

番号	日付	時間	演題	会場	人数	対象者
25	11/24(金)	10:00~11:30	おもちゃの世界	9 7号館1階 保育演習室2	親子10組 20名程度	5歳までの お子さんと 保護者の方
講座内容	乳幼児期のおもちゃと子どもの育ち。 保育教材の販売や札幌市内にあるおもちゃ屋さん「ろばのこ」を運営する藤田代表にお越しいただき、実際におもちゃに触れながら、おもちゃの魅力や、こどもの育ちについてお話しをします。			講座担当者	こども発達学科准教授 渡邊 堯宏 札幌第一こどものとも社 代表 藤田 進	
26	11/25(土)	10:00~12:30	目指せ100歳ライフ！脳トレクッキング ～実践編～	8 1号館1階 Cooking Lab.	15	65歳以上 講義編・実践編の 両日参加可能な方
講座内容	作業工程を考えながら作る料理は、脳のトレーニングになるとともに、健康維持に大切です。100歳ライフを目指して、おいしく楽しくみんなで食べる時間を過ごしませんか？ 参加費：1人500円。持ち物として、エプロン、三角巾、おいしいものを楽しめる胃袋を持参してください。			講座担当者	健康栄養学科准教授 山森 栄美	
27	11/29(水)	10:30~11:30	暮らしの保健室② メタボリックシンドローム予防・栄養相談・健康相談	2 鶴岡記念講堂 多目的室	20	一般
講座内容	前半では、健康を維持・増進させるためのメタボリックシンドロームとその予防について講話します。後半では、栄養相談・健康相談による血圧チェックなど、日々の生活のなかでのご自身やご家族の健康や持病のことなどについて一緒に考えて解決していきましょう。			講座担当者	看護学科教授 鹿内 あずさ 健康栄養学科准教授 小塚 美由記 看護学科講師 小橋 拓真 他	
28	12/1(金)	18:00~19:30	アスリートの栄養と食生活 ～ドーピングとサプリメント利用の課題～	2 鶴岡記念講堂 多目的室	50	一般
講座内容	「スポーツと栄養」の基本事項をまとめながら、アスリートの食事バランスとサプリメント利用の課題およびドーピング予防について概説します。			講座担当者	作業療法学科教授 佐美 靖	
29	12/5(火)	13:00~14:30	明治の青春6 兎追いし彼の山…学校行事としての兎狩り —旧制中学校「学友会雑誌」に見る青春群像—	2 鶴岡記念講堂 多目的室	30	郷土史に 興味のある方
講座内容	シリーズ6回目の今回は、旧制中学校伝説の行事、「兎狩り」を深掘りします。現代ではあり得ない学校行事の実態とは？どうぞお楽しみに。			講座担当者	国際教養学科准教授 矢部 玲子	

各講座のお申込方法はコチラ

①、② のいずれかでお申し込みいただけます。※各講座定員になり次第受付終了となります。



Googleフォームからの申込

右の二次元コードを読み取って、  
入力フォームに必要事項をご記入の上、お申込ください。

Google  
フォーム



お電話での申込

TEL:0123-34-0059  
北海道文教大学企画調整部  
公開講座担当係

