

2023年度 上越教育大学出前講座 (振興協力会法人会員様向け)

目次

出前講座・講習料について	1
申込み方法等	2
出前講座テーマ等一覧	3
出前講座概要	4
出前講座申込書(別記第1号様式)	12
出前講座実施報告書(別記第3号様式)	13
出前講座アンケート	14



出前講座について

上越教育大学では、地域の学校等の教育関係機関、地域の住民団体及び企業等の求めに応じ、大学教員が出向して講義等を行う「出前講座」を実施しております。

出前講座は、大学の教育と研究の成果を広く地域社会に還元するための地域貢献活動の一環として行われている事業です。どうぞお気軽にご利用ください。

振興協力会法人会員様の講習料について

通常、企業等の団体を対象とした出前講座は、講習料(1講座につき20,000円)と講師旅費(実費)をご負担いただいております。

振興協力会法人会員様を対象とした出前講座は、先着10法人まで(1法人につき1講座まで)講習料20,000円を振興協力会で負担します。お申込みの際、法人会員である旨をお知らせ願います。講師旅費は、実施会場が、合併前の旧上越市内の場合は必要ありません。

振興協力会に関するお問い合わせは、下記振興協力会事務局までお願いいたします。

【上越教育大学振興協力会】

地域貢献活動に積極的に取り組んでいる上越教育大学の発展・充実に応援しようと設立された、地域のみなさんと上越教育大学をつなぐ架け橋となる団体です。

◆上越教育大学振興協力会事務局

Tel:025-521-3292

E-mail: kakehasi@juen.ac.jp

上越教育大学振興協力会

検索



申込み方法等

<申込み方法>

- ① 「出前講座テーマ等一覧」からご希望の講座をお選びの上、12ページの「出前講座申込書（別記第1号様式）」を作成し、下記申込み先までお送りください。「**申込代表者**」欄には**住所、法人会員名、代表者名を記入してください。お申込みの際、法人会員である旨をお知らせください。**また、「出前講座申込書（別記第1号様式）」の講座名は、3ページの「出前講座テーマ等一覧」に記載してあるテーマ名を記入してください。
- ② 申込書受付後は、事務担当者が担当講師と日程等について調整します。担当講師と調整済みの場合は、その旨ご連絡ください。講座実施の可否が決定しましたら、大学よりメールもしくはFAXにて「出前講座承諾通知書（第2号様式）」（以下、「承諾書」という）をお送りします。

<実施報告書及びアンケートの提出>

講座終了後は、1ヶ月以内に13ページの「出前講座実施報告書（別記第3号様式）」及び14ページの「出前講座アンケート」を作成し、下記申込み先までお送りください。また、「出前講座実施報告書（別記第3号様式）」の講座名は、3ページの「出前講座テーマ等一覧」に記載してあるテーマ名を記入してください。

<費用>

講習料は、振興協会法人会員様からのお申込みの場合には必要ありません。（先着10法人まで（1法人につき1講座まで））

また講師旅費は、実施会場が平成17年合併以前の旧上越市内の場合には必要ありません。旅費の算定方法やお支払い方法については、特段の定めは設けておりません。詳しくは担当講師と直接ご相談ください。

講習料（通常、1講座につき20,000円）

※振興協会法人会員様からのお申込みの場合は不要です。（先着10法人、1法人につき1講座まで）



講師旅費（実費）

※実施会場が平成17年合併以前の旧上越市内の場合には必要ありません。

<注意事項>

- 担当講師に対する謝金は不要です。
- 2講座目からのお申込みは有料となります。
- 承諾書送付後に、天災等不測の事態が生じ、講座の実施が困難になったときは、中止する場合がありますので、予めご了承ください。
- 担当講師の研究分野等に関する詳しい情報は、上越教育大学ホームページ（<https://www.juen.ac.jp>）「上教大で教える先生」から検索することができます。

<お問い合わせ先について>

- 講座内容に関するお問い合わせは、4ページ以降の「出前講座概要」に記載してある、担当講師の電話番号・メールアドレスへ直接お問い合わせください。その他、お申込み方法などのお問い合わせは、下記問い合わせ先までご連絡いただきますようお願いいたします。

申込み・問い合わせ先

〒943-8512 新潟県上越市山屋敷町1番地 上越教育大学研究連携課

TEL 025-521-3615 FAX 025-521-3621 E-mail chiki@juen.ac.jp

URL <https://www.juen.ac.jp>（「地域の方へ」から検索）

受付時間 平日（月～金） 9:00～17:00

出前講座テーマ等一覧

分野	テーマ名	担当講師		受講対象者	掲載頁
総合・情報	01 ファシリテーター養成ーホワイトボード・ミーティング®入門ー	大場 浩正	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、大学生、地域住民、企業等	4
	02 プログラミング入門および初級講座	大森 康正	教授	教員、保護者、中学生、高校生、企業	4
道徳・心理	03 心配と心の健康	田中 圭介	准教授	教員、保護者、小学生（高学年）、中学生、高校生、地域住民、企業	5
英語	04 英語音声学：方言による発音の違い	橋本 大樹	助教	教員、保護者、高校生、大学生、地域住民、企業	5
社会・国際教育	05 学校『地図帳』から学ぶ地理の世界	志村 喬	副学長	教員、保護者、地域住民、企業	5
	06 世界史の視点から現代の世界情勢を読み解く	下里 俊行	教授	教員、保護者、高校生、地域住民、企業	6
	07 となりのロシアはどんな国？	下里 俊行	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	6
	08 地域の災害を想定する	山縣 耕太郎	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	6
	09 歩いて見よう高田城下町の地形	山縣 耕太郎	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	7
	10 地球温暖化：なぜおきる？何がおきる？	山縣 耕太郎	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	7
	11 発展途上国からSDGsを考える	山縣 耕太郎	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	7
	12 世界の国歌を学ぼう	小島 伸之	教授	教員、保護者、中学生、高校生、地域住民、企業	8
	13 知識基盤社会における教育の世界的動向	大前 敦巳	教授	教員、保護者、中学生、高校生、地域住民、企業	8
理科	14 海外植物調査の実際 (ネパール・ムスタン地域の植物相調査を例として)	五百川 裕	教授	教員、保護者、中学生、高校生、地域住民、企業	8
	15 上越市の絶滅危惧植物	五百川 裕	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	9
	16 出前実験	小川 佳宏	教授	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	9
体育	17 体づくり～体調の整え方～	周東 和好	教授	地域住民、企業	9
	18 やわらかなからだ～柔軟プログラムの提供～	周東 和好	教授	幼児、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業	10
	19 スポーツ・運動ができる・上手くなる過程	長谷川 晃一	助教	教員、保護者、中学生、高校生、地域住民、企業	10
	20 スポーツ・運動の指導者にとって必要な能力	長谷川 晃一	助教	教員、保護者、地域住民、企業	10
	21 体操の補助	長谷川 晃一	助教	教員、小学生、中学生、企業	10
健康	22 笑いヨガ（笑いの健康法）で明るく楽しく元気に！	田島 弘司	教授	教員、保護者、幼児、小学生、中学生、高校生、地域住民、企業、高齢者施設等の各種施設	11

出前講座概要

01		ファシリテーター養成ーホワイトボード・ミーティング®入門ー	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 大場 浩正 教授	電話 E-mail	025-521-3306 hohba
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 大学生、地域住民、企業等	講義形式 講義時間	ワークショップ 1時間～3時間
注意事項	具体的な内容に関しては要相談		
講座概要	<p>授業や会議に活用できる効率的、効果的な話し合いの技法「ホワイトボード・ミーティング®」の進行技術（ファシリテーション技術）の習得をめざします。ファシリテーターやサイドワーカーの技術を習得し、合意形成に有効な会議フレーム等を中心にその進め方を練習します。教師のみならず、児童・生徒がファシリテーターになると授業や学級がアクティブになります。また、企業では、社内ファシリテーター育成で人材育成・組織開発・会議改革・アイデア創出に貢献します。</p> <p>ホワイトボード・ミーティング®とは、ホワイトボードを活用して進める会議の方法です。進行役をファシリテーター、参加者をサイドワーカーと呼びます。ファシリテーターが参加者の意見をホワイトボードに書くので、何を話しあっているのかが明確になり、効率的、効果的に授業や会議が進みます。2003年にちよんせいこ氏（株式会社ひとまち）が開発し、教育、ビジネス、医療・福祉、行政、NPO・ボランティアなど様々な分野で取り組まれています。</p>		

02		プログラミング入門および初級講座	
担当講師 (所属・氏名・職名)	自然・生活教育学系 大森 康正 教授	電話 E-mail	025-521-3685（研究室） 025-521-3681（情報メディア教育センター） oomori
受講対象	教員、保護者、中学生、高校生、 企業	講義形式 講義時間	講義・演習 1回1時間以上（複数回にわたった連続講座にも対応します）
講座概要	<p>2021年度から小学校から高等学校までプログラミング教育が完全実施されます。本講座では、プログラミング的思考とは何か、プログラミング教育は何のために行われるのか、プログラミングって難しいのでは、プログラミングをちょっと体験してみたい、中学校技術や高等学校情報で扱うプログラミング言語を検討したい、最新のプログラミング言語に学んでみたいなど日頃の疑問に対して、講義、演習を通して学ぶことができます。プログラミングの入門は、コンピュータサイエンス・アンブラド、ビジュアル系プログラミング言語 Scratch、タコ焼き型ロボット Ozobot、小型の教育用マイコン micro:bit などを使います。初級講座以上は、プログラミング言語 Python、Web プログラミング、Google Apps Script など受講者の希望・経験に応じて実施いたします。</p>		

※ E-mail はアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jp を加えてください。

※ □マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

03		心配と心の健康	
担当講師 (所属・氏名・職名)	臨床・健康教育学系 田中 圭介 准教授	電話 E-mail	025-521-3368 keisuke
受講対象	教員、保護者、小学生（高学年）、 中学生、高校生、地域住民、企業	講義形式	講義・演習 (簡単なワークやエクササイズ)
		講義時間	1時間～1時間30分
注意事項	講演内容は、相談により決定します。心配やストレス以外にも、ポジティブな学級づくり、社会的スキル、問題解決スキル、強みの活かし方、マインドフルネス、持続的幸せの作り方など、様々なテーマに対応します。出前講座の実施に際して、研究のためのアンケート調査にご協力をお願いする場合がございます。		
講座概要	<p>普段の生活の中で様々な心配事に遭遇することがあります。勉強、人付き合い、健康、お金など、日常生活を取り巻く色々なことが心配の種になりえます。根強い『心配性』はストレスとなり、心や身体、生活リズムに様々な影響を与えます。</p> <p>しかしながら、心配をすることは、本来、私たちが生きる上で必要不可欠な「力」であると考えられています。上手く付き合うことができれば、心配性は決して嫌悪すべきものではありません。そこで、本講座では、心理学の観点から「心配とは何か」について解説し、その上で、「心配性と上手に付き合っていく方法」のヒントを認知行動療法と呼ばれる心理療法のテクニックをもとに紹介します。</p>		

04		英語音声学：方言による発音の違い	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 橋本 大樹 助教	電話 E-mail	025-521-3327 daiki
受講対象	教員、保護者、高校生、大学生、 地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間
講座概要	<p>英語の発音は方言によって大きく異なります。lot の母音はイギリスでは日本語の「お」に近い発音ですが、アメリカでは日本語の「あ」に近い発音です。カナダの多くの地域で lot の母音と thought の母音を区別しないので、oot と caught は同じ発音になります。他にも英語には様々な地域差があります。ten の母音の発音はニュージーランドでは日本語の「え」よりも「い」に近い母音で発音されます。ニュージーランド英語では square と near の母音を区別しないので、bear と beer は同じ発音になります。</p> <p>この講座では人間がどの様に音声を出しているかを学んだあとに、英語を話す地域にはどのような発音の違いがあるかを学びます。</p>		

05		学校『地図帳』から学ぶ地理の世界	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 志村 喬 副学長（教授）	電話 E-mail	025-521-3339 shimura
受講対象	教員、保護者、地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間
講座概要	<p>あまり知られていませんが、小・中・高等学校の社会科（地理・歴史科）で配布される学校用『地図帳』も法的に教科書で、文章主体の「教科書」とは異なる社会的情報を満載しています。その豊富な内容は、学校卒業後も十分価値を持っています。本講座では、現在使われている『地図帳』、過去に使われた『地図帳』を紹介し、それらから日本と世界の地理今昔を読み解いていきます。</p>		

※ E-mail はアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jp を加えてください。

※ □マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

06		世界史の視点から現代の世界情勢を読み解く	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 下里 俊行 教授	電話 E-mail	025-521-3336 simosato
受講対象	教員、保護者、高校生、地域住民、 企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間30分
講座概要	日本は、東アジアの近隣諸国、中国、韓国、北朝鮮、ロシア、ヨーロッパ、米国などでの政治・経済状況に対処しつつ、人々が幸せになれるような国づくりを進めるという課題に直面しています。このような激動する日本と世界の情勢を、その歴史的背景にさかのぼって読み解くことで未来を展望することの重要性、「世界史」の教養が現代社会において決定的に重要であることをお話します。		

07		となりのロシアはどんな国？	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 下里 俊行 教授	電話 E-mail	025-521-3336 simosato
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間30分
講座概要	日本の隣国ロシアと周辺国(旧ソ連)の文化と歴史について、分かりやすく解説します。ロシア語のアルファベット、簡単なあいさつや、会話のフレーズ、マトリョーシカ、チェブラーシカ、現代のヒットソングといった「柔らかい」ロシア文化の紹介だけでなく、ウクライナ情勢やプーチン政権の新しい世界戦略の分析、日露関係の展望など「難しい」テーマについても、受講者のリクエストに応じて柔軟に対応して説明いたします。		

08		地域の災害を想定する	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 山縣 耕太郎 教授	電話 E-mail	025-521-3331 kotaro
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義・演習
		講義時間	1時間～2時間(相談の上決定)
講座概要	変動帯に位置する日本列島で生活する私たちは、地震や火山噴火などの災害と折り合って暮らしていかなければなりません。そのために、まず必要なのは、災害や、災害を引き起こす現象について、よく知るということです。例えば、地震災害は、主に地震動(揺れ)によって引き起こされます。しかし、それぞれの地震災害によって、災害の様相は異なります。これは、地震災害の被害が生じる過程に、地域の自然のおよび人文・社会的条件が作用しているからです。災害を知るということは、地域を知るということにつながります。本講義では、地域で生じる可能性がある災害の特徴を確認し、その影響範囲について、図上作業を行いながら地域で生じる災害を想定します。1コマの講演の形でも実施できますし、複数コマで実施できる場合には、町歩きを取り入れたり、図上訓練(DIG)や防災訓練と組み合わせることも可能です。		

※ E-mailはアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jpを加えてください。

※ □マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

09		歩いて見よう高田城下町の地形	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 山縣 耕太郎 教授	電話 E-mail	025-521-3331 kotaro
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	野外巡検または講義
		講義時間	1時間～3時間(相談の上決定)
講 座 概 要	<p>今から400年前、松平忠輝は、海岸付近にあった福島城から高田に城を移しました。その理由は、高田の地形が城の守りを固めるために適していたからだと考えられます。一見、とても平坦に思える高田市街地周辺の地形も、詳しく見ると微妙な凸凹があることに気がつきます。こうした凸凹は、川が作った地形です。高田城は、この地形をうまく利用し、さらに人為的な改変を加えて守りを固めています。一方、川沿いに城を造ったため、高田城下町は、水害と戦わなければならなくなりました。しかし、高田城下町は、地形を考慮して、うまく水害を避けられるようにつくられています。</p> <p>本出前講座では、実際に高田城下町を歩いて地形を観察しながら、江戸時代の人々の知恵と工夫を知るとともに、上越地域の自然について学びます。町歩きのコースは相談の上で、決定します。</p> <p>また、野外巡検ではなく、高田城下町の成り立ちと地形との関係を講義形式で説明することもできます。</p>		

10		地球温暖化：なぜおきる？何がおきる？	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 山縣 耕太郎 教授	電話 E-mail	025-521-3331 kotaro
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義・実験
		講義時間	1時間～2時間(相談の上決定)
講 座 概 要	<p>地球温暖化に対しては、グローバルな環境問題として国際的な取り組みが行われているところです。しかし、その深刻さについては、日本にいと、いまひとつびんと来ない部分があるのではないのでしょうか。しかし、世界には、すでに人の生死に関わる深刻な事態に至っているところも多く存在します。これまで、担当者は、寒冷地(カムチャツカ半島、アンデス山脈、ケニア山)や、乾燥地域(ナミビア)など自然環境が厳しい地域で調査を行ってきた中で、地球温暖化の顕著な影響をいくつか見てきました。</p> <p>本講座では、実験を通して地球温暖化のメカニズムを理解してもらいながら、担当者が見てきた現場を含めて、世界における地球温暖化の現状を紹介し、将来に向けて私たちがどのような取り組みを行うべきかを考えたいと思います。</p>		

11		発展途上国からSDGsを考える	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 山縣 耕太郎 教授	電話 E-mail	025-521-3331 kotaro
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義・演習
		講義時間	1時間～2時間(相談の上決定)
講 座 概 要	<p>SDGs (Sustainable Development Goals) とは、地球環境に配慮しながら持続可能な暮らしや社会を営むために、先進国も発展途上国も含めた全世界が取り組むべき国際目標です。すなわち、地球が今日抱える様々な課題を解決するための目標です。世界には、これらの課題が、極めて深刻な状況にある地域や国が多くあります。しかし、先進国であり、自然環境が豊かな日本では、そうした深刻な状況を感じにくいところがあるかもしれません。</p> <p>本講座では、担当者がこれまで調査してきた発展途上国における環境問題や地域問題(地球温暖化によるアンデス山脈や東アフリカにおける氷河縮小とその影響；南部アフリカにおける砂漠化と水問題；アムール川流域の開発とオホーツク海の海洋資源；極東ロシアにおける森林破壊；アフリカにおける貧困や差別の問題など)を通して、SDGsの目標と意義について理解し、日本との関わりについて考えます。</p>		

※ E-mail はアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jp を加えてください。

※ □ マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

□ 12		世界の国歌を学ぼう	
担当講師 (所属・氏名・職名)	人文・社会教育学系 小島 伸之 教授	電話 E-mail	025-521-3332 kojima
受講対象	教員、保護者、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間30分
講 座 概 要	<p>オリンピックやワールドカップやWBCなどの機会に、世界のいろいろな国の国歌を聞いた経験は誰にでもあると思います。一方、その歌詞の内容については意外と知らない人が多いのではないのでしょうか。</p> <p>各国の国歌には様々なタイプのものであり、それぞれその国の歴史を反映し、「その国のかたち」を示す内容が含まれています。世界の国歌の歌詞には、意外な内容なものも多く、多くのドラマが潜んでいます。</p> <p>国歌の歌詞を知ることを通じて、世界の社会の成り立ちやありかたを学ぶことができます。</p> <p>この講座では、世界のいろいろな国の国歌を、その歌詞を参照しつつ実際に聞きながら、世界の国家やその歴史について、比較をしながら学びます。</p>		

□ 13		知識基盤社会における教育の世界的動向	
担当講師 (所属・氏名・職名)	学校教育学系 大前 敦巳 教授	電話 E-mail	025-521-3380 ohmae
受講対象	教員、保護者、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間30分程度
注意事項	講義内容（学校段階、内容の焦点など）は、受講者の要望に応じて相談して決めることができます。		
講 座 概 要	<p>本講座は、グローバル化に伴う知識基盤社会への移行に向けた教育政策、OECD・ユネスコなどの国際機関における教育課題、特にフランスの移民と教育の問題に焦点を当てた学力向上策を題材に、国際的な視点から教育の動向を紹介しディスカッションを行います。</p> <p>具体的には、OECD-PISA 学習到達度調査で測定される知識技能を社会に活用する能力（コンピテンシー）、国際連合で2030年に向けて策定された「持続可能な開発目標（SDGs）」、日本の科学技術計画（Society 5.0）に向けた教育政策、多文化社会に直面するフランスの学校教育事情などの問題を取り上げます。</p>		

□ 14		海外植物調査の実際 (ネパール・ムスタン地域の植物相調査を例として)	
担当講師 (所属・氏名・職名)	学校教育学系 五百川 裕 教授	E-mail	iokawa
受講対象	教員、保護者、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間
講 座 概 要	<p>国際学術調査としての海外における植物調査が、どのように行われているのかを、ネパールのムスタン地域での実例をあげて紹介します。</p> <p>ムスタン地域は、政治的事情等により外国人の立ち入りが規制されてきたために、近年まで植物を含む国際学術調査が充分に行われてきませんでした。ヒマラヤ山脈の標高2500m以上の高地にありながら、気温は比較的温暖であるものの、降水量が少なく極めて乾燥した独特の気候と、そこに生育する植物と動物の関係などを、写真とビデオを使って平易に解説します。</p>		

※ E-mail はアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jp を加えてください。

※ □ マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

☐ 15		上越市の絶滅危惧植物	
担当講師 (所属・氏名・職名)	学校教育学系 五百川 裕 教授	E-mail	iokawa
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義
		講義時間	1時間
講座概要	上越市版レッドデータブック作成のための調査結果に基づき、上越市内に生育する植物のうち、環境変化等により減少し絶滅のおそれのあるものが多数ある現状を、実例を写真で示しながら紹介し、生物多様性の保全の意義や方策について、平易に解説します。身近な地域、各区ごとに焦点を絞った講座も対応が可能です。		


16		出前実験	
担当講師 (所属・氏名・職名)	自然・生活教育学系 小川 佳宏 教授	電話 E-mail	025-521-3433 ogawa
受講対象	教員、保護者、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	演示実験
		講義時間	1時間程度
講座概要	科学を身近に感じ、興味や関心を深めるには、実際に体験することが一番です。この講座では、「光通信の実験」、「液体窒素の実験」などの実験を皆さんの教室にお届けいたします。 実験の内容は受講者と相談の上、決めたいと思います。		


17		体づくり～体調の整え方～	
担当講師 (所属・氏名・職名)	芸術・体育教育学系 周東 和好 教授	電話 E-mail	025-521-3578 shuto
受講対象	地域住民、企業	講義形式	講義・演習・実技 (ご相談に応じます。)
		講義時間	1時間～1時間30分 (ご相談に応じます。)
講座概要	今日のあなたの体調は良いですか。 健康な体づくりを目指して、日々の健康維持に役立てることをねらった簡易な実技によって、体調を把握する方法、体調を整える方法を学びます。		

※ E-mail はアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jp を加えてください。

※ ☐マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。


18		やわらかなからだ～柔軟プログラムの提供～	
担当講師 (所属・氏名・職名)	芸術・体育教育学系 周東 和好 教授	電話 E-mail	025-521-3578 shuto
受講対象	幼児、小学生、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義・演習・実技 (ご相談に応じます。)
		講義時間	45分～2時間(ご相談に応じます。)
講座概要	<p>柔軟性を獲得するには、継続的な取り組みを必要としますが、やり方によっては結果を得るまでの期間は大きく異なります。また、動きの柔らかさについてはあまり問題視されていないのが現状です。</p> <p>日常のちょっとした動き方の工夫で身体は柔らかく変化します。</p> <p>本講座では、からだや動きの柔らかさについて、簡易な実技を通して学びます。</p>		

		19		スポーツ・運動ができる・上手くなる過程	
担当講師 (所属・氏名・職名)	芸術・体育教育学系 長谷川 晃一 助教	電話 E-mail	025-521-3566 koichi		
受講対象	教員、保護者、中学生、高校生、 地域住民、企業	講義形式	講義		
		講義時間	1時間30分		
講座概要	<p>スポーツや運動をしてきて、できなかった動きが突然できるようになった経験や、できていた運動が突然できなくなってしまった経験はありませんか？このような不思議な現象は、実は誰にでも起こりうることで、スポーツ運動学という学問では、動きの上達過程としてきちんと定義されています。</p> <p>本講義では、スポーツ・運動ができる・上手くなる過程を理解することで、どのように練習を進めればよいのかを自分自身で工夫したり、適切な練習内容や回数を考えるためのヒントを得ることを目指します。</p>				

		20		スポーツ・運動の指導者にとって必要な能力	
担当講師 (所属・氏名・職名)	芸術・体育教育学系 長谷川 晃一 助教	電話 E-mail	025-521-3566 koichi		
受講対象	教員、保護者、地域住民、企業	講義形式	講義		
		講義時間	1時間30分		
講座概要	<p>スポーツ運動学という学問では、スポーツ・運動の指導者にとって必要なのは、観察、交信、代行、処方能力であるとされています。</p> <p>本講座では、これら4つの能力について、自身の指導経験と照らし合わせて理解することで、よりよい指導実践に繋がることを目指します。</p>				

21		体操の補助	
担当講師 (所属・氏名・職名)	芸術・体育教育学系 長谷川 晃一 助教	電話 E-mail	025-521-3566 koichi
受講対象	教員、小学生、中学生、企業	講義形式	実技
		講義時間	1時間30分
講座概要	<p>体操において、安全に正確な技を身につけるには、指導者の補助できる能力は欠かせません。しかし、仕方が分からずに補助に入ってしまったことで、学習者の動きを妨げてしまったり、危険な目に合わせてしまったりする危険性もあります。</p> <p>本講座では、補助には技や学習者に合わせた適切な間合いや力加減を学びます。種目は、主にマット運動、跳び箱運動、鉄棒運動です。</p>		

※ E-mailはアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jpを加えてください。

※  マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

□ 22		笑いヨガ（笑いの健康法）で明るく楽しく元気に！	
担当講師 (所属・氏名・職名)	学校教育学系 田島 弘司 教授	電話 E-mail	025-521-3312 tajima
受講対象	教員、保護者、幼児、小学生、中学生、 高校生、地域住民、企業、 高齢者施設等の各種施設	講義形式	実技
		講義時間	1 時間～1 時間 30 分
講 座 概 要	<p>笑いヨガとは、従来のヨガの呼吸法に「笑い」を取り入れ、子供からお年寄りまで、誰にでもできる笑いの体操（笑いの健康法）です。ユーモアやジョークに頼らず、笑いを一つの体操としてグループまたは一人で行います。笑いヨガで15～20分以上笑い続けることによって健康への様々な効果が期待できます。1995年にインドの医師によって開発された笑いヨガは、2017年現在では、世界100か国以上、10,000以上のグループで活動が行われています。本講座の講師は、笑いヨガの認定ティーチャーであり、対象者や場所を問わず、様々なニーズに合った笑いヨガのプログラムを創案し実施することが可能です。お気軽にお問い合わせください。なお、これまでに講師が行った「笑いヨガ効果測定」においても「エネルギーレベル」「気分」「楽観的な気持ち」「他の参加者との親密感」「筋肉のゆるみ」「精神的なリラクセス」などが向上する効果が確認されています。2019年には、昔から学校で実施されている黙想のように手軽に行うことができる「1分間笑いヨガ」のプログラムを開発しました。</p>		

※ E-mailはアルファベット表記の後ろに@juen.ac.jpを加えてください。

※ □マークの講座はオンライン対応可能な講座です。なお、オンラインミーティングの設定は原則、依頼者側で行ってください。

出前講座申込書

上越教育大学長 殿

〈申込代表者〉 住 所
機 関 ・ 団 体 名
役 職 名
氏名（学校長名）

出前講座の実施を下記のとおり申し込みますので、承認願います。

記

1. 講座番号
講座名
2. 講師氏名
3. 講義日時
4. 講義場所（住所）
5. 受講対象者及び人数
6. 目的及び内容
7. 連絡先（担当者・電話番号・メールアドレス）

出前講座実施報告書

上越教育大学長 殿

〈申込代表者〉住 所
機 関 ・ 団 体 名
役 職 名
氏名（学校長名）

出前講座を実施しましたので、下記のとおり報告します。

記

1. 講座番号
講座名

2. 講師氏名

3. 講義日時

4. 講義場所

5. 受講対象者及び人数

6. 目的及び内容

7. 意見・感想

8. その他（今後扱ってほしいテーマなどがありましたら、お書きください。）

