

# 平成 30 年度前期 教養講座のご案内

※すべての講座は、道民カレッジ、えべつ市民カレッジの連携講座です。

## コミュニケーション力や子育て力を磨く ～エゴグラムで自己理解を深めよう～

講 師：本学学長(教育文化学部教育学科 教授) 山谷 敬三郎  
日 程：6/16 土曜日 13:00～14:30  
受講料：無料 申込締切：6/6(水) 定員：50 名

自分の性格を知る客観的なテストに TEG があります。そのテストにより、自身の「エゴグラム」が明確になり、自身の性格傾向を知ることができます。そのエゴグラムは、他の人とのコミュニケーションの取り方や子育ての傾向、自己の問題処理の傾向も現れているとも言われています。本講座では、このエゴグラムを実施し、自己理解を深めることをねらいとしています。

\* 持ち物：筆記用具

## 心と体のストレスケア

講 師：元本学教授 伊藤 和幸  
日 程：5/12、5/26、6/16、6/23、7/7 土曜日 全 5 回 13:30～15:30  
受講料：無料 申込締切：4/27(金) 定員：30 名

体は心の入れ物です。心は体を動かします。体の不調は心に、心の不調は体に表れます。肩こりや偏頭痛、腰痛なども何気ない日常の動きや人間関係からおきることが多いのです。初めての方も参加者同士がペアになり、ゆっくり・じっくり体を感じてみましょう。きつと笑顔が出てきます。激しい運動やトレーニングではありませんが、なかなかできない動きを楽しんでください。

\* 持ち物：上履き、汗拭きタオル、膝や腰を曲げやすい服装（ぴったりしたジーンズやデニム布地は不適当）

## レクチャーコンサート ～クラシックピアノ作品の歴史を辿る～

講 師：本学教育文化学部教育学科 教授 鈴木 しおり  
日 程：5/16 水曜日 13:10～14:40  
受講料：無料 申込締切：5/7(月) 定員：40 名

ピアノという楽器が誕生してから 300 年ほどしか経っていないことは、意外と知られていない事実です。誕生と同時に素晴らしい作品の数々が優れた作曲家により生まれ、今日の演奏会で取上げられています。それらの歴史を知ること、ピアノ作品の魅力をより深く味わえるように、当日は講師の生演奏にレクチャーを交えて講座を進めてゆきます。

## セルフ・イメージを変える

講 師：本学生涯スポーツ学部スポーツ教育学科 教授 佐藤 至英  
日 程：5/19、6/23 土曜日 全 2 回 10:00～11:30  
受講料：無料 申込締切：5/9(水) 定員：30 名

「思考は現実化する」あるいは「あなたが思うとおりの人生を歩む」ということを聞いたことはあるでしょうか？ 性格を変えることはできるのでしょうか？ どのような毎日を過ごすかは、日頃何を思うかによって左右されます。そして、何よりも重要なのは、自分をどう思っているか、すなわちセルフ・イメージが大きな影響を及ぼします。本講座では、セルフ・イメージとは何か、どのように形成されたのか、どのように変えるのかについて、具体的かつ実際に学びます。

## 草木染（天然染料）講座

講 師：染織工芸家、クラフト作家、アメリカウィリアムズカレッジ講師 樺澤 京子  
日 程：5/30、6/6、6/13、6/20 水曜日 全 4 回 10:40～12:40  
受講料：無料 申込締切：5/18(金) 定員：10 名  
材料費：5,500 円程度は当日お受けいたします。（染料、助剤、媒染料など）

緑が生き生きと美しい季節に、木々の葉や草を染材として染色をします。日本で古代より使われた染材も基本の技法で染め、デザインは簡単な絞り染めや、ねじり染めを御指導します。初めての方も何度も受けられた方も、楽しめる内容です

\* 持ち物 エプロン、ゴム手袋、汚れてもよい服装、木綿糸、縫い針（絞り染めされる方のみ）、筆記用具、ビニール袋

## 「聖書」に学ぶ生きるヒント

講 師：本学生涯スポーツ学部スポーツ教育学科 教授 佐藤 至英  
日 程：7/7 土曜日 10:00～11:30  
受講料：無料 申込締切：6/27(水) 定員：30 名

よりよい人生を求めて毎日を過ごしていきたいと願いながらも、人間関係に悩み、ストレスをかかえてしまうのはなぜでしょうか？ どうすればもっとハッピーに生きることができるのでしょうか？ 本講座では、世界のベストセラーである「聖書」から、人生のこれらの疑問に具体的なかつ実践的な答えを見つけます。実りある豊かな人生とは何か、本当の豊かさとは何かについても、いっしょに考えていきたいと思います。

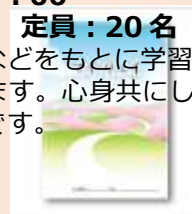
## 『終活ノート（マイ・ウェイ）』を書くための基礎知識 ～相続時精算課税制度を利用して、思いや願いを伝えるために～

講 師：元本学教授、上級終活カウンセラー 那賀島 彰一  
日 程：8/2 木曜日 13:30～16:00  
受講料：無料 申込締切：7/20(金) 定員：20 名

今回は、不動産（財産）にかかわる相続時精算課税制度の利用法、葬儀などについて講師の体験などをもとに学習した後に、「終活ノート」の書き方を勉強します。老々介護から「認認介護」の時代がくると言われています。心身共にしっかりしているうちに、「自分の思いや願い」を文章に残して、周りの家族に伝えるという考え方が大切です。

人生の終焉は老若には関係ありません。若い方も大歓迎です。

\* 教材費：終活ノート（マイウェイ）代 1,000 円は当日お受けいたします。



## 思春期の子どもと関わる心理学 —こころとあたまをやわらかく—

講 師：本学教育文化学部心理カウンセリング学科 准教授 澤 聡一  
スクールカウンセラー（臨床心理士）

日 程：9/22 土曜日 10：00～11：30

受講料：無料 申込締切：9/12(水) 定員：15 名

「思春期の子どもとどう関わったらいいんだろう？」と感じたこと、ありませんか？

思春期のやわらかい心にふれる工夫を、簡単なワークを通して一緒に考えていきましょう。

思春期の子ども、これから思春期になる子どもと接している方はもちろん、かつて思春期だった方や思春期まっただなかの方も、お気軽にご参加ください。

## 人が集えば文殊の知恵袋講座

コーディネーター：本学短期大学部ライフデザイン学科 教授 田口 智子

受講料：無料 定員：各 30 名

江別在住もしくは江別に造詣の深い方々をゲストスピーカーにお招きし、江別の歴史や暮らしをテーマに掲げ、江別に通ずる貴重なご講話で綴られる講座です。

\* お申込みは月毎にお願いします。

|                                                                                                                                                                       |                     |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|
| 【6 月度】初夏の野幌森林公園を歩こう                                                                                                                                                   | 6/19(火) 13：10～14：40 | 申込締切：6/8(金)  |
| ゲストスピーカー：野幌森林公園 自然ふれあい交流館 普及啓発員 扇谷 真知子 氏                                                                                                                              |                     |              |
| 木々の葉が青々と茂り、森の中に差し込む光が少なくなる時期の草花は、少しでも光を得ようと背丈が高く、また人目を引く白い花が多いように感じます。また、森の中はエゾハルゼミの泣き声や野鳥のさえずりでにぎやかで、生き物たちの生命力がみなぎっています。これから夏本番を迎える野幌森林公園を散策してみませんか。                 |                     |              |
| * 集合場所：自然ふれあい交流館（13：00 までに） 小雨決行（問い合わせは地域連携センターまで）                                                                                                                    |                     |              |
| 【7 月度】江別の風土を考える                                                                                                                                                       | 7/24(火) 13：10～14：40 | 申込締切：7/13(金) |
| ゲストスピーカー：江別商工会議所 専務理事 久保 泰雄 氏                                                                                                                                         |                     |              |
| 今でこそ、地域活性化論は当たり前になっています。昭和の初め、長野県の旧制諏訪中学で地理学を講じた三澤勝衛は「風土産業論」を提唱しました。これは現在に通じる「地域主義」や「地域ブランドの確立」を考える時、その先駆であるとも考えられます。この風土産業論を参考に、江別の知られていない地域性＝風土を発掘し、議論できればと思います。    |                     |              |
| 【8 月度】晩夏の野幌森林公園を歩こう                                                                                                                                                   | 8/28(火) 13：10～14：40 | 申込締切：8/17(金) |
| ゲストスピーカー：野幌森林公園 自然ふれあい交流館 普及啓発員 扇谷 真知子 氏                                                                                                                              |                     |              |
| 暑さが少し和らぎ、散策しやすい季節の始まりです。ミミコウモリ、エゾトリカブトやミソソバなど、夏から秋にかけて咲いているお花の種類も多いので楽しく歩けますよ。また、実りはじめた木の実や草の実なども観察できるので、植物たちがどのように生命をつないでいるのか、賢い「戦略」についても考えてみましょう。                   |                     |              |
| * 集合場所：自然ふれあい交流館（13：00 までに） 小雨決行（問い合わせは地域連携センターまで）                                                                                                                    |                     |              |
| 【9 月度】江別カルタで辿る江別物語 2018<br>～紙を見る、語る～ <北海道みらい事業>                                                                                                                       | 9/29(土) 13：10～14：40 | 申込締切：9/19(水) |
| ゲストスピーカー：樺太連盟北海道事務所 北海道恵須取会 事務局長 渡辺 良洪 氏                                                                                                                              |                     |              |
| 「富士製紙 神技伝え 1 世紀」とカルタに見る江別の歴史の中で、陸蒸気と川蒸気の結節点に市街地が形成され、富士製紙江別工場(明治 41 年)の出現は天然資源(木材・石炭)に富み、洋紙需要激増は時代の趨勢と、川の合流点に発展しました。この江別の富士製紙と工場名の由来、そして蝦夷地と樺太における製紙工場の姿を追ってみたいと思います。 |                     |              |

## 裏千家茶道教室

講 師：裏千家準教授 深井 宗久

日 程：火曜日 各コース全 4 回 13：30～15：30 定員：各 8 名

受講料：無料 教材費：各コース 5,000 円は当日お受けいたします。

日本文化を学びます。美しい立居振舞、四季折々の茶会、そのための初歩の基本の修練、「道、学、実」を学びましょう。

許状申請の取次もできます。

\* お申込みはコース毎にお願いします。

| コース    | 日 程                 | 申込締切    |
|--------|---------------------|---------|
| 5 月コース | 5/8、5/15、5/22、5/29  | 4/27(金) |
| 6 月コース | 6/5、6/12、6/19、6/26  | 5/25(金) |
| 7 月コース | 7/3、7/10、7/17、7/24  | 6/22(金) |
| 8 月コース | 7/31、8/21、8/28、9/4  | 7/20(金) |
| 9 月コース | 9/18、9/25、10/2、10/9 | 9/7 (金) |



\* 持ち物：白ソックス、ベルト、帛紗、茶席用扇子など

## 世界の化石と友だちになろう！

～誰が、マダガスカルアンモナイト化石をしょうずに取り出せるかな？～

みなさんは夏休みの自由研究が決まりましたか？今回は、マダガスカル（マハジャンガ州アンバラムニンガ）から形の良い「アンモナイト化石」を手に入れました。クリーニングにより不要な岩石を取りのぞいてみましょう。また、カナダのダイナソー博物館から手に入れた三葉虫化石（レプリカ）もさしあげます。世界のいろいろな化石に触ってみて、化石と語り、化石から多くのことを学びましょう。

**受講料：無料 材料費：1,000 円は当日お受けいたします。**  
**申込締切：7/18(水) 定員：22 名 \*持ち物：筆記用具**

**講師：元本学教授 那賀島 彰一**

**日程：7/28 土曜日 13:00～16:00**

**対象：小学1年生～中学3年生（親子での参加歓迎）**



## お申込み お問合わせ

- FAXの場合は、裏面の「講座受講申込書」をご利用ください。
- メール・往復はがきの場合は、下記項目をご記入の上、お申込みください。
- ①申込講座名、②郵便番号・住所③氏名（ふりがな）④性別⑤年齢⑥電話番号⑦携帯電話番号⑧道民カレッジ生の方は手帳番号⑨えべつ市民カレッジ生の方は学生番号
- お申込み受付後、開講のご案内をいたします。お申込み後、10日以内に連絡がない場合には、お手数ですが地域連携センターまでお問い合わせください。

〒069-8511

江別市文京台 23 番地

北翔大学

地域連携センター

TEL: 011-387-3939（直通）

受付時間 平日 9 時～17 時

kouzacen@hokusho-u.ac.jp



## アクセス

### ▶ 札幌駅から

|        |                            |        |            |
|--------|----------------------------|--------|------------|
| JR 札幌駅 | JR 函館本線<br>快速で約12分・普通で約15分 | JR 大森駅 | 徒歩<br>約15分 |
|--------|----------------------------|--------|------------|

### ▶ 新千歳空港から

|           |                   |         |                    |                |           |
|-----------|-------------------|---------|--------------------|----------------|-----------|
| JR 新千歳空港駅 | JR 千歳線<br>快速で約28分 | JR 新札幌駅 | JRバス・タ鉄バス<br>※右図参照 | 北翔大学前<br>札学院大前 | 徒歩<br>約5分 |
|-----------|-------------------|---------|--------------------|----------------|-----------|

### ▶ 新札幌から

|         |                                      |                |           |
|---------|--------------------------------------|----------------|-----------|
| JR 新札幌駅 | (新札幌バスターミナル直結)<br>JRバス・タ鉄バス<br>※右図参照 | 北翔大学前<br>札学院大前 | 徒歩<br>約5分 |
|---------|--------------------------------------|----------------|-----------|

### ▶ 小樽から

|        |                               |        |            |
|--------|-------------------------------|--------|------------|
| JR 小樽駅 | JR 函館本線<br>快速で約60分・普通で約1時間15分 | JR 大森駅 | 徒歩<br>約15分 |
|--------|-------------------------------|--------|------------|

### ▶ 苫小牧から

|         |                    |         |                    |                |           |
|---------|--------------------|---------|--------------------|----------------|-----------|
| JR 苫小牧駅 | JR 室蘭本線<br>特急で約40分 | JR 新札幌駅 | JRバス・タ鉄バス<br>※右図参照 | 北翔大学前<br>札学院大前 | 徒歩<br>約5分 |
|---------|--------------------|---------|--------------------|----------------|-----------|

(新札幌バスターミナル直結)

北  
翔  
大  
学

### ▶ 新札幌からバスでのアクセスについて

新札幌バスターミナル 北レーン

|   |    |    |    |    |    |    |
|---|----|----|----|----|----|----|
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|---|----|----|----|----|----|----|

北レーン 10・12番のりばのいずれから乗車してください。  
平日は 10～15 分に一本の割合で発車しています。

#### 10 JRバス（所要時間 約 10 分）

- 【循環新 82】新札幌駅行 文京台線
- 【循環新 83】新札幌駅行 文京台線
- 【新 24】大森 11 丁目行 大森団地線
- 【新 24】道立図書館前行 大森団地線
- 【新 25】ゆめみ野東町行 江別線
- 【新 26】江別駅行 江別線
- 【新 26】野幌駅北口行 江別線
- 【新 29】情報大学前行 野幌運動公園線
- 【新 29】野幌運動公園行 野幌運動公園線

#### 12 タ鉄バス（所要時間 約 10 分）

- ・新札幌駅～文京台南町 行き
- ・新札幌駅～南幌東町 行き
- ・新札幌駅～あけぼの団地行き
- ・新札幌駅～夕張南部 行き など

※表示の所要時間はあくまで目安ですので時間にゆとりをもって交通機関をご利用ください。



## お願い

- 受付は先着順となります。
- 申込後、やむを得ず受講できなくなった場合には、事前にご連絡ください。
- 材料費が必要な講座については、無断キャンセル及び申込期限を過ぎてからのキャンセルの場合は、材料費を申し受けます。
- 受講者が一定の人数に達しない場合には、開講できない場合がございます。
- 駐車スペースに限りがありますので、公共交通機関でお越しください。  
(特別の事情がある場合には予めご相談ください。)

# 講座受講申込書



※記入漏れがないようにお願い致します。

平成 年 月 日

|                                                 |        |                                      |     |
|-------------------------------------------------|--------|--------------------------------------|-----|
| 申込講座名                                           | ●      |                                      |     |
|                                                 | ●      |                                      |     |
|                                                 | ●      |                                      |     |
|                                                 | ●      |                                      |     |
|                                                 | ●      |                                      |     |
| 氏名①                                             | (ふりがな) | 男・女                                  | 年 齢 |
|                                                 |        |                                      |     |
| 氏名②                                             | (ふりがな) | 男・女                                  | 年 齢 |
|                                                 |        |                                      |     |
| 住所                                              | 〒 —    |                                      |     |
| 自宅電話番号<br>( ) —                                 |        | 携帯電話番号<br>—                          |     |
| ※開講案内を送信しますので F A X 番号を記入してください。<br>F A X ( ) — |        |                                      |     |
| ※メールで開講案内を希望される方は、アドレスを記入してください。<br>@           |        |                                      |     |
| 通信欄 (質問等がございましたら、ご記入ください)                       |        |                                      |     |
| ※道民カレッジ生の方は、手帳番号をお知らせください。<br>No.               |        | ※えべつ市民カレッジ生の方は、学生番号をお知らせください。<br>No. |     |

※ありがとうございました。折り返しご連絡させていただきます。

キリトリ  
キリトリ  
キリトリ