


市民の大学 I (共催：飯能市教育委員会)


地域を元気にするからだ、地域で元気になるからだ

この講座では、飯能を中心とした奥武蔵を活動の場とし、スポーツ、運動に対する既存の考え方にとらわれない新しい発想、考え方で活躍する講師をお迎えします。ご自身の活動をご紹介いただきながら、それぞれの活動から一般の方が生活に活かせる運動や健康づくりについての考え方や視点、自らのからだとの向きあい方などについてお話いただきます。この講座が皆さんの健康観や運動観を拓けるヒントになれば幸いです。


- 日程** 4/29、5/13、5/20、6/3【土曜日、全4回】
- 時間** 14:00～15:50 (受付開始 13:30頃)
- 費用** 1,000円(全4回分) ※1回のみ受講も可能ですが、費用は変わりません。
- 事前申込** 4/27(木)まで ※申込方法は8ページをご覧ください。

4/29 土	スポーツの基本 「陸上競技」から 健康を考える	むらき りゅうじ 邑木 隆二	駿河台大学スポーツ教育センター講師
		 2001年エドモントン世界陸上に出場しました。 現在は駿河台大学陸上競技部で日々指導に携わっております。	


スポーツの基本でもある「陸上競技」から“健康”を皆さんと考えていきたいと思えます。日常生活の中で簡単に実施できる運動の紹介や、バランスチェックなど、実際にその場で軽く身体を動かすことも計画しています。

5/13 土	大人のための 裸足教育	よしの つよし 吉野 剛	日本ベアフットランニング協会理事長
		 現在日本全国だけでなく、アジア、アフリカ、オセアニアと世界中で裸足ランニングの普及活動しております。初心者や子供達、一般ランナー、部活動、プロランナーまで幅広く指導しております。	

体の構造や機能について学び、またシューズやインソールの役割について考えます。また、研究文献の内容などを基に、なぜ裸足で走ることが大切なのかを学びます。

5/20 土	運動を通した 生活力向上	こづか けんいちろう 狐塚 賢一郎	駿河台大学現代文化学部教授
		 飯能市を中心にCOTの普及に努めており、公立保育所を巡回し幼児向けのCOT指導をしています。	

コーディネーショントレーニング(COT)の概要について実技を交えてお話し、「身体知を高める」「環境を取り込む」「コミュニケーション能力を高める」ことを目指します。それを基礎としたQOL(quality of life)の向上をこの講座の目標とします。

6/3 土	いま、なぜ 「パントマイム」 なのか	かね こ 金子 しんぺい	パントマイムのお兄さん
		 「パントマイムが“思いやる力”を育てる。」を理念とし、《パントマイムのお兄さん》として活動しています。	

言葉に頼らず、身体ひとつで“こころ”を表現するパントマイム。その魅力と可能性を、実演を交えてお伝えします。そして、子どもから大人までがパントマイムをどのように楽しみ、受け入れ、演じているのか。ちょっぴり不思議でわくわくする世界をご紹介します。

(敬称略。講師の職名、講座内容は2017年3月現在)

市民の大学Ⅱ (共催：飯能市教育委員会)

共生社会の実現を目指して

「共生社会」とは、これまで必ずしも十分に社会参加できるような環境になかった障害者等が、積極的に参加・貢献していくことができる社会をいいます。本学が所在する飯能市においても、誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合い、人々の多様な在り方を相互に認め合える全員参加型の社会の実現を目指し、様々な取り組みを実施しています。今回は医療福祉の分野に携わる方々を講師にお招きし、現状や今後の展望をお話いただきます。

- 日程** 6/10、6/17、6/24、7/1【土曜日、全4回】
- 時間** 14:00～15:50 (受付開始 13:30頃)
- 費用** 1,000円(全4回分) ※1回のみ受講も可能ですが、費用は変わりません。
- 事前申込** 6/8(木)まで ※申込方法は8ページをご覧ください。

6/10 土	はんのうふくしの森プラン と地域での共生	<small>なみき かずひろ</small> 双木 和宏	飯能市社会福祉協議会事務局次長
		生まれも育ちも飯能市。昭和63年に飯能市社会福祉協議会に入職し、主に地域福祉、介護福祉に携わってきました。 資格：社会福祉士、介護支援専門員(ケアマネジャー)	

地域におけるつながりや家族形態の変化に伴い、孤立、虐待、いじめ等の社会的問題が顕著になってきている中で、『はんのうふくしの森プラン』に基づいた飯能市内の様々な支え合いの取り組みを紹介しながら、全ての人が『⑧だんの ⑨らしを ⑩あわせ』に過ごせる地域を創るための共生の在り方について考えます。

6/17 土	認知症の 症状と予防	<small>つのだ けんいち</small> 角田 健一	南飯能病院院長
		飯能地区の精神科医療に携わり20年目になりました。 精神科診療に加えて医学部の学生の指導や臨床研究も行っております。	

日本は2025年には700万人が認知症という超高齢化社会を迎えます。認知症を正しく理解し予防を行うことで健康寿命を延ばすことが大切です。いきいきと地域で暮らせる高齢者を支える街づくりのお手伝いになれば幸いです。

6/24 土	飯能市における 市民後見制度	<small>もとむら ひろし</small> 本村 洋	飯能市社会福祉協議会生活支援係係長
		大学卒業後、県内金融機関に就職するも、金融機関再編の波にのまれ事業譲渡される。その折、縁あって平成13年4月に飯能市社会福祉協議会に就職。現在に至る。	

判断能力が不十分になり、財産管理や日常生活等に支障がある方が尊厳を持って生活ができるよう、地域全体で支え合う仕組みを構築することを目的に始まった飯能市の市民後見制度。そこに関わる市民の想いを織り交ぜながら、そのあり方についてお話しします。

7/1 土	地域社会と共に あゆむ	<small>さかもと みつこ</small> 坂本 美津子	社会福祉法人おびすま福祉施設長
		「児童」「成人」「就労」と40年近く障がい者福祉の現場に携わり、より良い支援の在り方を探り続けています。	

障がい者福祉に関する制度が変わる度に個人の生活は大きく影響を受けます。そしてそれを動かす「人の力」は更に強く生き方に関わってきます。地域の中での暮らしや思いを様々な出来事を通してお伝えしたいと思います。