

講
受
料
無
料

淑徳大学・文京学院大学 公開講座2025



2025年

日時

10月4日(土)
13:30-16:00

会場

淑徳大学
埼玉キャンパス

自分らしく生きる

ユニバーサルデザインにふれてみよう

こころと
からだ
が喜ぶこと

講座1



講師
野瀬英豪

淑徳大学
柔道部監督

転倒予防&健康体操(柔道) ～受け身のススメ～

講座2



講師
登丸あすか

文京学院大学
人間学部
コミュニケーション社会学科准教授

メディア・ ユニバーサルデザイン

お申込みはQRコード、FAXまたはEメールにて
①～⑦を明記の上、淑徳大学までお申し込みく
ださい。

- ①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな)
④年齢 ⑤メールアドレス ⑥電話番号
⑦FAX番号

※お電話でのお申し込みはできませんので、ご注意ください。
上記いずれかの方法でお申し込みください。

※連絡用メールアドレス(メールアドレスをお持ちでない方はFAX)を必ずご記入ください。

申込〆切: 9/19(金)

先着30名様まで



お問合せ

淑徳大学「共催公開講座」係

〒354-8510 埼玉県入間郡三芳町藤久保1150-1 ☎049-274-1511 Fax049-274-1521

E-mail:kouza@u.shukutoku.ac.jp

*今年度は淑徳大学の受付となりますので、ご注意ください

ご 挨 拶

淑徳大学・文京学院大学による共催公開講座が、開始され早20年以上が経過することになりました。地域の方々に支えられながら公開講座を継続できたことに対しまして、改めてお礼を申し上げます。

2025年度の共催公開講座は、昨年度に引き続き「自分らしく生きる」をテーマに講義および体験学習を開講します。転倒予防・健康体操の体験の学びそしてメディアにおけるユニバーサルデザインの手法の学びが、年齢に関係なくお一人お一人の「自分らしく生きる」ことに貢献できれば幸いです。

講 座 1

テーマ 転倒予防&健康体操(柔道)
～受け身のススメ～

淑徳大学では、柔道の動作を取り入れた転倒予防・健康体操を実施いたします。本プログラムは、畳の上で柔道の動きを活かした運動や、受身の特性を活かした動きを取り入れたエクササイズを行うことで、体を動かすことの楽しさや心地よさを伝えるとともに、日常生活における転倒予防、体力維持を目指します。さらに柔道の受け身の応用により、怪我をしない転び方を身に付け、万が一転倒してしまった場合でも、重大な怪我を防ぐことにつながります。

運動習慣を身に付け、転びにくいからだを作りましょう！

講 師 紹 介

【淑徳大学 野瀬英豪】

2010年より、淑徳大学柔道部監督に就任。パリ五輪では全日本女子柔道ジュニアヘッドを兼務する。また東京五輪でも、三芳町にオランダ女柔道チームの招致活動に参加し、現在もふるさと大使を務めている。

講 座 2

テーマ
メディア・ユニバーサルデザイン

メディア・ユニバーサルデザインとは、年齢や国籍、身体的状況に関わらず、あらゆる人に「読みやすい・見やすい・使いやすい」デザインを工夫する手法です。私たちは文字だけでなく、画像や映像などさまざまなメディアから情報を得ています。そのような現在のメディア社会において必要な手法と言えるでしょう。本講座ではユニバーサルデザインの手法を紹介し、さらに、高齢者が楽しめる映画やテレビなどの映像メディアに登場する高齢者像の分析を紹介します。

講 師 紹 介

【文京学院大学 登丸あすか】

2010年より文京学院大学人間学部でメディア・リテラシーなどメディア関連の授業を担当。子ども、高齢者などをテーマとした映像分析を行っている。

【当日の服装について】

・畳の上での軽い運動をします。動きやすい服装でお越しください。

【健康状態確認のお願い】

・当日体調不良の方は参加をお控えください。

【天候不良等による開催中止のご連絡について】

・やむを得ず、開催中止となった場合は、開催日の数日前に淑徳大学ホームページにてお知らせいたします。