

令和2年度 第1期

# えるのす連続講座

## ～女性大学～

社会とつながり、心豊かに

| 月日                        | 演題                                    | 内容  | 講師  |
|---------------------------|---------------------------------------|---|---|
| 5/26(火)                   | 質の良い眠りとは<br>～睡眠のウソ・ホント～               | 睡眠が十分にとれないと心とからだの健康にさまざまな影響を及ぼします。今回の講義では睡眠に関わるからだの仕組みと健康との関わりについてお話しします。                             | 北海道大学大学院<br>教育学研究院 准教授<br>山仲 勇二郎                |
| 6/2(火)                    | 日々の備えと暮らし方                            | 日常生活の延長から始める災害への備えについて、現在、日本がおかれている状況や災害対策基本法などの法律、また、これまでの被害の実態をふまえて講話する。                            | 北海道教育大学<br>札幌校 教授<br>佐々木 貴子                     |
| 6/9(火)                    | LGBTについて学ぼう!<br>～人権の視点から多様な性のあり方を考える～ | 性的マイノリティ(LGBT)の問題が最近注目を集めています。そもそもLGBTとはどういう人たちののか、LGBTの人たちを含むみんなが生きやすい社会を実現するために何をすべきか、分かりやすくお話しします。 | 弁護士<br>加藤 文晴                                    |
| 6/16(火)                   | 今日から始める!<br>アンガーマネジメント                | アンガーマネジメントは、怒りの感情と上手につき合うための心理教育です。誰でもできる基本テクニックを身につけ、「怒りに振り回されない自分づくり」を一緒に始めましょう。                    | officeイトス 代表<br>アンガーマネジメント<br>コンサルタント<br>岡本 真なみ |
| 6/23(火)は男女共同参画週間講演会を行います。 |                                       |   |   |
| 6/30(火)                   | 異文化の壁を超える<br>ホスピタリティ                  | 近年、外国人観光客が急増しています。また今年は札幌でオリンピック競技が行われます。地域のファンになってもらうために外国の方へのホスピタリティを考えます。                          | オフィスAZM<br>代表<br>濱野 まさひろ                        |
| 7/7(火)                    | 智慧のおしえ 仏教                             | 仏教を開いたお釈迦さまは、人々が苦しみを癒やすように智慧を磨いていくことを勧めました。生き物すべてがかかわる智慧。現代の私たちにも役立つのではないのでしょうか。                      | 札幌大谷大学<br>教授<br>石飛 道子                           |
| 7/14(火)                   | くすりを<br>知る・使う・考える                     | 「飲み忘れたら、どうすればいい?」、「お酒と薬と一緒に飲まないほうがいい?」などの薬に関する悩みを解決するため、自分が飲んでいる薬について知り、上手に使う方法を一緒に考えてみませんか。          | 北海道科学大学薬学部<br>薬学科 教授<br>山下 美妃                   |
| 7/21(火)                   | 音と宇宙花火で<br>調べる宇宙                      | 音はどこまで届くのでしょうか?宇宙花火って何?講演では地震・津波で発生した音が宇宙まで届く話や宇宙花火を使って宇宙を調べる方法などを講演し、最先端の宇宙研究に触れてもらいます。              | 北海道情報大学<br>情報メディア学部<br>情報メディア学科 准教授<br>柿並 義宏    |
| 7/28(火)                   | 『源氏物語』と読者                             | 『源氏物語』の魅力は、読む人の鏡となることです。千年以上にわたって、人々から愛され続けている『源氏物語』の魅力や、登場人物や、文章表現など、さまざまな側面からお伝えします。                | 北海学園大学人文学部<br>日本文学学科 講師<br>関本 真乃                |
| 8/4(火)                    | 現在(いま)を知る                             | 政治、経済、社会、生活、文化、国際報道など、世の中の動きや出来事を読み解き、考えます。   | 北海道新聞社論説委員室                                     |

主催 公益財団法人 北海道女性協会

後援 北海道・札幌市・公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会

## 開催時間

10:00～12:00 ※5月26日(火)は9:50開始(開講式)となります。

## 会場

札幌市中央区北2条西7丁目 かでる2・7 4F 大会議室

## 募集定員

道内にお住まいの女性 200名

## 受講料

1期分 5,500円

## 申し込み方法

①往復ハガキ、②Eメール、③FAXのいずれかで、  
令和2年4月22日(水)までにお申し込みください。(当日消印有効)

①往復ハガキ 往復ハガキの往信用、返信用それぞれに下記の事項を明記のうえお申し込みください。

往信用 (オモテ)

返信用 (ウラ)

返信用 (オモテ)

往信用 (ウラ)

|          |   |                |
|----------|---|----------------|
| 63<br>往信 | 0600002<br>札幌市中央区北2条西7<br>かでる2・7 6F<br>(公財)北海道女性協会<br>「女性大学」係 | (何も記入しないでください) |
|----------|---|----------------|

|          |                   |                                     |
|----------|-------------------|-------------------------------------|
| 63<br>返信 | ご自身の住所<br>ご自身のお名前 | ・郵便番号<br>・住所<br>・氏名<br>・年齢<br>・電話番号 |
|----------|-------------------|-------------------------------------|

◆抽選結果、受講料支払日・支払方法等につきましては返信用ハガキにてお知らせします。

## ②Eメール

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の  
うえ、**daigaku@l-north.jp** (lは小文字のL)  
までメール送信してください。

◆抽選結果、受講料支払日・支払方法等につ  
きましては送信いただいたメールに返信いた  
します。

○申し込み前に、必ず「daigaku@l-north.jp」  
からのメールが受信できるように設定して  
ください。

## ③FAX

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、FAX  
番号を明記のうえ、**(011) 261-6693**  
までFAX送信してください。

◆抽選結果、受講料支払日・支払方法等につ  
きましてはお知らせいただいた番号宛、FAX  
にてお知らせいたします。

※申し込みは**お1人につき、いずれかの方法により1回**とします。

※申し込みが定員を超えた場合は抽選となりますが、より多くの方に受講していただくため、前回受講されていない方を優先とさせていただきます。

●託児希望の方は**事前にご連絡のうえ、お子さんのお名前、年齢と「託児希望」とお書き添え**ください。  
(おやつ代として託児1人につき1期分500円)

◆4月30日(木)までに抽選結果が届かない場合は、お手数ですが、5月8日(金)までにお電話にてお問い合わせください。

## その他

◎女性大学は、道民カレッジ(北海道教育委員会主催)の  
連携講座となっています。

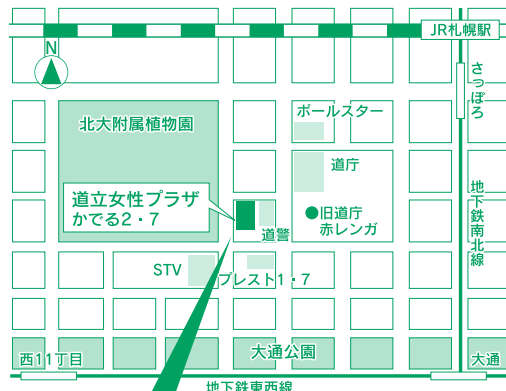
◎ご記入いただきました個人情報に関しましては、女性大学  
以外の利用はいたしません。

※講師の都合によりやむを得ず変更となる場合がありますのでご了承ください。

## お問い合わせ先

(公財)北海道女性協会 TEL(011)251-6349

札幌市中央区北2条西7丁目 かでる2・7 6F 北海道立女性プラザ



受講会場

かでる2 4F 大会議室