浦和大学 公開講座 2026
2026年度さいたま市委託事業

人を支える力を育む
浦和大学

目が覚める4講座

10.31 SAT
01 健康な睡眠を考える
豊田由貴夫／福田一彦

11.21 SAT
02 「健康長寿」実現のための生活のヒント
片山昭義

12.5 SAT
03 バロックの輝き
ダンスと古楽器が奏でる時代の響き
金井玲子／浜中康子／杉本真弓

12.19 SAT
04 芸術と「美しき虚構」
船木美佳／池内晶子

眠りや健康、音楽、芸術。身近なテーマも、少し視点を変えてみると、これまでとは違った姿が見えてきます。今回の公開講座では、睡眠研究や健康長寿のための実践、バロック音楽とダンス、日本近代史における芸術表現まで、4つのテーマをそれぞれの専門家がわかりやすく紹介します。知ることで、いつもの暮らしや世界の見え方が少し変わる。そんな「目が覚める」時間を、浦和大学で過ごしてみませんか。

【参加費】無料【定員】80名（11月21日のみ30名）※申込多数の場合は抽選【対象】さいたま市在住または在勤で18歳以上（学生を除く）の方

浦和大学　教務課 | ☎ 048-878-3742 | ✉ kyoumu@urawa.ac.jp | 〒336-0974 埼玉県さいたま市緑区大崎 3551

浦和大学 公開講座 2026

毎日の生活を、ちょっと変える公開講座です。

睡眠、健康、音楽、芸術という４つのテーマから、日常をあらためて見つめる公開講座です。いつもの暮らしも、少し視点を変えると見え方が変わります。

人を支える力を育む

浦和大学

01 健康な睡眠を考える

10.31 SAT
13:00-16:00

私たちの健康に深く関わる「睡眠」。近年、大きく進展している睡眠研究の最新の知見をもとに、眠りのしくみや健康との関係を考えます。毎日の睡眠をあらためて見直すきっかけとなる講座です。

講師

豊田由貴夫
浦和大学 社会学部教授

福田一彦
江戸川大学 名誉教授

02 「健康長寿」実現のための生活のヒント

11.21 SAT
13:00-16:00

認知症や転倒など、生活上のリスクを回避するための考え方を学びます。さらに、健康づくりに役立つウォーキングプログラムを実際に体験。身体を動かしながら、今日から取り入れられる健康習慣を見つけてみませんか。

講師

片山昭義
浦和大学 社会学部教授

03 バロックの輝き

ダンスと古楽器が奏でる時代の響き

12.5 SAT
13:00-16:00

絶対王政の時代と深く結びついたバロック文化。ヴァイオリン、チェンバロなどの古楽器の実演とダンスを通して体験します。音楽と身体表現から、当時の雰囲気や響きにふれてみましょう。

講師

金井玲子
浦和大学 こども学部教授

浜中康子
東京バロックダンス研究会主宰

杉本真弓
読売日本交響楽団

04 芸術と「美しき虚構」

12.19 SAT
13:00-16:00

日本近代史の中で、芸術表現はプロパガンダとしても活用されてきました。なぜ芸術は、人の感情や身体を引きつける力をもつのでしょうか。「美しさ」と「虚構」の関係を手がかりに、美術家の視点からその力を考えます。

講師

船木美佳
浦和大学 こども学部教授

池内晶子
浦和大学 非常勤講師

募集・開催概要 参加費無料・申込多数の場合は抽選

回	定員	開催日	申込期間
第1回	80名	10月31日(土)	10月1日(木)~10月16日(金)
第2回	30名	11月21日(土)	10月23日(金)~11月6日(金)
第3回	80名	12月5日(土)	11月6日(金)~11月20日(金)
第4回	80名	12月19日(土)	11月20日(金)~12月4日(金)

対象：さいたま市在住または在勤で18歳以上（学生を除く）の方
会場：浦和大学　〒336-0974 埼玉県さいたま市緑区大崎3551
お問い合わせ:浦和大学 教務課 ☎048-878-3742 ✉ kyoumu@urawa.ac.jp

お申し込みはこちら

公開講座26

無料スクールバス

東川口駅から約12分
浦和美園駅から約5分

路線バス（有料）

浦和駅から国際興業バスで約18分