

4月14日
10:00
受付開始

市民向け講座

くらしに生かす「心技体」

「心技体」はスポーツの世界でよく聞く言葉です。スポーツ科学の知見を生かした3つの連続講座から、くらしを豊かにするヒントを見つけませんか。競技力の向上にも役立ててください。

(全講座無料)

会場：札幌円山キャンパス

スキージャンプの「技」に学ぶ

来年2月は冬季五輪。スキージャンプの基本動作を科学的な視点から分かりやすく解説するとともに、理想的な体の使い方を学びます。スポーツの動きはくらしにも役立ちます。



講師：山本敬三 (スポーツ教育学科教授)
日時：11月29日(土) 14:00～15:30
定員：30名



申込締め切り：11月22日(土)

スポーツ「心」理学でストレス対処

スポーツ競技者は多くのストレスにさらされます。日常生活で感じるストレスにもスポーツ心理学に基づいた対処法が役立ちます。日々のくらしにも取り入れてみましょう。



講師：畝中智志 (スポーツ教育学科准教授)
日時：11月15日(土) 12:30～14:00
定員：30名



申込締め切り：11月8日(土)

もっと知ろう「体」を動かす骨格筋

骨格筋は、体を動かしたり姿勢を保ったりするとき使われる重要な筋肉です。講座では意外に知らない筋肉の知識や運動方法を紹介しします。健康の維持・増進に、ぜひ！



講師：高田真吾 (スポーツ教育学科教授)
日時：10月18日(土) 10:30～12:00
定員：30名



申込締め切り：10月11日(土)

社会の「いま」見つめる

「1日に60人」。これは近年、日本で自ら命を断つ人の数です。年間21,800人超にもなります。また、日本の相対的貧困率は主要7カ国(G7)で最も高い水準です。耳目を集めた「新しい戦前」という言葉も気になります。私たちがくらす社会を3つの視点から取り上げます。

(全講座無料)

自殺防止ゲートキーパーの手法

困っている人へのサポートの手法を学びます。自殺やメンタルヘルスの問題への知識を深め、気づきや関わることの大切さが実感できる内容です。



講師：飯田昭人 (心理カウンセリング学科教授)
日時：10月2日(木) 13:10～14:40
定員：30名



申込締め切り：9月25日(木)

わたしたちの「あゝ沖縄」 —道産子兵士の記録をもとに—

1万人以上の北海道出身兵士が犠牲になった沖縄戦。体験をまとめた書籍「あゝ沖縄」を基に戦争と平和について考えます。コーディネーターは市原純(教育学科講師)が担当。



講師：清水藤子、楠順一
日時：12月13日(土) 13:00～15:00
定員：30名



申込締め切り：12月6日(土)

日々のくらしと貧困

「貧困」とはどのような状態をいうのか、データや判例から紹介します。平均所得や「貧困ライン」など収入別に、実際に1か月にかかる生活費・家計を基に考えます。



講師：保田真希 (こども学科准教授)
日時：6月13日(金) 17:30～19:00
定員：対面50名、オンライン50名



申込締め切り：6月6日(金)

チャレンジ、ポーセラーツ！

ポーセラーツは、白磁器やガラス器にデザインが印刷されたシートを貼って、オリジナルグッズを作るハンドクラフトです。講座ではマグカップに挑戦します。



講師：今野洋子(教育学科教授)
日時：9月17日(水)10:00～12:00
定員：10名
料金：2,000円



申込締め切り：9月10日(水)

気軽にレザークラフト

しなやかで軽いエゾシカ革を使いスマホホルダーケースを2回の講座で作ります。用具説明や縫い目を開ける方法、専用針を使った手縫い技術(サドルステッチ)を学びます。



講師：富田玲子、大信田静子(芸術学科元教授)
日時：5月29日(木)、6月5日(木)
各回 13:00～15:00
定員：10名
料金：2,500円(全2回)



申込締め切り：5月22日(木)

心と体のリラックス

あなたの肩凝り・腰痛、体の硬さはストレスのせいかも。体に注意を向けると、体も心もリラックスします。笑顔になります。初めての方でも安心してできます。



講師：伊藤和幸(短期大学部元教授)
日時：5～11月 月1回(8月除く)
9:30～11:30(日)
定員：25名
料金：1,000円(全6回)



申込締め切り：5月4日(日)

少子高齢社会の住まい

住宅には多くの危険が潜んでいたり、加齢とともに使いにくくなったりします。少子高齢社会における住宅について考えます。大学の介護実習室を使った「体験」もあります。



講師：千里政文(芸術学科教授)
日時：8月5日(火) 10:00～11:30
定員：20名
料金：1,000円



申込締め切り：7月29日(火)

小学生向け講座

人気の「算数」

おもしろ算数教室

無料

教員志望の大学生と一緒に算数のおもしろさを味わっていただく時間です。考えることの楽しさやおもしろさを一緒に体験しませんか。



講師：山田潮(教育学科准教授)
日時：(1・2年) 8月30日(土) 10:00～
(3・4年) 10月11日(土) 10:00～
(5・6年) 10月11日(土) 13:30～
定員：各回10名



申込締め切りはHPで確認してください

「昆虫」が初登場!!

クワガタムシ 観察の春夏秋冬

森林で捕まえたクワガタムシのつがいを見ながら、生態や産卵を通じて「命」の大切さを学びます。春夏秋冬、家庭での観察方法も紹介します。



講師：大宮真一(スポーツ教育学科准教授)
日時：8月6日(水) 10:00～12:00
定員：15組(1組1家族)
対象：小学生以下を含む家族
料金：1,500円



申込締め切り：7月30日(水)

(北翔大学のスポーツクラブ) スポルクラブ共催企画

モルックで楽しく健康づくり

無料

健康運動・介護予防の啓発と支援をテーマに、フィンランド発祥のニュースポーツ「モルック」を体験します。ニュースポーツの意義や効果も紹介します。



講師：川森功偉(健康福祉学科准教授) ほか2名
石川凌(スポルクラブ)
日時：9月12日(金) 12:30～14:00
定員：40名



申込締め切り：9月5日(金)

講座有料化のお知らせ

「市民向け講座」は本年度より原則、受講料を頂くこととしました。近年の物価上昇や施設利用にかかる経済的負担が増したためです。これまで以上に講座内容の充実を図ります。ご理解よろしく願いいたします。

受講受け付けは、オンラインチケット販売サイトPeatix(ピーティックス)を利用します。理由の如何を問わず、チケット購入後のキャンセルや変更はできません。ご注意ください。

アクセス



北翔大学(江別市)
新札幌(北レーン)からバス約10分
JRバスのりば10、夕鉄バスのりば12
JR大麻駅から徒歩約15分



北翔大学 札幌円山キャンパス
地下鉄東西線西18丁目駅 1番出口か2番出口
円山方面へ徒歩4～5分

問い合わせ(8:30～17:00)

北翔大学地域連携センター

〒069-8511 江別市文京台23番地

TEL 011-387-3939

E-mail hokushokouza@hokusho-u.ac.jp