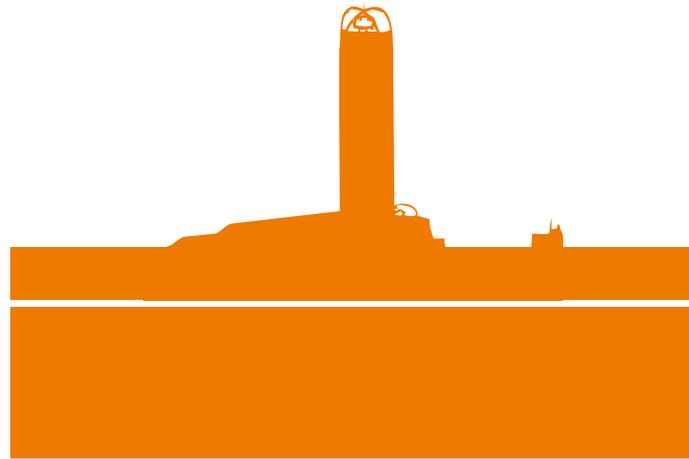


教養講座のご案内

生涯教育センター
エクステンション
プログラム



EXTENSION PROGRAMS LIFELONG LEARNING CENTER



生涯教育センター
『教養講座のご案内』



城西大学

「学ぶ楽しさ」に触れて 新しい自分、見つけよう!

「勉強はツライもの」と思っていますか?

でも、知らなかったことが分かった時、

できなかったことができるようになった時、

とても嬉しい気持ちが入り込めてくるはずですよ。

城西大学エクステンション・プログラムは

「いつからでも、いつでも、誰でも学べる」をモットーに、

資格取得・スキルアップ・教養・趣味など幅広いフィールドの講座を用意しています。

あなたも学ぶ楽しさと、新しい自分に出会う喜びを実感してみませんか?

アクセスガイド 坂戸キャンパス

城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台 1-1

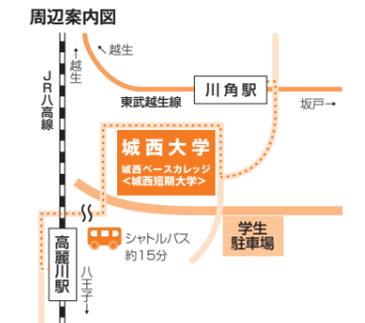
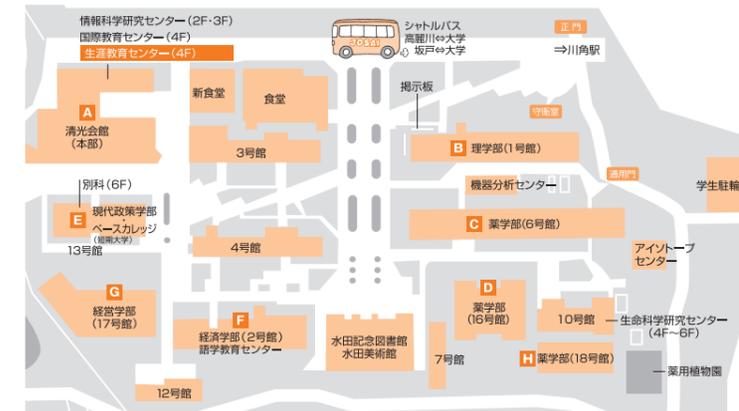
TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981

E-mail. extension@stf.josai.ac.jp

受付時間: 9:00~17:00 (11:30~12:30を除く)

アクセス

- 東武東上線 池袋駅より坂戸乗換 越生線 川角(かわかど)駅より徒歩 10分
- 関越自動車道 鶴ヶ島・坂戸インターチェンジより車で 20分 学内駐車場あり
- JR川越線・八高線 高麗川(こまがわ)駅よりシャトルバスで15分



センター長 あいさつ

本学のエクステンションプログラムには、大きく分けて2つの目的があります。第一に、地域の皆様に城西大学が提供する様々な講座を受けていただく機会を多く設けること。第二に、本学の学生を対象にして、就職の準備や各種資格取得などを積極的に支援することです。幅広い講座編成をしていますので、それぞれの希望に適った講座を選択し、ぜひがんばってください。何らかの目標を決めてチャレンジすることは、人生の一コマの中で、きっと有意義なものになると思います。

城西大学生涯教育センター センター所長 福島 和伸

エクステンション・プログラムの歴史

1987年度3講座でスタートしたプログラムは、2010年度には65講座になりました。組織も国際文化教育センターから国際教育センターと生涯教育センターに分離し、生涯教育センターが担当するようになりました。

ホームページ活用法

ホームページアドレス

<https://ssl.smart-academy.net/josai/>

1. 講座詳細情報がご覧になれます。
2. パンフレット等の資料請求ができます。
3. 会員情報の変更・パスワードの変更・受講履歴の参照ができます。
4. ホームページから講座のお申し込みや、会員登録が可能です。(予定)
5. センターからのお知らせをご覧になることができます。



2010年度 エクステンション・プログラム

薬学部生涯教育講座

申込日
当日受付

第44回 第45回

チーム医療や地域における医療連携など、医療の現場では高度な専門知識と技能、さらに高い倫理観を兼ね備えた、誰からも信頼される医療人が求められています。このような要請に応えるためには、日進月歩する医薬品や医療に関する知識と技術に適応できるように、自己の能力を高め続けることが必要になります。

薬学部生涯教育講座では、社会で活躍されている薬剤師や管理栄養士、さらには医療を支える薬科学者を対象として、折々の医療現場からの要望に応じたテーマを取り上げ、多彩な専門家によってさまざまな最新情報を提供しております。これまでの講座には、卒業生をはじめ、意欲的な地域の医療従事者が多数参加しています。また、受講者は、(財)日本薬剤師研修センターの研修認定薬剤師制度の単位を取得することができます。

第44回

メインテーマ

「在宅患者のくすりと栄養」

講師 亀田総合病院在宅医療支援部長 小野沢 滋 先生(医師)
かくの木薬局代表取締役 畑中 典子 先生(薬剤師)

第45回

メインテーマ

未定(ホームページでご確認ください)

コード	【第44回】2010053 【第45回】2010054
定員	各500名 最低開催人数 ー
回数	2回
日程	【第44回】5/15 【第45回】10/16
曜日	土曜日
時間	14:00～
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】ー 【一般】各2,000円

家庭でできるおいしい薬膳

申込締切日
7/30

中国では古来より「医食同源」という考え方で日常の食事がなされています。この考え方は、健康を保つためには正しい「食生活」が大切で、病気になったらまず食生活を見直し、それでも病気が治らなければそのときに初めて薬を使えばよいという考え方です。わが国でも生活習慣病の予防やコントロールのために、「正しい食生活・運動・休養」が大切であるという考え方が広まっています。

今回は、「食と健康」を見直していただくひとつの機会として、夏の疲労回復を目的とした「家庭でできる薬膳」講座を開設いたします。夏の疲労回復を目的とした薬膳料理を毎回4～5品作り試食をしていただきます。

8/27
(金)

薬膳について Part 1
メニューの説明 Part 1
調理実習 Part 1 と試食会

8/28
(土)

薬膳について Part 2
メニューの説明 Part 2
調理実習 Part 2 と試食会

コード	2010055
定員	30名 最低開催人数 10名
回数	2回
講師	コーディネーター 和田 政裕 津田 整 江端 みどり
日程	8/27・8/28
曜日	金・土曜日
時間	10:00～16:00
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】5,000円 【一般】5,000円



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00～17:00(11:30～12:30を除く)
E-mail. extension@stf.josai.ac.jp ホームページ <https://ssl.smart-academy.net/josai/>

2010年度 エクステンション・プログラム

裏千家茶道講座

申込締切日
5/21

古来より連綿と受け継がれている茶道は、他に類のない日本独自の伝統文化であり、また最も私たちに密着した生活文化でもあります。この講座では殺伐とした現代社会に忘れかけている礼儀作法、立居振舞、言葉遣い等を茶の稽古を通して学びます。茶道を習得することにより、他人への思いやり、いたわり、気配り、そして感謝の心等も理解でき、自らが豊かになります。茶道は心の教育とも云われます。

差の湯は決して日常とかけ離れたものではなく、私たちがお互いに心を通わせ合う場でもあります。四季折々のお菓子を頂き、移り変わる様々な花を愛で、ゆっくりとお茶を頂く和みのひと時は心の安らぎとゆとりを与えてくれます。

“和”を以て貴しとなす、お茶の心を大切に、和やかな雰囲気の中で楽しい稽古を続けています。お茶は初めてという人、また興味のある方々、どうぞ気軽に見学にお越しください。

毎年11月には学園祭が開催され、当日は午後よりお茶会を開きます。受講生は日ごろの練習の成果を十分に発揮してお客様をおもてなしいたします。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目
1	5月28日(金)	14:00 }	基本、立居振舞、立ち方、座り方、お辞儀の仕方等
2	6月4日(金)		基本、所作、帛紗のつけ方、さばき方、糞・茶杓の清め方
3	6月11日(金)		基本、茶筥・茶巾・茶碗の扱い、ふすまの開けしめ
4	6月18日(金)		盆略点前による薄茶稽古、菓子器の扱い
5	6月25日(金)		薄茶稽古、客の作法、主客の挨拶の仕方
6	7月2日(金)		風炉点前、柄杓の扱い、“とり”、“おぎ”、“切り”、他
7	7月9日(金)		同上、復習、糞・茶杓の拝見の仕方、客の心得
8	7月16日(金)		同上、棚点前、運び点前の稽古、主客の挨拶
9	7月23日(金)		前期全般復習、“運び”棚の点前
10	9月24日(金)		文化祭に向けて、御園棚扱いの薄茶稽古
11	10月1日(金)		同上、御園棚にて薄茶、糞・柄杓の扱い
12	10月8日(金)		御園棚、立礼点前のお茶、菓子の運び方
13	10月15日(金)		同上、古帛紗の扱い、点前復習
14	10月22日(金)		文化祭に向けて、道具運び出しの準備
15	11月3日(水)	10:00~16:00	文化祭午前中、水屋準備、点検、お道具確認
16	11月12日(金)	14:00 }	炉、点前、初稽古、割稽古、復習、柄杓の扱い
17	11月19日(金)		同上、運びの点前、ふすまの開けしめ方、復習
18	11月26日(金)	16:00 }	棚扱いの薄茶、糞・茶杓拝見の仕方、挨拶
19	12月3日(金)		運び点前、棚点前の薄茶、復習他
20	12月10日(金)		炉点前、割り稽古より薄茶全般、復習

コード	2010056
定員	12名
最低開催人数	6名
回数	20回
講師	東山宗園 裏千家茶道教授
日程	5/28～12/10
曜日	金曜日
時間	14:00～16:00
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】10,000円 【一般】30,000円
帛紗・菓子切・古帛紗などは、個人での用意をお願いします。	

いけばな講座

申込締切日
5/1

草月のいけばなは、いつでも、どこでも、だれにでも、そしてどんな材料を使ってもいけられることを特色にし、時代の感覚を反映した「新しく美しい」ものを目指します。

この講座では、いけばなの基礎から応用まで幅広く身に付けられます。初心者は花の扱い方やいける基本を学び、習ったことのある人にはさらにステップアップできるよう指導しています。

この機会に、いけばなの楽しさを体験していきましょう。

なお、資格も取れますので、社会進出や国際交流に役立ちます。11月の文化祭(高麗祭)には花展を行い、日頃の成果を披露しています。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目		
1	5月12日(水)	15:00 }	基本指導と 応用いけばな		
2	5月19日(水)				
3	5月26日(水)				
4	6月2日(水)				
5	6月16日(水)				
6	6月23日(水)				
7	6月30日(水)				
8	7月7日(水)				
9	7月14日(水)				
10	7月21日(水)				
11	9月29日(水)			14:00 }	
12	10月6日(水)			17:00 }	高麗祭にむけて準備
13	10月13日(水)				
14	10月20日(水)				
15	10月31日(日)	10:00~15:00	高麗祭にむけて準備・いけこみ		
16	11月10日(水)	14:00 }	基本指導と 応用の仕上げ		
17	11月17日(水)				
18	11月24日(水)				
19	12月1日(水)				
20	12月8日(水)	17:00	クリスマスの花		

コード	2010057	
定員	20名	
回数	20回	最低開催人数 6名
講師	西山草里 朝流師範会・理事	
日程	5/12～12/8	
曜日	水曜日	
時間	【前期】15:00～17:00 【後期】14:00～17:00	
対象	本学学生・一般	
受講料	【本学学生】10,000円 【一般】35,000円	
テキスト・ノートは個人負担になります。 花鉢・花合羽は各自でご用意願います。		



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00～17:00 (11:30～12:30を除く)
E-mail: extension@stf.josai.ac.jp ホームページ: https://ssl.smart-academy.net/josai/

2010年度 エクステンション・プログラム

たのしい英会話教室

申込締切日
4/13

ネイティブの講師による英会話のクラスです。外国人に道を聞かれたり、海外旅行に行ったり、実際に英語を話そうと思うと緊張してしまって話せなかったという経験はありませんか？英会話は知っている単語だけでも意外と話せるものです。しかし、外国人と話す機会が少ないため、言葉が思うように出てこないのです。

この講座は、本学の海外姉妹校であるアメリカのカリフォルニア大学リバーサイド校のキース先生と一緒に「楽しんで英語を話そう」をモットーにしています。外国の異文化を感じながら、楽しく英会話のレッスンを受けることができます。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目
1	4月 7日(水)		Introduction
2	4月14日(水)		That's a nice blouse
3	4月21日(水)		Do you have any pets?
4	4月28日(水)		What do you do for fun?
5	5月12日(水)		How often do you go to the movies?
6	5月19日(水)		I'm going to visit a museum.
7	5月26日(水)		Review
8	6月 2日(水)		Would you like to go to a concert?
9	6月 9日(水)		I have to clean the apartment.
10	6月16日(水)		How about meeting at the station?
11	6月23日(水)		I'm looking for the station.
12	6月30日(水)		We're flying to Honolulu!
13	7月 7日(水)	11:10	What if it rains?
14	7月14日(水)	12:40	Review
15	9月29日(水)		Review
16	10月 6日(水)		Where did you go this summer?
17	10月13日(水)		We had a wonderful time.
18	10月20日(水)		Have you been to Okinawa?
19	10月27日(水)		Life changes
20	11月10日(水)		I'm having a party
21	11月17日(水)		What's that?
22	11月24日(水)		How do you make okonomiyaki?
23	12月 1日(水)		You don't look so well
24	12月 8日(水)		You should call the doctor.
25	12月15日(水)		Problems
26	2011年 1月12日(水)		What would you do if...?
27	1月19日(水)		Let's keep in touch!
28	1月26日(水)		Review

コード	2010058
定員	10名
最低開催人数	5名
回数	28回(90分/回)
講師	キース・マーティン
日程	4/7～2011.1/26
曜日	水曜日
時間	11:10～12:40
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】20,000円 【一般】30,000円

英会話中級コース

申込締切日
4/13

簡単な日常会話のできる人を対象にした講座です。フリートークを中心に日常よく使う表現やボキャブラリーを増やしていくことを目標とします。

In this class students will practice having longer, more natural conversations in English while describing past events and talking about their experiences.

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	科目
1	4月 7日(水)	Introduction
2	4月14日(水)	Keeping busy
3	4月21日(水)	Keeping busy (cont.)
4	4月28日(水)	Achievements
5	5月12日(水)	Making decisions
6	5月19日(水)	Making decisions (cont.)
7	5月26日(水)	Review
8	6月 2日(水)	Feelings and opinions
9	6月 9日(水)	Feelings and opinions (cont.)
10	6月16日(水)	Making changes
11	6月23日(水)	Making changes (cont.)
12	6月30日(水)	Influences
13	7月 7日(水)	Influences (cont.)
14	7月14日(水)	Review

回数	日程	科目
15	9月29日(水)	Review
16	10月 6日(水)	You can't do that
17	10月13日(水)	You can't do that (cont.)
18	10月20日(水)	If I hadn't
19	10月27日(水)	Past regrets
20	11月10日(水)	Past regrets (cont.)
21	11月17日(水)	Review
22	11月24日(水)	Working hard
23	12月 1日(水)	Working hard (cont.)
24	12月 8日(水)	Women and men
25	12月15日(水)	Women and men(cont.)
26	2011年 1月12日(水)	Looking ahead
27	1月19日(水)	Looking ahead (cont.)
28	1月26日(水)	Review

コード	2010059
定員	10名
最低開催人数	5名
回数	28回(90分/回)
講師	キース・マーティン
日程	4/7～2011.1/26
曜日	水曜日
時間	13:20～14:50
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】20,000円 【一般】30,000円



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00～17:00(11:30～12:30を除く)
E-mail: extension@stf.josai.ac.jp ホームページ: https://ssl.smart-academy.net/josai/

2010年度 エクステンション・プログラム

英語スピーチ & プレゼンテーション入門講座

申込締切日
5/1

現在、社会のグローバル化がますます進展する中、世界共通言語としての英語の役割を考えると、その重要性が痛感されます。実際、国内外を問わず、特に将来を担う若者にとって、ちょっとした英語のスピーチやプレゼンテーション能力の習得は将来の希望や、活躍の場をより大きく広げてくれることでしょう。また、「人前で話す自信」を身につけることにもなります。

こうした思いを少しでも現実のものとするために、本講座「英語スピーチ&プレゼンテーション」を開講します。

コース目的

受講生はスピーチやプレゼンテーションの基本的ではあるが実践的な技術 (basic practical skills) を身につけます。ここでは、(簡単な) スピーチやプレゼンテーションを理解し、実践することを目標とします。

対象受講生

受講生は TOEIC スコア400前後 (相当) あることが望ましい。

基本的な進め方

最初、受講生はスピーチの中で発言してみたいと思うこと (各自で選ぶ話題トピックの内容) を決めます。次に、その内容をカナダ人インストラクターの指導で、具体的に一步一步進んで行き、最後に、全員が発表段階に到達。ドロップアウトなしの指導。発表 (presentation) では受講生がお互いの発表に (英語で) 質疑応答します。すべて英語で、「日本語を使ってしまうと英語力は身につかず、上達しない!!」という考えからです。講師は厳しいが優しい、そして楽しく、笑いのある指導に努めます、すべて英語だからといってご心配無用!!

※下記カリキュラム日程の他に、夏季集中講座も開設予定。途中から集中講座への振替え可能。ご相談ください。なお、講座の会場は、城西大学本部清光会館 (坂戸キャンパス) の他、特に夏季集中講座実施は紀尾井町キャンパスも検討中。

※本学語学教育センター主催「第一回水田杯 (全国) 英語スピーチコンテスト」も予定されていますが、上記講座を受講しながら、このスピーチコンテスト参加を視野に入れてみては?

コード	2010060
定員	16名
最低開催人数	6名
回数	20回 (90分/回)
講師	トッド・アームストロング
日程	5/8 ~ 12/4
曜日	土曜日
時間	13:20 ~ 14:50
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】20,000円 【一般】30,000円

推薦教科書

- [Effective Presentation](#)
(Oxford University Press)
- [Speaking of Speech](#)
(Pearson Longman)

※教科書の購入については第1回目の講座で説明があります。前もって購入し用意する必要はありません。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目
1	5月8日(土)	13:20 ~ 14:50	Three parts of a speech & presentation. What are these?
2	5月15日(土)		(Physical Message) Posture and Eye Contact Practice
3	5月22日(土)		Gestures: What are these and how to do them
4	6月5日(土)		Layout Speech Giving Directions with directions
5	6月12日(土)		Voice Inflection Practice
6	6月19日(土)		(Story Message) How to Write An Introduction Part I
7	6月26日(土)		Introduction Part II
8	7月3日(土)		How to Write the Body of a Speech
9	7月10日(土)		Body of A Speech Part II
10	9月25日(土)		Transitions and Sequencers Within The Body
11	10月2日(土)		How To Write A Conclusion To A Speech
12	10月9日(土)		Making Visual Aids
13	10月16日(土)		Explaining Visual Aids
14	10月23日(土)		One Full Presentation
15	10月30日(土)		How To Handle Question and Answer Periods
16	11月6日(土)		Full Presentation With Question and Answer Practice
17	11月13日(土)		Full Presentation With Question and Answer Practice
18	11月20日(土)		Full Presentation With Question and Answer Practice
19	11月27日(土)		Critiquing Video Presentation Work
20	12月4日(土)		Full Presentation with Question and Answer Practice



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00~17:00 (11:30~12:30を除く)
E-mail. extension@stf.josai.ac.jp ホームページ <https://ssl.smart-academy.net/josai/>

2010年度 エクステンション・プログラム

やさしい気功法

申込締切日
5/1

日々の暮らしの中で手軽にできる気功法を習得することは、何よりも効果の高い健康法のひとつです。腰痛・肩こり・頭痛・便秘症など日常的によくある病気の根源を探し、そこに気を与えることで病気は改善され、また事前に防ぐこともできるようになります。それは、経絡という体にはりめぐらされた道を気血が通りやすくすることによって、体の各器官の働きが活発になり、体の免疫力や自然治癒力が高まっていくということです。自分の体と対話をしながら、ストレスに強い体にしていきましょう。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目
1	5月13日(木)	10:00 ~ 11:00	現代中国気功学について
2	5月27日(木)		意念の鍛錬に重点を置く「意守功」
3	6月10日(木)		治療を重視する「保健功」
4	6月24日(木)		腰痛、肩こりに
5	7月 8日(木)		腸を丈夫にする「摩腹健身法」
6	7月22日(木)		脳を活性化する「健脳気功」
7	8月26日(木)		体力をつける「たんとう功」
8	9月 9日(木)		目や耳の衰えを防止する「聡耳明目法」
9	9月30日(木)		消化不良や下痢・便秘に「健脾胃法」
10	10月14日(木)		家庭でできる肩こり推拿
11	10月28日(木)		家庭でできる腰痛推拿
12	11月11日(木)		少林内功①
13	11月25日(木)		少林内功②
14	12月 9日(木)		少林内功③
15	2011年 1月13日(木)		八段錦①第一段・第二段
16	1月27日(木)	八段錦②第三段・第四段	
17	2月10日(木)	八段錦③第五段・第六段	
18	2月24日(木)	八段錦④第七段・第八段	
19	3月10日(木)	まとめ	
20	3月24日(木)		

コード	2010061
定員	30名
最低開催人数	10名
回数	20回(60分/回)
講師	孫維良
日程	5/13 ~ 2011.3/24
曜日	木曜日
時間	10:00 ~ 11:00
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】10,000円 【一般】20,000円

やさしい太極拳

申込締切日
5/1

太極拳は中国古代のいろいろな形式の動功の精華をまとめたもので、治療・健康増進の効果がとても高い医療練功法です。その動作は柔らかく、美しく、前後一貫して非常に高い調和性と平衡性をもっています。

動くようにして動かぬように見えますが、実際は動かさない箇所がない全身運動で、運動器官の機能を向上させるだけでなく、大脳皮質及び心血管・呼吸・消化器系統などの内臓器官の機能に対しても極めてよい効果があります。

臨床においては、高血圧・神経衰弱・冠動脈硬化性心臓病などの疾患の予防・治療に常用され、中高年の方々にもっとも適した保健練功といえるでしょう。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目
1	5月13日(木)	11:10 ~ 12:10	24式太極拳 1.起勢 2.左右野馬分鬃
2	5月27日(木)		3.白鶴亮翅 4.左右樓膝拗步
3	6月10日(木)		5.手揮琵琶 6.左右倒卷肱
4	6月24日(木)		7.左攢雀尾 8.右攢雀尾
5	7月 8日(木)		9.單鞭 10.雲手
6	7月22日(木)		11.單鞭
7	8月26日(木)		12.高探馬
8	9月 9日(木)		13.右蹬脚
9	9月30日(木)		14.双峰貫耳
10	10月14日(木)		15.轉身左蹬脚
11	10月28日(木)		16.左下勢獨立
12	11月11日(木)		17.右下勢獨立
13	11月25日(木)		18.左右穿
14	12月 9日(木)		19.海底針
15	2011年 1月13日(木)		20.閃通臂掙
16	1月27日(木)	21.轉身搬攔捶	
17	2月10日(木)	22.如封似閉	
18	2月24日(木)	23.十字手	
19	3月10日(木)	24.收勢	
20	3月24日(木)	まとめ	

コード	2010062
定員	30名
最低開催人数	10名
回数	20回(60分/回)
講師	孫維良
日程	5/13 ~ 2011.3/24
曜日	木曜日
時間	11:10 ~ 12:10
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】10,000円 【一般】20,000円



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00~17:00(11:30~12:30を除く)
E-mail: extension@stf.josai.ac.jp ホームページ: https://ssl.smart-academy.net/josai/

2010年度 エクステンション・プログラム

ヨガ

申込締切日
4/17

インドで誕生したと言われる究極のエクササイズ。それが「YOGA (ヨガ)」です。ヨガの意味は、『乱れた心を一点に結びつける』精神を集中させることで究極の心のやすらぎを創り出す、という意味を持つ言葉です。このヨガは現在、最新のフィットネスとして注目を浴びています。

この講座では、体に負担をかけることなくヨガを楽しんでいただけます。一見、簡単なポーズをとっているだけに見えるヨガに欠かせないのは「呼吸」です。鼻から深く吸い、腹・胸・肩と息を広く行き渡らせるようにして、鼻から出す一この呼吸を意識して行うことが全ての基礎となります。100種類以上もあるヨガのポーズの基本となる動きは、「前屈」「後屈」「ねじり」「逆転」「バランス」です。この5つの動きの組み合わせによって、体の不調を取り除きリラックスした状態へと導きます。ポーズと呼吸に集中しながら心と体のバランスを整え、体の中から健康になれます。身体を活性化させ、健康な日々を過ごしましょう。

講師プロフィール



鎌田 小百合

エアロビクスインストラクターとして指導の日々の中、縁あってヨガと出逢う。ヨガを続け、心身共に変わっていく自分。多くの方々にも健康になって頂きたく、平成18年にワウディ認定ヨガインストラクター資格取得。昨年ベルビックスストレッチインストラクター資格取得。現在、大手スポーツクラブ・サークル等で活躍中。

コード	2010063
定員	30名
最低開催人数	10名
回数	20回(90分/回)
講師	鎌田小百合
日程	4/24～10/9
曜日	土曜日
時間	10:30～12:00
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】10,000円 【一般】20,000円

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	科目
1	4月24日(土)	10:30～12:00	ヨガについての講話(呼吸法、ポーズ、瞑想) ※養成コースではないので、受講生の様子やレベルを観察しながら進めていきます。 講話は20分程度です。休憩を挟んで残りを実技という流れで組んでいます。
2	5月1日(土)		
3	5月8日(土)		
4	5月15日(土)		
5	5月22日(土)		
6	5月29日(土)		
7	6月5日(土)		
8	6月12日(土)		
9	6月19日(土)		
10	6月26日(土)		
11	7月3日(土)		
12	7月10日(土)		
13	7月17日(土)		
14	7月24日(土)		
15	9月4日(土)		
16	9月11日(土)		
17	9月18日(土)		
18	9月25日(土)		
19	10月2日(土)		
20	10月9日(土)		



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00～17:00(11:30～12:30を除く)
E-mail: extension@stf.josai.ac.jp ホームページ: https://ssl.smart-academy.net/josai/

2010年度 エクステンション・プログラム

女性学講座

申込締切日
9/11

アジアの女性たち～ジェンダーで読む映像文化

今、アジアが輝きをもって、私たちに迫っています。そこで今年度は、アジアの映像文化に挑戦してみようと思います。映画といえば、これまではなんといっても欧米文化を優先して考えがちでしたが、最近ではアジアの映像文化も隆盛をきわめ、優秀な作品の傑出とともに、女性監督作品も相次いで各国に登場してきています。

講座回数はわずか5回ですので、今回は東アジア文化圏に絞って、中国・韓国・日本の映画やドラマについて、ジェンダーの視点から探究していこうと思います。ことに、映像のなかで、女性たちはどのように描かれているか、それぞれの国の女性像を明らかにしていく予定です。

韓国の映像に関しては、もはやブームも定着して日本の老若男女に深く浸透している韓流ドラマについて検討していきますので、ファンの方はもとより、多くの方々にご参集いただきたく存じます。どうぞ、ご期待ください。

会場

城西大学清光会館4階401視聴覚室

コード	2010064
定員	80名
最低開催人数	10名
回数	5回(120分/回)
講師	コーディネーター 長谷川 啓
日程	9/18～12/4
曜日	土曜日
時間	13:30～15:30
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】2,500円 【一般】2,500円

各回ごとの申込みも可能です。
その場合は当日受付となり、受講料は1回700円です。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	内容	講師
1	9月18日(土)	13:30～15:30	韓国ドラマに見る女性像～『がんばれ!クムスン』	関谷由美子 (文教大学講師)
2	10月30日(土)		中国映画に見る農村女性～『長江に生きる:乗愛の物語』	秋山洋子 (駿河台大学教授)
3	11月20日(土)		韓流ドラマのなかの嫁と母～ 『ヨメ全盛時代』『母さんに角が生えた』	栗原順子 (フリーライター)
4	11月27日(土)		日本の女性監督映画が描く女たち～ 『かもめ食堂』『赤い鯨と白い蛇』『ハリヨの夏』『さくらん』	長谷川啓 (城西短期大学教授)
5	12月4日(土)		検証・日韓併合100年:日本に暗殺された国母『明成皇后』	北村敏子 (韓流メディア文化研究会代表)

後援: ひだか男女共生会議



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00～17:00(11:30～12:30を除く)
E-mail. extension@stf.josai.ac.jp ホームページ <https://ssl.smart-academy.net/josai/>

2010年度 エクステンション・プログラム

さきたま学講座

申込締切日
5/1

郷土と文化

本講座は、開講して4年目、「さきたま学講座」と改称して2年目を迎え、益々多岐にわたって郷土と文化の探究に入っています。受講者の方も年々増え、いよいよ充実した講座となって参りました。

あらたに受講して下さる方々のためにも、講座の趣旨を再度下記にかかげてみます。

私たちは埼玉県に住みながら、埼玉のことはあまり知らずに暮らしています。明治以降、圧倒的な欧米文化優勢のなかで、アジアを軽視し、日本文化をよく知らないばかりか、足元の自分たちが住む町にすら無関心で過ごしてきたといえそうです。埼玉県人として、埼玉の歴史や文化について深く知ることは、この土地で暮らす智恵や愉しみを増すことになるのではないのでしょうか。団塊の世代の方の定年退職もすでに始まり、第二の人生の出発にあたって、地域に根ざして生きるためにも、郷土を知り郷土を愛することは必要不可欠なことと思われます。本講座は、皆様の埼玉における郷土・文化・歴史を知る手がかりになることを願って開講しました。

今年度もまた、盛りだくさんな内容を用意しておりますので、皆様のご参集を心から期待しています。

会場

城西大学清光会館4階401視聴覚室

コード	2010065
定員	80名
最低開催人数	10名
回数	10回(120分/回)
講師	コーディネーター 長谷川 啓
日程	5/8～2011.3/12
曜日	土曜日
時間	13:30～15:30
対象	本学学生・一般
受講料	【本学学生】5,000円 【一般】5,000円

各回ごとの申込みも可能です。
その場合は当日受付となり、受講料は1回700円です。

カリキュラム 2010年度日程

回数	日程	時間	内容	講師
1	5月8日(土)	13:30～15:30	三上於菟吉と長谷川時雨	尾形明子 (文芸評論家)
2	6月12日(土)		『小栗判官』と将門・義経伝説	大内建彦 (城西大学准教授)
3	7月10日(土)		近世初期の川越商人の記録 榎本弥左衛門覚書	大野正巳 (川越市立博物館長)
4	9月11日(土)		忍城と忍藩の歴史	鈴木紀三雄 (行田市郷土博物館学芸員)
5	10月9日(土)		小説のなかのさきたま風景～森鷗外・坂口安吾・三島由紀夫	立石伯 (法政大学教授)
6	11月6日(土)		埼玉の現代詩人たち	村椿四朗 (詩人)
7	12月11日(土)		小川和紙いろいろ	新田文子 (小川町生涯学習指導員)
8	2011年1月22日(土)		埼玉の藍染 技と心	岡本一雄 (元埼玉県文化財保護課職員)
9	2月12日(土)		キューボラのあった街～文学に描かれた川口の今昔	大和田茂 (都立工芸高等学校教諭)
10	3月12日(土)		秩父の山岳信仰	千嶋壽 (郷土史家)



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間:9:00～17:00 (11:30～12:30を除く)
E-mail. extension@stf.josai.ac.jp ホームページ <https://ssl.smart-academy.net/josai/>

入会と受講のご案内

【入会】

- エクステンション・プログラムは会員制となっております。入会にあたり入会金として¥5,000が必要となります。(但し、薬学部生涯教育講座、家庭でできるおいしい薬膳、女性学講座、さきたま学講座は入会金不要です)
- 入会に際し、年齢・性別・学歴などに関わらず、どなたでも会員になることができます。ただし、受講申込みを伴わない入会申込みの取扱いはいたしません。
- 会員資格の有効期限は、入会年度を含め向こう4年間(3月末まで)とします。なお、有効期限後の受講申込みの際には、再度入会手続きが必要となります。

一般	¥5,000
本学卒業生	無料
本学在学学生	無料
本学教職員及び関係者	無料

【会員の特典】

- 会員資格の有効期限内は、城西大学エクステンション・プログラムのパンフレットや公開講座等のご案内が送付されます。
- 水田記念図書館の利用ができます。
- キャンパス内の食堂・書店・売店等の利用ができます。なお、書店では在学生と同様の割引価格にて書籍の購入ができます。

【会員証の発行】

- 入会登録をされた方には、会員証を発行いたします。会員証は他人に譲渡・貸与することはできません。紛失の場合は、登録を確認のうえ再発行をします。
- 会員証は、講座の受講および図書館を利用する際に必要となります。また、必要に応じて提示を求められることがあります。

【入会金・受講料】

- 一旦納入された入会金は返金できません。また、受講料等につきましても、講座の開講が中止になった場合などを除き、返金できませんので十分ご注意ください。
- 入会金および受講料は、消費税を含む金額です。
- 講座によっては、各自で教材を購入していただく講座もあります。

【開講中止・変更】

- 受講生が一定の人数に達しない場合には、開講を中止または延期する場合があります。中止決定の場合には、講座開講日の3日前までに申込者に通知します。その場合の受講料等につきましては、全額返金いたします。
- 講師の都合により、代理講師による講義や日程等を変更する場合があります。

【受講申込みのキャンセル】

- 受講申込み講座開講日の3日前までにキャンセルされた場合は、受講料等を全額返金いたします。ただし、申込み講座開講後のキャンセルにつきましては、受講料の返金はできません。

【休講】

- 講師の都合等により、やむを得ず講座を休講とする場合は、原則として補講を行います。また、事故等により講座開講時間を30分経過しても講座が開始できない場合は、休講扱いとし後日補講を行います。

【受講上の注意】

- 講座受講の際は、授業開始5分前までに教室に入室してください。
- 授業に支障をきたす行為があった場合は、受講をお断りする場合があります。
- 講座の録音・ビデオ等での撮影については、原則としてできません。
- 教室内での喫煙・飲食は、できません。
- 盗難やその他の事故等については、大学では責任を負いかねます。
- 教室は、原則として城西大学キャンパス内で行います。
- キャンパスまでの通学には、なるべく公共交通機関をご利用ください。また、お車で通学を希望される方は、生涯教育センターで通行許可証発行手続きが必要となります。
- 欠席・遅刻の場合、連絡の必要はありません。

【受講修了証書】

- 各講座カリキュラムの80%以上出席された方には、受講修了証書を発行いたします。

講座申し込み方法

会員登録、講座申し込みの際にご記入いただいた情報は、エクステンション・プログラムのために利用され、その他の目的には利用されません。

お申し込み

右の「お申し込み用紙」を、封書またはFAXでお送りください。なお、WEBからもお申し込み可能です。

お支払い

パンフレットと同時に送付された指定の郵便振込用紙に必要事項を記入の上、受講料と入会金(新規会員のみ)をお振込みください。入金の確認をもって受講申込み完了となります。なお、生涯教育センター窓口へ直接お申込みいただいても結構です。その場合は、大学証紙販売機(清光会館1F)で納付合計金額分の大学証紙をご購入の上、お越しく下さい。

会員証等受領

受講料等の入金確認後、会員証または会員番号および受講に関する案内を講座開講日までに発送いたします。前日になっても届かない場合は、生涯教育センターまでお問い合わせください。

講座開講

講座受講の際には、必ず会員証又は郵便振込用紙の払込票兼受領証を持参し指定された教室へお入りください。

会員登録の更新について

会員の有効期間は、4年間となっております。会員登録の継続をご希望の場合は、更新手続きが必要となります。

城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台 1-1 TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981 受付時間: 9:00~17:00 (11:30~12:30を除く)
E-mail. extension@stf.josai.ac.jp ホームページ <https://ssl.smart-academy.net/josai/>

送信面をご確認のうえこの方向で送信してください。

FAX兼封書用 お申し込み用紙

※必ず黒のボールペンまたはサインペンでご記入ください。

記入日	年 月 日	ご新規・会員	会員番号
※以前講座を受講したことのある方は、会員番号をご記入下さい。			
フリガナ		性別	生年月日
氏名		男	年 月 日
		女	
住所	〒 - フリガナ		
	都道府県 マンション 建物名		
電話番号		FAX番号	
携帯番号		<input checked="" type="checkbox"/> 車通学 (お車での通学者はチェックを入れて下さい)	車通学をご希望の場合は、「通行許可申込書」も同封ください。
E-mail			

ご希望の講座

ご希望講座コード	講座名

個人情報の取扱いについて

ご記入いただきました個人情報に関しては「城西大学 生涯教育センター エクステンション・プログラム」に関する事項以外には「城西大学 生涯教育センター」保有者の許諾なしにこれを一切利用または提供せず、第三者への漏洩等のないよう万全の処置をいたします。

ダイレクトメールの送付について

ご記入いただきましたご住所に「城西大学 生涯教育センター エクステンション・プログラム」のサービスに関するダイレクトメールをお送りすることがあります。

FAXは機種によって送信面のセットの仕方が異なります。申し込み用紙を送る時はウラオモテを間違えないよう十分に注意してください。間違えられた場合、お申し込みをお受け出来ませんのでご了承ください。また記入もれの無いようお願いいたします。

切り取り線

FAX(24時間) 049-271-7981

番号はお間違のないようご注意ください。

ご記入いただきました個人情報は、「個人情報の取扱いについて」をご確認、ご同意のうえお申し込みください。

この封書はお客様の個人情報を保護するための申し込み用紙になります。
必要事項をご記入の上、封書にして切手を貼りそのまま郵送ください。

年 月 日

通行許可証申込書

住所		〒	
		TEL (- -)	
氏名		会員番号	
車 両	車両名		
	排気量	CC	
	※登録番号 (ナンバー)		
	申込理由	エクステンション 講座 受講のため	

切り取り線 (この部分から切り離してください)

切り取り線 (この部分から切り離してください)

のりしろ (この部分にのりをつけて貼り合わせてポストへご投函ください)

のりしろ (この部分にのりをつけて貼り合わせてください)

切り取り線 (この部分から切り離してください)

折り目

お手数ですが
切手を
お貼り下さい。

350-0295

受取人
埼玉県坂戸市けやき台 1-1

城西大学 生涯教育センター 行

折り目

切り取り線 (この部分から切り離してください)

※登録番号は漏れなくご記入下さい。

例: 所沢 55 さ 4949

許可証番号

※下記事項を遵守して下さい。

1. 構内では事故及び天災等による車両破損等については、大学は一切責任は負いません。
 2. 構内は、20Km/h以下の徐行運転をして下さい。
 3. 大学の指示された場所に駐車して下さい。
 4. 通行証は、期間終了日に正門(守衛室)に必ず返却して下さい。
- なお、遵守されていない場合は許可証の発行を取り消すことがあります。

お車で通学される方は上記欄にもれなく記入し、
切り離して申し込み用紙と共に郵送いただくか、もしくはFAXでお送り下さい。

FAX 049-271-7981

大学院

経済学研究科	経済政策専攻 修士課程
経営学研究科	ビジネス・イノベーション専攻 修士課程
理学研究科	数学専攻 修士課程 物質科学専攻 修士課程
薬学研究科	薬学専攻 修士課程 博士後期課程 医療薬学専攻 修士課程 医療栄養学専攻 修士課程

学部

現代政策学部	社会経済システム学科
経済学部	経済学科
経営学部	マネジメント総合学科
理学部	数学科 化学科
薬学部	薬学科 薬科学科 医療栄養学科

別科

日本文化専修課程
日本語専修課程

城西短期大学

ビジネス総合学科



城西大学 生涯教育センター

〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台 1-1

TEL.049-271-7795 FAX.049-271-7981

E-mail. extension@stf.josai.ac.jp ホームページ <https://ssl.smart-academy.net/josai/>

受付時間: 9:00~17:00 (11:30~12:30を除く)