

オンライン 7~8月号 三原シティカレッジ '21



三原地域連携推進協議会では、広島県公立大学法人県立広島大学と連携して『オンライン三原シティカレッジ』を開講します。受講料は無料です。皆様のご参加をお待ちしております。

※ 新型コロナウイルス感染症の状況によって、延期・中止となる可能性があります。ご了承ください。

《 講座の実施方法 》

- ◎ Zoom (<https://zoom.us/>) を使用したオンライン講座で行います。
- ◎ 大学内講義室での対面式講座ではありません。
- ◎ 受講条件は7ページのとおりです。詳細を必ず確認して下さい。
- ◎ 受講条件について承諾いただける方のみお申込みいただけます。

【受講条件 抜粋】

- 1 Zoom が使用できる受講用機材（パソコン、タブレット、スマートフォン等）やインターネット環境が必要です。また、マイク、スピーカー、カメラ（テレビ会議のための音声及び映像接続機器等）が必要です。
※種類や性能に指定はありませんが、テレビ会議ができるものを推奨します。
- 2 受講用機材、インターネット環境、通信料等は受講者の負担となります。
- 3 Zoom や接続機材、インターネット環境の操作方法等について個別にお答えすることはできません。
- 4 法令や公序良俗の違反、講座の妨害、講師を含む参加者を不快にさせる言動等があった場合、講師の判断でオンライン接続を中止する事があります。
- 5 配信される講座内容や資料等について、いかなる手段による撮影、録画、録音、保存、複製、再配布、再配信を禁止とします。

※お申し込みがあった方は受講条件をご承諾いただいたものといたします。

講座名	海浜健康講座	
概要	<p>海浜環境を利用して心身の健康維持・増進，疾病の予防を図る目的で考案された海浜セラピーの解説とそのガイドの養成を目的とした講義内容です。科学的な検証の過程で得られた海浜セラピー効果の紹介だけでなく，健康増進に関心のある方にも有益な内容となっています。</p> <p>4コマ×2日間（①～⑧計8コマ）の受講をお勧めします。</p>	
日時	<p>① 7月 3日（土） 9：00～12：00</p> <p>② 7月10日（土） 9：00～12：00</p>	
7月3日 （土）	① 第8回海浜健康講座__その1	<p>名誉教授 大塚 彰</p> <p>教授 田中 聡</p>
	<p>講義内容：</p> <p>①自然を楽しむセラピー（大塚） ②海浜セラピー概論（大塚）</p> <p>③心身チェック～体力編～（田中）④心身チェック～ストレス編～（田中）</p>	
7月10日 （土）	② 第8回海浜健康講座__その2	<p>教授 金井 秀作</p> <p>教授 沖 貞明</p>
	<p>講義内容：</p> <p>⑤海浜セラピー～認定条件～（金井） ⑥海浜セラピー～実践～（金井）</p> <p>⑦ケガの予防と処置（沖） ⑧全身安全管理（沖）</p>	
対象	18歳以上の方，海浜セラピー・健康増進に関心をもっている方	
定員	20名	
備考	9月にも同じ内容のオンライン講座を開催する予定です。（9/4，9/11）	

講座名	認知症の方の家族が知って得する 生活支援と福祉の知識	
概要	認知症の方の家族の中には、困らせられる行動によって多大なストレスを感じたり、思うような介護ができず悩んでおられる方も少なくないのではないのでしょうか。この講座では、認知症の方がその人らしく暮らせるように支援するために、家族介護者が知っておくと役立つような、①行動症状への対応と介護者の健康管理、②その人らしさを引き出す生活支援、③認知症の方や家族が利用できる福祉や保険サービスを紹介し、そのメリットとともに現状の課題について考えてみたいと思います。	
日時	<input type="checkbox"/> 7月17日（土） 13:00～14:30 <input type="checkbox"/> 7月24日（土） 13:00～14:30 <input type="checkbox"/> 7月31日（土） 13:00～14:30	
7月17日 （土）	<input type="checkbox"/> 認知症の行動症状への対応と介護者の健康管理	教授 西田 征治
	認知症の方の行動症状をどのように捉え、支援すればよいのかをパーソンセンタードケアや研究に基づく視点からお話しします。また、ストレスマネジメントや認知症カフェなど地域サービスを紹介し、家族が介護意欲を持続けるために必要なことを考えます。	
7月24日 （土）	<input type="checkbox"/> その人らしさを引き出す生活支援	助教 坂本 千晶
	認知症の方がその人らしく暮らせるために、どのような活動を、どのように生活の中に取り入れ、それをどのように援助したらよいのかを、活動の選択と工夫、環境づくり、効果的なコミュニケーションなどの側面からお話しします。	
7月31日 （土）	<input type="checkbox"/> 認知症の方のための福祉	准教授 永野なおみ
	認知症の方に対する福祉サービスについて、お話しします。介護保険をはじめとする各種のサービスや手当等、認知症の方と家族を支える仕組みや利用の方法を説明し、現状の問題点についても考えます。	
対象	認知症の家族を介護されている方、認知症に関心をもっている方	
定員	30名	

講座名	精神保健福祉講座 2021 自分の思いをきちんと伝えるコツ	
概要	日々の暮らしの中で、他のひととのコミュニケーションは欠かせません。でも残念ながら、いつも、誰ともうまくかかわれるとは限りません。ときに相手を慮るばかりに自分の思いを抑え込んでしまったり、逆に自分の気持ちをどうしても伝えたいと思って、つい強く主張して、後悔することも少なくないでしょう。今回の講座では、身近な場面、たとえば家庭、学校、職場、地域等で自分の思いを誠実にきちんと伝えるコツについて学びます。	
日時	① 8月19日(木) 18:00~20:00	
8月19日 (木)	① 自分の思いをきちんと伝えるコツ ～幸せを呼ぶコミュニケーション～	准教授 江本 純子
	本講座は、2部構成になっています。前半は、基礎知識編として、精神保健福祉の考え方およびコミュニケーションの基礎知識を紹介します。後半は、実践編として、参加者それぞれが、日々の暮らしの中で、家族、職場、学校、地域の方等、大切な人とのコミュニケーションのとり方について振り返ります。この上で、具体的な場面に即して、自分の思いをきちんと伝えるコツを学びます。	
対象	どなたでも	
定員	15名	
備考	2019年度から継続して開催している講座です。これまでに参加された方も、今回はじめて参加される方も、学びを深めやすい講座ですので、安心してご参加下さい。	

講座名	あつまれ！ナースのたまご	
概要	<p>この講座では、看護という仕事や、看護の対象となる人との関わりについて学びます。また、聴診器などを使った体調確認についても学びます。こうした体験を通して、子ども達と一緒に、命の大切さ、人に対する思いやりなどを、考えていきたいと思えます。</p> <p>看護の仕事に興味のある方は、ぜひ参加してください。</p>	
日時	① 8月18日（水） 10：00～11：30	
8月18日（水）	① 看護師を知ろう 自分のからだを知ろう	准教授 渡辺 陽子 講師 伊藤 良子 講師 土路生明美 助教 鴨下 加代 助手 加藤 裕子
	○看護師ってどんな仕事？ 看護師や助産師の仕事について学びます。 子どもへの看護や、高齢者への看護について学びます。 ○体調確認の仕方を知ろう 体温計や聴診器を使った体調確認を体験します。 ○命の誕生について知ろう 生命の誕生や赤ちゃんのお世話の仕方を学び、命の大切さについて考えます。	
対象	小学4～6年生（保護者の方もぜひ一緒にご参加ください）	
定員	12名	
備考	○8月9日（月）までに申込みが必要です。 ○申込後、体験に必要な物品を郵送します。	

講座名	認知症について知ろう, 考えよう	
概要	この講座では, 認知症について学び, 認知症の方の気持ちや接し方について考えます。認知症の方やそのご家族が, 暮らしやすい社会を作るために, 今の自分達の立場でできること, 将来の自分達にできることを, 考えていきましょう。	
日時	① 8月20日(金) 10:00~12:00	
8月20日 (金)	① 認知症について知ろう, 考えよう	准教授 渡辺 陽子 准教授 沖西紀代子
	○認知症を引き起こす病気や, 心の変化について学びます。 ○認知症の方の気持ちや接し方について, グループワークを通して, 参加者全員で一緒に考えます。	
対象	高校1~3年生	
定員	20名	

講座名	すこやか子育て講座	
概要	子どもの健やかな成長や生活を整えるために、食事・排泄、ベビーマッサージ、スキンケア、病気時のホームケアなどのテーマに関する子育て情報の提供を行い、看護師や助産師が育児相談に応じます。	
日時	<ol style="list-style-type: none"> ① 8月26日(木) 10:00~11:00 ② 9月 2日(木) 10:00~11:00 ③ 9月16日(木) 10:00~11:00 	
8月26日 (木)	① 子どもの食事・排泄	講師 土路生明美 准教授 沖西紀代子 助教 鴨下 加代
	離乳食等、子どもの食生活を調えるポイントや、おむつはずしや便秘等、子どもの排泄に関する対応をご紹介します。その後、母乳や育児について相談ができます。	
9月2日 (木)	② 子どものスキンケア&病気のホームケア	講師 土路生明美 准教授 沖西紀代子 助教 鴨下 加代
	健康な肌を守るためのスキンケア、子どもが発熱した場合等のホームケアについてをご紹介します。その後、育児について相談ができます。	
9月16日 (木)	③ ベビーマッサージ	講師 伊藤 良子 助手 加藤 裕子
	オイルを用いたベビーマッサージをします。その後、母乳や育児について相談ができます。 <u>※この回のみ、0歳のお子様と保護者が対象です。</u>	
対象	概ね0~3歳の子どもとその保護者 <u>※ベビーマッサージは、0歳のお子様と保護者のみの参加になります。</u>	
定員	6組	
備考	○参加する講座の <u>1週間前まで</u> に申込みが必要です。 ○1回のみを受講も可能です。申込み時に、どの講座を受講するかをお知らせください。また、お子様の年齢についてもお知らせください。 ○申込後、資料を郵送します。ベビーマッサージの受講者には、オイルを送ります。	

オンライン三原シティカレッジ 受講条件

三原地域連携推進協議会
地 域 交 流 部 会

1 必要な環境

リアルタイム配信の公開講座を受講するために、次の環境をご用意ください。

- ・インターネット接続環境
- ・受講用機材
パソコンやタブレットは受講者自身で準備してください。
- ・メールアドレス
受講申込時に必要です。
講義資料、視聴用ミーティング URL を事前にお送りします。

2 受講上の注意事項

- ・視聴用ミーティングルームに入室する際は、個人情報保護のため個別の受講者番号で入室してください。（受講者番号は事前に案内します。）
- ・受講開始時、講師の指示があるまでは、カメラ映像は OFF にし、マイクはミュートにしてください。
- ・受講時の画面や音声の録画・録音は不可とします。また、画面のコピーや写真を取らないようお願いいたします。
- ・講座を受講するにあたり、通信費用等の経費は受講者負担となります。
- ・Zoom (<https://zoom.us/>) や受講用機材、インターネット環境の操作方法等について個別にお答えすることはできません。
- ・やむを得ず講座の内容の一部変更または中止とさせていただくことがあります。
- ・カメラ映像の録画やマイク音声の録音は禁止しておりますが、リアルタイム配信の性質上、受講者側の端末で行われてしまう可能性があります。受講者の皆様は、ご自身の映像等個人情報の扱いについて十分にご注意ください。
- ・その他、受講に伴う受講者同士のいかなるトラブルが発生したとしても本学は責任を負いかねます。
- ・講座の運営を妨げる行為及び他の受講者のプライバシーや人権を侵害する行為等が確認された場合、受講をお断りすることがあります。

上記の受講条件に承諾いただける方は、お申込みください。

《 お申込み方法 》

下記の県立広島大学ホームページ上 URL「申込フォーム」または QR コードからお申し込みください。

<https://www.pu-hiroshima.ac.jp/ques/questionnaire.php?openid=558>



【QR コード】

- 申し込み内容確認後、三原シティカレッジ係から受付メールを送信します。
 - 受信した受付メールの内容をよく確認して下さい。
 - 原則、開催日の2日前を申込期限とします。
 - ※ 開講日は講座ごとに異なります。
 - ※ 備考欄に申込期限に関する記載がある場合は、その日を期限とします。
 - 先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。
 - 定員超過等で受講できない場合は、別途ご連絡いたします。
 - 電話やメールでのお申し込みは受け付けておりません。
 - 合理的配慮が必要な方は、申込フォームの備考欄にご入力ください。個別に相談の上、対応させていただきます。
- ※ ご提供いただいた個人情報は講座運営にのみ使用し、それ以外には一切使用しません。

《 お問い合わせ 》

県立広島大学三原キャンパス内 三原シティカレッジ係

〒723-0053 三原市学園町 1-1

電話：0848-60-1200（月・水・金 9:00 ~ 17:00）

F A X：0848-60-1134

メール：mrenkei@pu-hiroshima.ac.jp

