払いください。
- ・受講手続後の受講料の払い戻しや講座の変更はできません。

〔その他〕

- ・・・・受講が決まったら・・・
- ・講義室は、授業開始の直前に正式に決定します。講座初日に大学開放実践センター窓口に講義室名を掲示しますので、各自確認の上、移動してください。
- ・休講について
 - ①講師等の都合による、休講情報は、「徳島大学教養教育院」のホームページから随時案内しております。受講生になった方は、各自の管理で休講情報を取得していただきます。大学開放実践センターからは、案内いたしません。

パソコン、インターネット等より

「徳島大学教養教育院」を検索 → メニューから「キャンパスライフ」 → 「休講情報」

- ②昼間に開講する公開授業については、午前7時に「暴風警報と大雨警報」、「暴風警報と洪水警報」、「大雪警報」（以下「警報」という。）又は特別警報（波浪特別警報を除く。以下同じ。）が発表中の場合は、午前の公開授業を休講とします。午前11時に警報又は特別警報が発表中の場合は、午後の公開授業を休講とします。
- ③授業開始後に警報が発表された場合は、次の時限以降の公開授業を休講とします。ただし、特別警報が発表された場合は、直ちに休講とします。
休講時の補講は、上記①の方法や、休講翌週の授業時に担当教員に確認してください。