

市民の大学Ⅲ

(共催：飯能市教育委員会)

くらしに活かす心理学

心理学といえば、カウンセリングなどところどころにかかわる問題などを連想されることが多いでしょう。しかしこの講義では特別な状況やところの問題ではなく、日常の生活のなかに私達が活かせる心理学の知見を受講者の皆様にご紹介します。普段、気づかないところにも心理学の技法や理論が活用されているのです。受講者の皆様と心理学を使ってくらしを探索してみましょう。

日程 9/10～10/1(土曜日・全4回) 時間 14:00～15:50 定員 なし

費用 資料代1,000円(全4回分) 締切 9/5(月) 申込方法は8ページをご覧ください。
受講初回にお支払いください。

9/10土	人間のリズムの不思議 ～1年、1日、90分	講師からの一言	「心理学は雑学だ！」をコンセプトに身近な事柄に心理学的観点から興味を持ってもらうことを目指しています。
		おおいし たけのぶ 大石 武信	T-time 心理ラボ代表

人間は、普段意識しないだけで多くのサイクルの周期の中で生きています。今回は、そのいろいろなサイクルのリズムについての知識を深め、さらに生活の中で上手に付き合っていく方法をお伝えしていこうと思います。

9/17土	ストレスと リラクゼーション	講師からの一言	ストレスを解消するために、今は卓球をやっています。卓球ができないことがストレスになったりしているかもしれません。適度に運動をしています。
		しもやま たかこ 霜山 孝子	駿河台大学心理学部教授

現代はストレス社会と言われています。ストレスとはなんでしょう？ストレスとは環境からの刺激によって生じた、悩みや緊張や疲労の状態のことを言います。今回はストレスの理解とストレスの対処を体験を交えながらお話をしたいと思います。

9/24土	「頭がいい」って どういうこと？	講師からの一言	前職では、病院でカウンセリングや心理テストを行い、病気からの回復を支援する活動に携わっていました。
		たかぎし ゆりこ 高岸 百合子	駿河台大学心理学部講師

「頭がいい」のイメージは、人によってさまざまです。本講座では、心理学においては、頭のよさ＝知能をどのように捉えているのかを紹介します。加えて、一度損なわれてしまった知的能力のリハビリテーションについて、手軽にできる方法を体験してみましょう。

10/1土	子どものやる気を育てる ポジティブ子育て	講師からの一言	子どもの発達や心理相談が専門のカウンセラーです。いつも子どもたちに元気をもらっています。
		みわ けんたろう 美和 健太郎	飯能市教育センター スーパーバイザー（臨床心理士）

「叱られないとやらない子」を「自分からやれる子」に変える方法を学べます。虐待、非行などを防ぐ効果もあります。家庭でも学校でも使える方法なので、子どもに関わるすべての人を対象にします。

市民の大学Ⅳ

(共催：飯能市教育委員会)

観光とまちづくり

海外からの観光客が年間2000万人に達する勢いとなり、2020年開催の東京オリンピックでは一層の訪日外国人の増加が見込まれています。日本では今、かつてないほどの観光の潜在的な需要が高まっています。そうした中、観光による「まちづくり」が注目を集めています。外部から人を呼び込むことで、力を失いつつある地域社会に新たな活気を生み出そうというこの試みは、実はその過程において、見慣れた地域社会に新たな価値が見出されるという側面も持っています。本講座を通じて、地域の将来について考えるきっかけとなれば幸いです。

日程 11/12～12/10(土曜日・全4回) 時間 14:00～15:50 定員 なし

費用 資料代1,000円(全4回分) 締切 11/7(月) 申込方法は8ページをご覧ください。
受講初回にお支払いください。

11/12 土

観光と地域振興 —「聖地巡礼」に見る まちおこし—

講師からの一言

あまの こうし
天野 宏司

駿河台大学現代文化学部教授

駿河台大学に勤め、早10年が過ぎました。市民の大学でお話するのも？回目だろう。飽きずにおつきあい下さい。

「聖地巡礼」と言っても、宗教的な聖地を巡る旅ではありません。近くで言えば、飯能市では『ヤマノススメ』の、秩父市では『あの日見た花の名前を僕達はまだ知らない。』『心が叫びたがってるんだ。』、川越市では『神様はじめました』に代表されるような、アニメーションの舞台を訪問する行為を括弧付きで「聖地巡礼」と呼びます。

近年「聖地巡礼」は、若い世代を街に呼び込む力として注目されています。

11/19 土

京都にみる「おもてなし」 のまちづくり

講師からの一言

こばやし なおみ
小林 奈穂美

駿河台大学現代文化学部准教授

旅は人を元気にします。旅の真の価値を学生に伝えていきたいと思っています。趣味はゴルフです。目標は埼玉県内ゴルフ場制覇です。

京都は、歴史と伝統を守り受け継ぐ世界遺産、国宝の宝庫です。年間5,000万人以上が訪れ、5回以上のリピーターが8割を占める国内最大級の観光地です。今回は「おもてなし」というソフト面を中心にその魅力を紹介します。

12/3 土

巡礼観光都市・ラサ (チベット)

講師からの一言

むらかみ だいすけ
村上 大輔

駿河台大学現代文化学部専任講師

今年4月から専任講師として勤務しています。飯能市とのご縁を頂いたのは駿河台大学が初めてとなります。どうぞ宜しくお願い致します。

本講座では、チベット高原の一大巡礼地であるラサについてご紹介したいと思います。チベットの人々の風俗や宗教文化、そしてラサの政治状況について、スライドをお見せしながら分かりやすくお話しします。

12/10 土

外国人が見た日本 —旅行記に見られる 横浜の様子と発展—

講師からの一言

こばやし しょうき
小林 将輝

駿河台大学現代文化学部准教授

私達は旅する世界をどう見ているのでしょうか、そして私達自身はどう変容するのでしょうか—そんなことを考えています。

幕末から明治期にかけて、日本には多くの外国人がやってきました。彼らの多くが最初に到着したのは、幕府により開港地として選定された横浜でした。当時の彼らの記録から、彼らが体験した日本を見たいと思います。