令和8年度学都仙台コンソーシアムサテライトキャンパス公開講座・講座仙台学（後期）
開講科目概要

○対面講座

No.	開講日時（すべて土曜日）		講座名◎講師名	概要	費用	定員	会場	実施大学
1	9月5日	13:30～15:00	網代輿（あじろこし）の模型を作った話 “楽しい”だけでは完成しない木工・超応用編 ◎東北生活文化大学 美術学部　准教授 落合　里麻（おちあい　りま）	令和５年３月に開催した国立歴史民俗博物館の展覧会「いにしえが、好き！―近世好古図録の文化誌―」に展示するため、京都の聖護院に現存する網代輿の木部構造模型を制作しました。曲線を複雑に組み合わせた形を正確に作り上げるには、0.1㎜単位で木を加工する技術が必要とされました。鑿や鉋をはじめ、あらゆる木工の道具を駆使し、CADやレーザー加工機も活用、時には道具や型を自作しました。「楽しい」だけでは決して完成しなかった模型制作の実際について話し、ものづくりに必要な技術力や考え方を伝えます。	無料	30名（抽選）	仙台市市民活動サポートセンター６階セミナーホール	東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部
2	9月12日	10:30～12:00	がんばりすぎない健康づくり，続けるための小さな目標 ◎仙台青葉学院大学 リハビリテーション学部　教授 齋藤　佑樹（さいとう　ゆうき）	健康のために何かを始めても、続けることは簡単ではありません。この講座では、目標設定や行動変容に関する知見をもとに、無理なく続けやすい目標の立て方や、毎日の生活に取り入れやすい工夫をわかりやすく紹介します。「続かない自分」を責めるのではなく、続けやすい環境や習慣の整え方を学び，明日から実践できるコツを一緒に考えます。	無料	80名（先着）		仙台青葉学院大学・仙台青葉学院短期大学
3	9月12日	13:30～15:00	こころを元気にするヒント ―今日からできるメンタルヘルス― ◎仙台青葉学院大学 リハビリテーション学部　助教 熊谷　竜太（くまがい　りゅうた）	忙しさやストレスで「なんとなくつらい」と感じる学生や保護者、働いているあなたへ。ウェルビーイング（からだ・こころ・つながり）を手がかりに、心の健康を守るコツを学びます。思考のクセを知り、ストレスを5W1Hで整理し、3つのR（休息・娯楽・リラックス）で整える方法を具体例で紹介。眠れない等のサイン、ひとりで抱え込まない相談の工夫も。今日からできる小さな習慣づくりで、毎日を少し楽にします。	無料	80名（先着）		仙台青葉学院大学・仙台青葉学院短期大学
4	9月19日	10:30～12:00	「心理学とはどのような学問か」について考える ◎東北生活文化大学 家政学部　教授 植松　公威（うえまつ　きみたけ）	本講座の前半では、「見る」、「聞く」とはどのようなことかについて考えます。ここでは「見れども見えず」、「聞けども聞こえず」の失敗をしないための方策を考えていきます。後半では、心理学についてのアンケートを通して問題意識を高め、河合隼雄著「人の心などわかるはずがない」の論文を読みます。講座を通して、心理学に関する大衆的なイメージを見直し、科学としての心理学が目指すべき方向性について考えていきます。	無料	50名（先着）		東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部
5	9月19日	13:30～15:00	【講座仙台学】 宮城学院創立140周年記念・宮城学院はなぜ創設されたのか？ ～時をつなぐ　思いをつなぐ～ ◎宮城学院女子大学 一般教育部教授　MGUジェンダー教育研究センター員 小羽田　誠治（こはだ　せいじ）	今年創立140周年を迎える宮城学院は、1886（明治19）年9月18日に、仙台初の女子中等普通教育機関「宮城女学校」として誕生しました。女子のための中等普通教育、しかもキリスト教主義に基づくものでしたから、あらゆることが初めて尽くしだった宮城女学校は、決して順風満帆な駆け出しではありませんでした。 関係者がどのような思いで、どのような困難を乗り越えて、この学校を創るに至ったのか、その流れを丁寧に紐解いていくことで、当時の仙台社会への理解につなげます。	無料	80名（先着）		宮城学院女子大学
6	9月26日	10:30～12:00	人口からみた東北地域の持続可能性と政策戦略 ◎東北学院大学 経済学部　教授 佐藤　康仁（さとう　やすひと）	東北地域は人口減少と高齢化が全国に先行して進む地域です。本講座では、最新の将来人口推計と人口戦略会議の地方自治体「持続可能性」分析レポートをもとに、東北の人口動向と地域の持続可能性を考えます。とくに若年女性人口の減少と都市への人口流出に注目し、人口減少が地域社会や経済に与える影響を解説します。また、人口減少時代における地域社会と地域経済の持続可能性、そして今後の政策の方向性について考えます。	無料	50名（先着）		東北学院大学
7	9月26日	13:30～15:00	現在と25年前の大学生の謝罪行動 ―デジタルネイティブに見られる価値観シフトについて ◎東北学院大学 文学部　教授 Long Christopher（ろんぐ　くりすとふぁー）	日本語の使用には、集団主義的な価値観が反映されると以前から指摘されている。特に謝罪や感謝のような「発話行為」には、話し手と聞き手との間での関係が大きな影響を与える。しかし、スマートフォンやSNSの普及により、現在の若者に個人主義的な傾向が強まっていると考える研究者もいる。本講座では、2000年の日本人大学生の謝罪行動との比較を通して、デジタルネイティブと言われる現在の日本人大学生の価値観シフトに着目する。	無料	50名（先着）		東北学院大学
8	10月3日	10:30～12:00	健康と東洋医学―家庭でできるマッサージ― ◎仙台赤門短期大学 鍼灸手技療法学科　教授 宮本　俊和（みやもと　としかず）	マッサージやお灸は、昔から民間人のヘルスケアとして用いられてきました。「未病を治す」というように、病気にならないことを念頭にいれた医学でもあります。本講座では東洋医学の健康観についてお話しするとともに、マッサージ・指圧・お灸などについて解説します。家庭でできるマッサージの実技を行いながら話を進めます。	無料	30名（先着）		仙台赤門短期大学
9	10月10日	13:30～15:00	「他人の成功がまぶしいとき―比べる心の心理学」 ◎仙台白百合女子大学 人間学部　心理福祉学科　准教授 結城　裕也（ゆうき　ひろや）	他人の成功がまぶしく感じられるとき。うらやましさの奥に、ほんの少しの安堵や優越感を覚えたことはありませんか。善い人でありたいと思いながら、ときには他人の失敗にホッとしてしまう――そんな自分に戸惑うこともあるかもしれません。私たちはなぜ、人と比べながら心のバランスを取ろうとするのでしょうか。本講座では、その少し言いにくい感情の正体を、社会心理学の視点から楽しくひもときます。	無料	50名（先着）		仙台白百合女子大学
10	10月24日	10:30～12:00	夜更かしの若者、早起きの年配者 ～知っておきたい睡眠のこと～ ◎仙台白百合女子大学 人間学部　健康栄養学科　教授 大久保　剛（おおくぼ　たけし）	若い人は夜型、年齢を重ねると朝型になるなど、睡眠のリズム（クロノタイプ）は年代によって変化することが知られています。しかし、生活環境とのずれにより睡眠不足に悩む人も少なくありません。本講演では、年代ごとの睡眠の特徴を踏まえながら、どのように睡眠時間を確保するかを考えます。さらに、食事と睡眠の関係にも注目し、質の高い睡眠をとるための生活の工夫について分かりやすく解説します。	無料	50名（先着）		仙台白百合女子大学

11	10月24日	13:30～15:00	英国国民作家ディケンズとアメリカ ◎尚絅学院大学 総合人間科学系　人文部門　講師 一瀬　真平（いちのせ　しんぺい）	チャールズ・ディケンズは、英国の「国民作家」として知られています。イギリスで広く親しまれており、紙幣の肖像になったこともあります。しかし実は、ディケンズは、19世紀中葉という早い時代からアメリカでも人気を博していました。本講座では、ディケンズを海外市場を意識した先駆的な作家として紹介しながら、アメリカに進出したことで彼が直面した葛藤について考えていきます。文学が社会や経済とどのように関わるのか。本講座を通して、この問題を考える一つのきっかけになればと思います。	無料	50名 （先着）	仙台市市民活動サポートセンター6階セミナーホール	尚絅学院大学
12	10月31日	10:30～12:00	【講座仙台学】 仙台藩の特異性について～地方知行制と貫文制～ ◎東北文化学園大学 地域連携センター　特任教授 渡邊　洋一（わたなべ　よういち）	近世の徳川政権下において、親徳川派大名の筆頭（全体では前田、島津に次いで三位）であった仙台伊達家の統治形態は、他藩のそれとは異なった統治方法が執られました。その特異性について私論を展開します。	無料	80名 （先着）		東北文化学園大学
13	10月31日	13:30～15:00	国家は破綻する？ 財政学講座 ◎尚絅学院大学 総合人間科学系　社会部門　教授 横井　渉央（よこい たかひさ）	日本の政府の借金(公的債務)は30年間以上増え続けています。現在の高市政権も積極財政を公約としており、大きく減ることはないと予想されます。公的債務が問題となるかについては、いくつかの立場があります。立場(1) 自国内からの借金で、大きなインフレーションを起こさない限り、特に問題はない。立場(2) 財政破綻などの問題を引き起こす可能性があり、避けるべきである。この講座では、経済学の知識のない方が、これらの議論の概略をつかむことを目的にしています。	無料	50名 （先着）		尚絅学院大学
14	11月7日	13:30～15:00	住まいと健康 ◎宮城学院女子大学 生活科学部　生活文化デザイン学科　教授 長谷川　麻子（はせがわ あさこ）	ふだんの生活ではほとんどの時間を室内で過ごしていますが、あなたの家の中は暑かったり寒かったりしませんか？空気はきれいですか？夏の暑さや冬の寒さをしのぎ、風邪をひくことが減るような、健康に暮らすコツをお教えします。	無料	40名 （先着）		宮城学院女子大学
15	11月14日	10:30～12:00	超高齢社会が抱える『食べる問題』を考える ～その“粗食でいい”は本当に大丈夫？シニアこそ、 しっかり食べて元気に！～ ◎東北生活文化大学 家政学部　准教授 髙橋　文（たかはし　あや）	歳を重ねると、「体にやさしいあっさりした食事がよい」「粗食が健康につながる」といったイメージを持たれがちです。しかし、そのような思い込みの裏には、“栄養不足”という大きな落とし穴が潜んでいます。 そこで今回は、『シニアこそ、しっかり食べて元気に！』を意識した、上手な栄養素のとり方や調理のポイント、さらに市販食品を上手に活用した簡単・時短の「貯筋食」など、毎日の食生活に取り入れやすい内容を、楽しく分かりやすくご紹介します。	無料	50名 （先着）		東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部
16	11月14日	13:30～15:00	音楽が問いかけるもの ― 哲学者とめぐるヨーロッパの思想 ◎東北学院大学 教養教育センター　助教 志田　絵里子（しだ　えりこ）	プラトンからルソー、カント、ヘーゲル、ニーチェを経てアドルノまで、哲学者たちが音楽をどのように考えていたのかについて見ていきます。彼らの言葉を手がかりに、音楽を普段とは異なる視点から考えてみましょう。思想の背景に触れつつ、フランス・イタリア・ドイツの音楽の特徴や美意識の違いも比較します。実際に音楽を聴きながら、音の体験と哲学的なまなざしを結びつける時間をめざします。	無料	50名 （先着）		東北学院大学
17	11月21日	10:30～12:00	「聴いて、任せる」コミュニケーションを学びましょう ～スポーツ界に学ぶ新しい関わり方～ ◎聖和学園短期大学 准教授 高間　章（たかま　あきら）	「指示通りに動く」から「自ら考えて行動する」へ。本講座では、近年のスポーツ界で注目されるボトムアップ型のコミュニケーションを体験します。従来のトップダウン方式から脱却し、相手の主体性を引き出すための4つのアプローチ「提案・質問・委譲・傾聴」を分かりやすく解説。スポーツの現場はもちろん、あらゆる人間関係の構築や人材育成に役立つ「新しい関わり方」のヒントを、ワークを通して楽しく学んでいきましょう。	無料	50名 （先着）		聖和学園短期大学
18	11月28日	10:30～12:00	認知症の“困った”の見方を少し変えてみる ◎仙台青葉学院大学 リハビリテーション学部　講師 戸田　祐子（とだ　ゆうこ）	認知症になると、同じことを何度も聞いたり、物が無くなったと言ったりするなど、周囲が戸惑う行動がみられたりします。しかし、その行動の背景には、本人が何かに困っていることがあるかもしれません。この講座では認知症で起きていることをわかりやすく説明するとともに、行動の背景を理解する視点や、本人と家族が少し安心して暮らすための関わり方、地域の支援について紹介します。	無料	50名 （先着）		仙台青葉学院大学・仙台青葉学院短期大学
19	11月28日	13:30～15:00	「今からでも間に合うアンチエイジング栄養学 ― 美と健康のサイエンス」 ◎仙台白百合女子大学 人間学部　健康栄養学科　教授 相澤　恵美子（あいざわ　えみこ）	「最近、疲れやすくなった」「昔より老けた気がする」――そんな変化を感じていませんか？実は、若々しさや健康は毎日の食べ方と深く関係しています。本講座では、腸内環境や抗酸化、食物繊維など最新の栄養学の知見をもとに、体の内側から健康と若々しさを保つ食生活のポイントをわかりやすく紹介します。今からでも始められる食事の工夫を一緒に学びましょう。	無料	50名 （先着）		仙台白百合女子大学
20	12月5日	10:30～12:00	フットケア　はじめの一歩～観察のポイントとケア ◎仙台赤門短期大学 看護学科　教授 平尾　由美子（ひらお　ゆみこ）	「足」は私たちを色々な場所に連れて行ってくれる大事な存在です。それにも関わらず、私たちは毎日自分の足を労わったり、丁寧に洗ったり、爪のケアをしているでしょうか。足は体の一番遠くにあるからか、どうも関心が低いように思います。「健脚」という言葉はよく耳にしますが、健康な足が土台となりはじめて「健脚」が実現するのです。今回は、そんな大切な足を守るために、日ごろ何に注意したらよいのか、観察ポイントやケア方法をご紹介します。	無料	50名 （先着）		仙台赤門短期大学
21	12月5日	13:30～15:00	試験に受かるための心理学 ◎宮城学院女子大学 学芸学部　心理行動科学科 教授　　友野　隆成（ともの　たかなり） 教授　　瀧澤　純　（たきざわ　じゅん） 准教授　宮下　達哉（みやした　たつや）	この講座では、異なる専門をもつ2人の心理学者が、認知心理学、パーソナリティ・健康心理学、感性心理学というそれぞれの専門の立場から、人生の中で何度も直面する「試験」にフォーカスを当ててお話しします。試験勉強に役立つコツや、試験本番で実力を発揮するための工夫などについて、心理学の知見に基づいてお話しします！試験に焦点を当ててはいますが、音楽やスポーツの練習・発表にも関わる話でもありますので、幅広く関心をお持ちの方にご参加いただけると思います。	無料	50名 （先着）		宮城学院女子大学

○オンライン講座

No.	開講日時（すべて土曜日）		講座名◎講師名	概要	費用	定員	会場	実施大学
22	11月21日	13:30～15:00	木質バイオマス燃焼灰の資源利用 ーエネルギー利用後に残る灰を地域資源として活かす ◎東北工業大学 環境応用化学課程　准教授 佐野 哲也（さの てつや）	木質バイオマスの利用後に生じる燃焼灰に注目し、その成分や性質を紹介します。 肥料資源の国際依存や地域資源循環の視点と結びつけながら、燃焼灰を農業資材として利用する可能性を研究事例を交えて考えます。	無料	50名 （先着）	オンライン（リアルタイム・zoom）	東北工業大学

講座No.	各講座の実施機関	お申し込み・お問い合わせ
1 4 15	東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部	◆申込方法 電話またはEメールに講座名、氏名、住所、電話番号を記入して開催日の1週間前までに東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部 企画課までお申し込みください。 ◆申込先 東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部　企画課 住所：〒981-8585　仙台市泉区虹の丘1-18-2 TEL：022-346-1207 E-mail：kikaku@mishima.ac.jp ※抽選対象の講座（9月5日開催）につきましては、8月21日（金）までにお申し込みください。
2 3 18	仙台青葉学院大学・仙台青葉学院短期大学	◆申込方法 FAXまたはEメールに、講座名・氏名・住所・電話番号を記入して、開催日の１週間前までにお申し込みください。 ◆申込先 仙台青葉学院大学・仙台青葉学院短期大学　公開講座担当 住所：〒984-0022　仙台市若林区五橋3-5-75 TEL：022-393-6453 FAX：022-215-0940 E-mail：gakuto_seiyo@seiyogakuin.ac.jp
5 14 21	宮城学院女子大学	◆申込方法 EメールまたはFAXに講座名、氏名、住所、電話(FAX)番号を記入して、開催日の1週間前までに宮城学院女子大学教務課へお申し込みください。 ◆申込先 宮城学院女子大学　教務課 住所：〒981-8557　宮城県仙台市青葉区桜ヶ丘9-1-1 TEL：022-279-4703 FAX：022-279-4746 E-mail：kyomu@mgu.ac.jp
6 7 16	東北学院大学	◆申込方法 E-mailにて講座名・氏名・電話番号を記入いただき、開催日の1週間前までに申込先までご連絡ください。 件名に「公開講座申し込み」と明記するようお願いいたします。 ◆申込先 東北学院大学　研究支援課 住所：〒981-8511　仙台市青葉区土樋1-3-1 TEL：022-264-6401 E-mail：k-soken@mail.tohoku-gakuin.ac.jp
8 20	仙台赤門短期大学	◆申込方法 FAXまたはEメールに講座名、氏名、住所、電話番号を記入して開催日の1週間前までに仙台赤門短期大学公開講座担当へお申し込みください。 ◆申込先 仙台赤門短期大学　公開講座担当 住所：〒980-0845　仙台市青葉区荒巻字青葉6－41 TEL：022-395-7750 FAX：022-302-5531 E-mail：tandai@sendai-akamon.ac.jp
9 10 19	仙台白百合女子大学	◆申込方法 はがき、FAXまたはEメールに講座名、氏名、住所、電話番号を記入して開催日の1週間前までに仙台白百合女子大学 ステラマリスセンター（公開講座担当）　へお申し込みください。 ◆申込先 仙台白百合女子大学　ステラマリスセンター 住所：〒981-3107　仙台市泉区本田町6番1号 TEL：022-372-3254 FAX：022-375-4343 E-mail：event@sendai-shirayuri.ac.jp
11 13	尚絅学院大学	◆申込方法 EメールまたはFAXに講座名、氏名、年代、住所、電話番号を記入して開催日の1週間前までに尚絅学院大学 長町サテライトプラザへお申し込みください。 ◆申込先 尚絅学院大学　長町サテライトプラザ 住所：〒982-0011　仙台市太白区長町５丁目3-1（たいはっくるイオプラザ1階） TEL：022-302-6145 FAX：022-302-6155 E-mail：kouza@shokei.ac.jp
12	東北文化学園大学	◆申込方法 FAXまたはEメールに受講希望講座名、氏名、住所、電話番号を明記の上、開催日の1週間前までに、東北文化学園大学地域連携センターまでお申込みください。 ◆申込先 東北文化学園大学　地域連携センター 住所：〒981-8551 仙台市青葉区国見6丁目45-1 TEL：022-233-3451 FAX：022-233-6298 E-mail：liaison@office.tbgu.ac.jp
17	聖和学園短期大学	◆申込方法 FAXまたはEメールに講座名、氏名、住所、電話番号を記入して開催日の1週間前までに聖和学園短期大学公開講座担当へお申し込みください。 ◆申込先 聖和学園短期大学　公開講座担当 住所：〒981-3213　仙台市泉区南中山5-5-2 TEL：022-376-3151 FAX：022-376-3155 E-mail：koukai.kouza@seiwa.ac.jp
22	東北工業大学	◆申込方法 FAXまたはEメールに①氏名 ②電話番号 ③ご所属（会社名/学校名） ④お住まい ⑤年代 ⑥講座名 ⑦E-mailアドレスを記入の上、開催日の2日前までに東北工業大学地域未来学担当へお申込みください。 ◆申込先 東北工業大学　地域未来学担当 住所：〒980-0021　宮城県仙台市青葉区中央４丁目４－１９ アーバンネット仙台中央ビル5F TEL：022-266-5222 FAX：022-266-5226 E-mail：rc-mirai@tohtech.ac.jp