

令和3年度 大学コンソーシアムさいたま加盟大学の公開講座(リレー講座「心と体の健康」)

大学	日時	行事名	内容	費用	会場	対象・定員	申込方法	申込期限	問合せ先	HPのURL
埼玉県立大学	5月29日 (土曜日) 13時00分から 14時30分まで	健康のために取り組む生活習慣病の対策	人生100年、健康寿命の延伸。年をとっても健康な日々を過ごしたい。健康を維持するための、生活習慣病の実際と対策について説明します。また、普段の生活の中で取り組むことができる具体的な運動方法についても紹介します。是非、いきいき元気に健康に過ごせるヒントを掴んでみませんか。	1,000円	オンライン講座	60歳以上の方 40名	【抽選】 応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	5月16日 (日曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp
埼玉県立大学	6月22日 (火曜日) 10時00分から 11時30分まで	高齢者の身体と理学療法	加齢とともに生じる身体の変化と、変化に合わせた適切な運動方法などについて、実際に運動をして体験します。具体的には、身体の中でも加齢変化を受けやすい脊柱と足部について、脊柱には自宅でする簡単な運動を、足部には適切な靴の選び方についての簡単なチェックポイントをお教えします。	1,000円	オンライン講座	60歳以上の方 30名	【抽選】 応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	6月7日 (月曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp
人間総合科学大学	7月3日 (土曜日) 14時00分から 15時00分まで	第44回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	ストレスと免疫とおなか ～変異した新型コロナウイルスと免疫のしくみとともに～	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】 ①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	7月2日 (金曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokube_tsu.html
芝浦工業大学	7月3日 (土曜日) 10時00分から 11時00分まで	新型コロナウイルス感染症と治療薬開発の現状	新型コロナウイルス感染症に対する治療薬の開発についてお話しします。	1,500円	オンライン講座	一般 (高校生以上) 100名	【先着順】 ホームページ(https://extension-programs.shibaura-it.ac.jp/)よりお申込みください。	6月13日 (日曜日)まで	芝浦工業大学 〒135-8548 東京都江東区豊洲3-7-5 TEL: 03-5859-7120 FAX: 03-5859-7121 shougai@ow.shibaura-it.ac.jp	https://extensionprograms.shibaura-it.ac.jp/
埼玉県立大学	7月4日 (日曜日) 13時30分から 16時30分まで	損なわれた関係を正し修復するRJ対話 体験会	修復的対話という対話をご存知ですか？英語でRestorative Justice Dialogueといい、RJ対話と略します。「お互いを尊重して、損なわれた関係を修復するための対話」を体験します。RJ対話は、学校でのいじめ予防などで注目されていますが、介護にかかわる専門職やご家族の方々にも高齢者や大切なひととの関係を振り返り、損なわれた関係を修復する糸口になります。あなたもこのRJ対話を体験してみませんか？ ※3回同じ内容で開催	1,000円	オンライン講座	— 20名	【抽選】 応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	6月20日 (日曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp

大学	日時	行事名	内容	費用	会場	対象・定員	申込方法	申込期限	問合せ先	HPのURL
人間総合科学大学	8月7日 (土曜日) 10時00分から 11時00分まで	第45回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	セルフ・ケアに活かす自律訓練法	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	8月6日 (金曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokubetsu.html
国際学院埼玉短期大学	8月21日から9月18日(各土曜日) 10時00分から 11時00分まで	健康維持・増進のためのエアロビクスエクササイズ(オンライン)	新型コロナウイルス感染状況に鑑み、オンライン開催といたします。エクササイズによる健康効果を学び、実践で無理なく楽しく段階的に運動を継続できる身体づくりを目指します。	1,500円(全5回分)	オンライン講座	18歳以上の方 20名	【先着順】 往復はがき又はEメールにより、行事名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記してお申込みください。 ※結果は全員に連絡します。	8月6日 (金曜日)まで	国際学院埼玉短期大学公開講座担当 〒330-8548 さいたま市大宮区吉敷町2-5 TEL: 048-641-7468 FAX: 048-641-7432 tiikirenkei@kgef.ac.jp	https://sc.kgef.ac.jp/
人間総合科学大学	9月5日 (日曜日) 14時00分から 15時00分まで	第46回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	心や健康に関する近年のAIについて	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	9月4日 (土曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokubetsu.html
埼玉県立大学	9月20日 (月曜日) 13時30分から 16時30分まで	損なわれた関係を正し修復するRJ対話 体験会	修復的対話という対話をご存知ですか？英語でRestorative Justice Dialogueといい、RJ対話と略します。「お互いを尊重して、損なわれた関係を修復するための対話」を体験します。RJ対話は、学校でのいじめ予防などで注目されていますが、介護にかかわる専門職やご家族の方々にも高齢者や大切なひととの関係を振り返り、損なわれた関係を修復する糸口になります。あなたもこのRJ対話を体験してみませんか？ ※3回同じ内容で開催	1,000円	オンライン講座	— 20名	【抽選】 応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	9月5日 (日曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp
埼玉県立大学	10月9日 (土曜日) 10時00分から 12時00分まで	市販薬と健康食品の正しい知識を学ぶ(市販薬・健康食品の知識)	薬局・ドラッグストアで薬や健康食品が種類が多すぎて何を選んだらよいか困ってしまうことはありませんか？市販薬、健康食品の種類や作用、飲み合わせ等、正しい知識を学ぶことで、健康で安心した日々を過ごしませんか。	1,000円	オンライン講座	— 40名	【先着順】 応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	9月26日 (日曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp

大学	日時	行事名	内容	費用	会場	対象・定員	申込方法	申込期限	問合せ先	HPのURL
人間総合科学大学	10月10日 (日曜日) 14時00分から 15時00分まで	第47回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	どうぶつと暮らす	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	10月9日 (土曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokube_tsu.html
人間総合科学大学	11月3日 (水曜日) 14時00分から 15時00分まで	第47回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	腰痛の原因とその治療や予防について	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	11月1日 (月曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokube_tsu.html
埼玉県立大学	11月13日 (土曜日) 10時00分から 12時00分まで	市販薬と健康食品の正しい知識を学ぶ (市販薬(風邪薬類)、健康食品(ビタミン類))	薬局・ドラッグストアで薬や健康食品が種類が多すぎて何をしたらよいか困ってしまうことはありませんか？市販薬、健康食品の種類や作用、飲み合わせ等、正しい知識を学ぶことで、健康で安心した日々を過ごしませんか。	1,000円	オンライン講座	— 40名	【抽選】応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	10月31日 (日曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp
埼玉県立大学	11月23日 (火曜日) 13時30分から 16時30分まで	損なわれた関係を正し修復するRJ対話 体験会	修復的対話という対話をご存知ですか？英語でRestorative Justice Dialogueといい、RJ対話と略します。「お互いを尊重して、損なわれた関係を修復するための対話」を体験します。RJ対話は、学校でのいじめ予防などで注目されていますが、介護にかかわる専門職やご家族の方々にも高齢者や大切なひととの関係を振り返り、損なわれた関係を修復する糸口になります。あなたもこのRJ対話を体験してみませんか？ ※3回同じ内容で開催	1,000円	オンライン講座	— 20名	【抽選】応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	11月8日 (月曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp
人間総合科学大学	11月27日 (土曜日) 14時00分から 15時00分まで	第48回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	食の継承にひそむこころ	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	11月25日 (木曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokube_tsu.html

大学	日時	行事名	内容	費用	会場	対象・定員	申込方法	申込期限	問合せ先	HPのURL
埼玉県立大学	12月11日 (土曜日) 10時00分から 12時00分まで	市販薬と健康食品の正しい知識を学ぶ (市販薬(漢方薬類)、健康食品(医薬品との相互作用))	薬局・ドラッグストアで薬や健康食品が種類が多すぎて何を選んだらよいか困ってしまうことはありませんか？市販薬、健康食品の種類や作用、飲み合わせ等、正しい知識を学ぶことで、健康で安心した日々を過ごしませんか。	1,000円	オンライン講座	— 40名	【先着順】 応募フォームよりお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	11月28日 (日曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp
人間総合科学大学	12月18日 (土曜日) 14時00分から 15時00分まで	第50回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	「さい帯血」について学ぼう	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】 ①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	12月16日 (木曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s/hogaitokube.tsu.html
人間総合科学大学	1月15日 (土曜日) 14時00分から 15時00分まで	第51回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	電気刺激と筋力トレーニング	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】 ①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	1月14日 (金曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s/hogaitokube.tsu.html
人間総合科学大学	2月13日 (日曜日) 14時00分から 15時00分まで	第52回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	心も体も楽しむ	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】 ①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	2月11日 (金曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s/hogaitokube.tsu.html
埼玉県立大学	3月10日 (木曜日) 10時00分から 11時30分まで	膝と痛みと運動	高齢者に多い変形性膝関節症由来の膝の痛みに対する対処法などを説明し、実際に運動をして体験してもらいます。元気で動き続けるための体力づくりのポイント、日ごろの運動、心がけなどを説明したいと思います。	1,000円	埼玉県立大学	65歳以上 24名	【抽選】 応募フォーム、往復はがき、ファックス又はEメールにより、行事名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記してお申込みください。※結果は応募者全員に通知します。	2月23日 (水曜日)まで	埼玉県立大学 〒343-8540 越谷市三野宮820番地 TEL: 048-973-4114 FAX: 048-973-4807 edec@spu.ac.jp	https://www.spu.ac.jp

大学	日時	行事名	内容	費用	会場	対象・定員	申込方法	申込期限	問合せ先	HPのURL
人間総合科学大学	3月12日 (土曜日) 14時00分から 15時00分まで	第53回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	リハビリテーション昔今	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	3月10日 (木曜日)まで	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokubetsu.html
人間総合科学大学	2022/4/xx 時間未定	第54回人間総合科学大学 生涯学習公開講座	未定	無料	オンライン講座	— 300名	【先着順】①申込フォーム(本学ホームページ“大学からのお知らせ”より) ②メールにて	2022/4/xx	人間総合科学大学蓮田キャンパス 〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込1288 TEL: 048-749-6111 FAX: records@human.ac.jp	https://www.human.ac.jp/shogai/s_hogaitokubetsu.html