

北翔大学エクステンションセンター

平成27年度後期



教養講座のご案内



※全講座、道民カレッジ、えべつ市民カレッジの連携講座になっております。

2015.10～2016.3

「美肌と健康に良い道産食品のお話と薬膳試食」 ～チョコレートとヤーコンを中心に～			講師：本学学長 西村 弘行	受講無料 材料費 800円	申込期限 11/4(水)
日程	11/14	土曜日	(講演) 10時 00分 ～ 11時 30分 (試食) 11時 40分 ～ 12時 45分	定員 90 名	

今日、40兆円を越える国民医療費を減らし、健康寿命をいかに延ばすかが重視される中、道内の特色ある食材を活用した美味しい健康食品に関心が寄せられています。講師は長年、チョコレートとヤーコンの無農薬栽培や健康機能性さらに調理法について研究してきました。そこで、今回は、これまでの研究成果を易しくお話をした後、薬膳メニューの試食を致します。

セルフ・イメージを変える			講師：本学教授 佐藤 至英	受講無料	申込期限 9/24(木)
日程	10/3 ・ 11/7	土曜日	全2回 14:00～15:30	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」ということば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？どのような毎日をすごすかは、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、具体的かつ实际的に学びます。

心と体のストレスケア			講師：元本学教授 伊藤 和幸	受講無料	申込期限 9/24(木)
日程	10/3・17、11/7・28、12/5	土曜日	全5回 13:30～15:30	定員30名	

ヒトは、直立二足歩行することによって、肩こりと腰痛を宿命的に持つことになりました。日常生活や仕事、人間関係もストレスのもとになり、心や体に影響をあたえています。この講座では、臨床動作法に基づく「動作」によって、心身のリラックスを目指します。体が楽になれば、心も楽になります！

●持ち物/トレーナーやジャージなど楽に動ける服装、上靴

草木染色講座 ～秋の色を自然の中から～			講師：本学非常勤講師 樺澤 京子	定員 15 名	
日程	10/13・20・27、11/10	火曜日	全4回 10:30～12:45	受講無料 材料費 5,500円	申込期限 10/2 (金)

春と秋にそれぞれの季節に合わせた素材を使った草木染染色講座です。古より使われている染料の他、野にある植物や食品の中にも美しい色が得られます！絞り染めや畳し染めもチャレンジしてみましょう。秋ならではの草木染を楽しく体験して美しい作品を作りませんか。

●持ち物 筆記用具・エプロン・ゴム手袋(ビニール)・染めてみたい布地やTシャツなど

道産食材を知る			講師：本学教授 土屋 律子	受講無料 材料用 1,000円(予定)	申込期限 10/7 (水)
日程	10/17・24	土曜日	全2回 10:00～12:30	定員 8 名	

北海道を代表する大豆と馬鈴薯を取り上げる。大豆はタンパク質を多く含むため畑の肉とよばれ、加工品としても多く利用しています。今回は「大豆納豆」を作ります。一方、馬鈴薯も品種が多く、カラフルな品種も出回っています。「いももち」をつくり、その特徴を学びましょう。

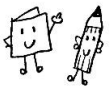
●持ち物 エプロン・タオル・密閉容器(豆腐お持ち帰り用)

話し上手は聞き上手 ～コミュニケーションのヒント～		講師：本学非常勤講師 吉田 聡美			受講無料	申込期限 10/23 (金)
日程	11/4	水曜日	全1回	11:00～12:00	定員 30 名	
この講座では、コミュニケーションスキルの種類を学び自己理解を深めながら、より豊かに幸せに生活するためにはどうしたら良いのか、日常生活を豊かにするコミュニケーションの方法を一緒に考えていきます。						
●資料の文字が小さめです。眼鏡等をお持ちの方は忘れないようにお願いします。						

「聖書」に学ぶ生きるヒント		講師：本学教授 佐藤 至英			受講無料	申込期限 11/4(水)
日程	11/14	土曜日	全1回	14:00～15:30	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かつ実地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。						

人が集えば文殊の知恵袋講座		コーディネーター 本学教授 田口 智子		受講無料	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。どうぞご参加ください。					
⑤開拓使幹部の地位を捨て旅に死ぬ ～村橋久成の生涯～		10/13 (火) 13：10～14：40		(ゲストスピーカー) 歴史作家	田中 和夫 氏
サッポロビールや屯田兵、博物館を知らない人はいないが、村橋久成は開拓使に出仕して、それらを作った人である。村橋久成は薩摩藩主島津一門の出で、藩命で国禁を犯して英国へ渡りロンドン大学に留学。帰国後は戊辰戦争、箱館戦争に参加。開拓使出仕と波乱の運命を生きた薩摩藩の俊英、村橋久成。だが、藩閥と国家意識の間で絶えず煩悶しつつ、やがて開拓使幹部の地位を捨て、行く当てのない行脚放浪の旅で死ぬ。そんな彼の真摯な生き様を重いテーマとして語りたい。					申込期限 10/2 (金)
⑥誕生！北海道博物館		11/10 (火) 13：10～14：40		(ゲストスピーカー) 北海道博物館 学芸員	池田 貴夫 氏
平成27年春、旧北海道開拓記念館と旧北海道立アイヌ民族文化研究センターが統合して、野幌森林公園内に「北海道博物館」がオープンしました。それにともない、展示はもちろん、さまざまなことが変わりました。この講座では、生まれ変わった「北海道博物館」の見どころや博物館づくりの裏話なども含め、旧北海道開拓記念館と比べて何がどう変わったのか、ざくばらんにお話します。					申込期限 11/2 (月)
⑦全国初！北海道版の健康食品表示制度 「ヘルシーDo」		12/1 (火) 13：10～14：40		(ゲストスピーカー) 一般社団法人北海道食産業総合 振興機構(略称：フード特区機構) 研究開発部 次長	臼杵 誠 氏
いわゆる「フード特区」の指定に基づく規制緩和を踏まえ、北海道において、全国初・全国唯一の「地域版の健康食品表示制度(ヘルシーDo)」が創設されました。「北海道ブランド」の食品は、国内のみならず海外においても絶大な人気がありますが、その一方で、北海道は「原料供給型」の産業構造であることが、常々指摘されています。北海道の食ブランドをより一層強固なものとし、また北海道経済の活力を生み出すための、「健康」をキーワードとした「北海道の食産業の取組」について、ご紹介します。					申込期限 11/24 (火)

裏千家茶道教室		講師：裏千家準教授 深井 宗久		各コース/ 火曜日 全4回 13：30～15：30		
基本の割稽古、盆略点前、薄茶、濃茶、炭手前、立礼点前、日本文化を学び、四季折々の茶会を楽しみます。許状申請取り次ぎもいたします。					受講無料 教材費 各5,000円	
日程	11月コース	10/27,11/10・17・24	申込期限	10/16（金）	定員8名	●持ち物/帛紗、茶席用扇子、白ソックス、ベルト 
	12月コース	12/1・8・15・22	申込期限	11/20（金）		
	1月コース	1/19・26、2/2・9	申込期限	1/8（金）		
	2月コース	2/16・23、3/8・15	申込期限	2/5（金）		

「北翔大学 おもしろ算数教室」 大学の先生と大学生のお兄さんお姉さんと算数を楽しもう！		講師：本学教授 松村 憲治 他ゼミ学生	受講 無 料	
算数が苦手な子どもたちの参加大歓迎です。 算数学力の即効性を目指すのではなく、算数はおもしろいと感じる 教室をめざします。（できるだけ3回参加してください。）			各コース/全3回 10：00～11：30	
			定員/各コース 20名	
コース	内 容	日 程	申込期限	
小学5年生	①「計算のなぞ」「さっさだて」「さいころの行方」 ②「4を4回使って？」「タングラム」 ③「五進術」「不思議ダンジョン」	9/26 (土) 10/3 (土) 10/10 (土)	9/16 (水)	
小学6年生	①「正方形の面積の不思議」「ダブル魔方陣」 ②「年齢当てゲーム」「百五減」「ハノイの塔」 ③「フィボナッチ数列」「21って言いたい」			
小学3年生	①「算数語と日本語」「コンパスを使ってみよう！」 ②「パンパンセブン」「九九表の不思議」「図形探偵になろう」 ③「不思議なたし算」「不思議な引き算」「九九ビンゴ」	10/17 (土) 10/24 (土) 10/31 (土)	10/7 (水)	 
小学4年生	①「カレンダーの不思議」「誕生日当てます！」 ②「不思議なサラダ」「変わり方調べ」 ③「電卓の不思議」「小町算2」			
小学1年生	①「アイスクリーム」「かたちとことばのしりとりあそび」 「ピラミッドのなぞ」 ②「かいものごっこ(百円均一・10円均一?)」「なにができるかな？」 「小町算1」 ③「チップ取りゲーム」「不思議なトンネル」「ばばはどれだ？」	11/14 (土) 11/28 (土) 12/5 (土)	11/4 (水)	※内容は変更になる場合があります。
小学2年生	①「ぬけたレンガ？」「どうやって切ったのかな？」「定規名人になろう」 ②「暗号あそび」「宝のありかはどこだ？」 ③「形やきまりの推理」「なかまはずれさがし」「ネズミのお食事」			



※以下、継続の方のみ対象講座

※おとなのためのピアノ/レッスン		定員 各 8 名	受講 無 料	申込期限
講師・日程	木曜クラス	講師：本学非常勤講師 村上 秀子 10/1・15・29 11/1・15・29 12/1・15・29 (最終日発表会のみ土曜日 13：00～15：00)	12：30～16：00 10・19 (木曜日 全7回)	9/24 (木)
	金曜クラス	講師：本学非常勤講師 野末 章子 10/2・16・30 11/13・27 12/11・19 (金曜日 全7回) (最終日発表会のみ土曜日 13：00～15：00)	10：00～12：00	9/24 (木)
対象：これまでにおとなのためのピアノ/レッスンを受講された方				
●持ち物/弾いてみたい曲の楽譜				

※リメイクファッションで楽しく装う		講師：本学名誉教授 高岡 朋子	受講 無 料	申込期限
日程	9/30、10/7・14・21・28 11/4・11・18・25、12/16	水曜日 全 10 回	10：00～ 12：00	定員 10 名 9/24 (木)
着られなくなった洋服を元気にして、洋服と一緒に自分も若返りしましょう。というコンセプトのもと、すべて「ほどく」のではなく、一部分をほどいて今の自分の体に合うように、小さくしたり大きくしたり、またデザインを変えたりなど、新しい洋服に生まれ変わるように一緒に考えます。ご自分の気に入っている洋服をお持ちください。手直しする箇所にもよりますが、10回で2着から3着程度出来上がるかもしれません。※対象：これまでにリメイクファッションで楽しく装うを受講された方				
●リメイクしたい衣服、裁縫用具(糸・布)、筆記用具を持参ください。				

お申込み方法

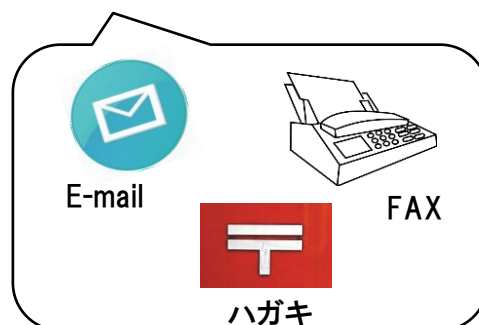
- はがき、FAX、E-mail にてお申込みください。（案内文書は送りません）
- 講座名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年代（学年）、性別、電話番号の記入をお願いします。

お申込み先

住所 〒069-8511 江別市文京台23番地

FAX 011-387-3746

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



北翔大学へのアクセス



札幌駅より（JR）

- ・函館本線 江別・岩見沢方面行き「普通」または「快速いしかりライナー」で大麻駅下車。
- ・大麻駅南口から、徒歩約15分、または「JRバス」、「タ鉄バス」新札幌方面行きに乗りし、約1分。「北翔大学・札学院大前」下車。



新札幌駅より（バス）約20分

- ・バスターミナル北レーンから「JRバス」または「タ鉄バス」
- ・「JRバス10番のりば」または「タ鉄バス12番のりば」野幌・江別・岩見沢方面行きに乗りし、「北翔大学・札学院大前」下車。



お問い合わせ先

受付時間 平日9時～17時

011-387-3939(直通)

北翔大学エクステンションセンター

- 受付は先着順となりますので、定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。その際はご連絡いたします。
- やむを得ず受講できなくなった場合は、必ずご連絡ください。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、開講を延期または、中止することがあります。
- 駐車スペースは限られていますので、公共交通機関をご利用ください。（特段のご事情のある場合は予めご相談ください。）

