

令和2年度

えるのす連続講座～女性大学～「冬」

【講義編】

令和2年 12/7(月)	私たちの起業ストーリー 一般社団法人North-Woman 代表理事 繁富奈津子 桧山農場 米農家/書家 由芽 檜山 由美
12/15(火)	ウイルス感染に対する ヒトの免疫反応 北海道科学大学保健医療学部 教授 印藤 智一
令和3年 1/12(火)	地域防災入門 —建設業は地域を守る、ひとを守る— 星槎道都大学美術学部 学部長 安藤 淳一
1/19(火)	冷蔵庫を整理して快適な 暮らしを手に入れよう! おうちスタイル札幌 代表 米村 大子
1/26(火)	中野重治の詩を読む 札幌大谷大学社会学部 教授 吉岡 亮
1/28(木)	「リモート」での話し方・映り方 Vomy-C 代表 ササキ ミサト
2/1(月)	龍はいつから架空の動物に なったか? 藤女子大学文学部 教授 名畑 嘉則
2/5(金)	お風呂・温泉で免疫力を高める 健康入浴法 オフィスAZM 代表 濱野 まさひろ
2/15(月)	口は「幸せ」のもと 北海道医療大学歯学部 教授 千葉 逸朗
2/22(月)	暮らしを豊かにする気象情報 気象予報士・防災士 菅井 貴子

【体験編】

令和2年 12/7(月) 《PM》	この時期だからこそ、免疫力UP! ローフードマイスターが教える酵素パワー ローフードマイスター小樽校 校長 ロースイーツパティシエ カシューナッツマイスター 石川 英美
12/11(金) 《AM》	ブラウンコーデ☆完全マスター Refined (リファインド) 色彩講師/着こなし美人ナビゲーター 山本 よしみ
12/15(火) 《PM》	人相学に基づくメイク法で、運気 と自己肯定感を一気に上げる! Feericier (フェリシエール) 代表 外見トータルアドバイザー 柳谷 真理子
12/18(金) 《AM》	布ナプキンの使い方講座 「Lin-co*」店主 布ナプキンアドバイザー® 芦名 陽美
令和3年 1/12(火) 《PM》	家族・わたしの笑顔が増える! 古い写真を整理する PHOTOKAS (フォトカス) 写真整理アドバイザー上級 うえの かおり
1/15(金) 《AM》	自分の強みを知ろう! 統計心理学i-color (アイカラー) 美冬キャリア ライフキャリアサポーター 降幡 美冬
1/19(火) 《PM》	大切な人を癒そう ～タッチのチカラ～ AEAJ認定アロマセラピスト あとりえ柚子香yuzca 谷 淳子
2/5(金) 《PM》	風呂敷七変化 ～目から鱗のすぐに使え活用術～ 日本風呂敷マスター協会認定 「結び屋ゆいく」認定講師 齋藤 のりこ
2/15(月) 《PM》	良くのびて身体スッキリ! タオルを使って簡単ストレッチ リンバストレッチサロンまでい～に LAストレッチトレーナー 高田 沙織
2/19(金) 《AM》	大人が笑顔になる絵本セラピー ～モノではなくてココロの時代～ えほんの森 代表 森 景子

月日	演題	内容	講師
令和2年 12/7(月)	私たちの起業ストーリー	North-Womanは、個々の想いと笑顔を大切に活動しています。今回はNorth-Womanを立ち上げた繁富の想いと、檜山さんの書に込めている想いをお話します。	一般社団法人North-Woman 代表理事 繁富 奈津子 松山農場 米農家/書家 由芽 檜山 由美
12/15(火)	ウイルス感染に対する ヒトの免疫反応	ウイルス感染に対してヒトは免疫反応で対抗します。「免疫」の基礎知識から、感染を調べるために行われる免疫学的検査法の結果の解釈まで、肝炎ウイルスや新型コロナウイルス等を例に説明します。	北海道科学大学 保健医療学部 教授 印藤 智一
令和3年 1/12(火)	地域防災入門 —建設業は地域を守る、 ひとを守る—	近ごろ、自然災害が増えています。自分の住んでいる街には今後どのような災害が起こる可能性があります、その時どのような行動をとったら良いのでしょうか。防災について、ちょっと考えてみましょう。	星槎道都大学 美術学部 学部長 安藤 淳一
1/19(火)	冷蔵庫を整理して快適な 暮らしを手に入れよう!	一家に1台ある冷蔵庫。快適に効率よく使えていますか?整理の基本から使いやすく取り出しやすい収納方法・便利な収納用品や時短調理ワザまで、家事効率がグンと上がるポイントをお伝えします。	おうちスタイル札幌 代表 米村 大子
1/26(火)	中野重治の詩を読む	戦前から戦後まで小説や評論で膨大な作品を残した中野重治の出発点は詩人としての活動にありました。本講義では、詩の中でどのような方法が用いられているのかという点を中心にしながら、中野重治の詩作品を読み解いていきます。	札幌大谷大学 社会学部 教授 吉岡 亮
1/28(木)	「リモート」での 話し方・映り方	面接や面談を「リモートでお願いします」と言われた時、思わず尻込みしてしまったり、諦めてしまったことはありませんか?実際の画面を見ながら、基本のきの字を楽しく学べます。	Vomy-C 代表 ササキ ミサト
2/1(月)	龍はいつから 架空の動物になったか?	「龍」は近代までずっと実在の生物だと考えられてきました。漢方薬の材料である「龍骨」の正体をめぐる学説史を通して、人間の合理的思考の苦闘の跡をたどってみましょう。	藤女子大学 文学部 教授 名畑 嘉則
2/5(金)	お風呂・温泉で免疫力を 高める健康入浴法	私達を感染症から守ってくれる免疫力。これを簡単にアップできるのが、日々の入浴です。しかし誤った入浴には事故の危険も。毎日のお風呂や温泉で役に立つ、安全で正しい入浴法をお伝えします。	オフィスAZM 代表 濱野 まさひろ
2/15(月)	口は「幸せ」のもと	美しくありたいと思う女性はたくさんおられますが、案外、口の中のことは知らないものです。QOL(生活の質)とお口の健康が密接に関連していることをご存じですか。ちょっとしたことで幸せになれるお話を致します。	北海道医療大学 歯学部 教授 千葉 逸朗
2/22(月)	暮らしを豊かにする 気象情報	変化する北海道の気候や四季に順応し、気象情報を効率的に入手して、日々の暮らしに役立てましょう。天気予報の活用法や防災・減災の心構えなどわかりやすくお話します。	気象予報士・防災士 菅井 貴子

体験編

《AM》10:00~11:30 または 《PM》13:30~15:00

月日	演題	内容	講師
令和2年 12/7(月) 《PM》	この時期だからこそ、 免疫力UP! ローフードマイスターが教える 酵素パワー ※実費500円	この時期だからこそ、「食事と栄養」って大切だと思っている方も多いはず。「ローフードって何?」そんな方でも気軽に生活に取り入れられる方法をわかりやすく伝授します。	ローフードマイスター 小樽校 校長 ローズスイーツパティシエ カシューナッツマイスター 石川 英美
12/11(金) 《AM》	ブラウンコーデ☆ 完全マスター ※実費200円	今年、流行りのブラウンで、さらっとイイ女! 「大人かわいい」を叶える色合わせ、丸わかりレッスン。実際に色の組み合わせを体感しながら、ブラウンの魅力を完全マスター。	Refined (リファインド) 色彩講師 着こなし美人ナビゲーター 山本 よしみ
12/15(火) 《PM》	人相学に基づくメイク 法で、運気と自己肯定感 を一気に上げる!	メイクアップとは、綺麗に魅せるだけではありません。自己肯定感と、望む人生を歩む為の運気をも引き上げる事が出来ます。人相学、心理学、美容に基づいた独自のメイク法です。	Feericier (フェリシエール) 代表 外見トータルアドバイザー 柳谷 真理子
12/18(金) 《AM》	布ナプキンの 使い方講座	布ナプキンの使い方と、多様化する生理用品について学べる講座です。布ナプキンアドバイザーが、ライフスタイルに合った布ナプキンの取り入れ方をレクチャーします。	『Lin-co*』店主 布ナプキンアドバイザー® 芦名 陽美
令和3年 1/12(火) 《PM》	家族・わたしの笑顔が 増える! 古い写真を整理する	片付け・終活・遺品整理で最も困る写真は、あなたや家族の記録であり、かけがえのない大切なものです。楽しくすっきりと残す写真整理の方法を学び体験してみましょ。	PHOTOKAS (フォトカス) 写真整理アドバイザー上級 うへの かおり
1/15(金) 《AM》	自分の強みを知ろう! 統計心理学i-color (アイカラー) ※実費100円	素質診断ツール統計心理学i-colorをヒントに、他者との違いや自分ならではの強みをみつめ直し、今後のコミュニケーション方法や自分らしい生き方に活かしてみませんか。	美冬キャリア ライフキャリアサポーター 降幡 美冬
1/19(火) 《PM》	大切な人を癒そう ～タッチのチカラ～ ※実費500円	不安やストレスが強られる時タッチケアを受けることはとても有効です。優しく触れることで痛みやストレスが和らぐとされるオキシトシンの効果を知り自分の家族に必要な癒すための触れ方を覚えましょ。	AEAJ認定アロマセラピスト あとりえ柚子香yuzuca 谷 淳子
2/5(金) 《PM》	風呂敷七変化 ～目から鱗のすぐに使える活用術～ ※実費100円	あなたのタンスに眠っている風呂敷はありますか?毎日の生活に便利にオシャレに、そしていざの時にも使える風呂敷技を、基本から素敵に簡単にできるようにお伝えします。	日本風呂敷マスター協会認定 「結び屋ゆいこ」認定講師 齋藤 のりこ
2/15(月) 《PM》	良くのびて身体スッキリ! タオルを使って簡単ストレッチ	ゆっくりな動きで気持ちよく筋肉を伸ばします。身体の柔軟性を取り戻し、痛みのない動ける体へ。運動したくなったらまずはストレッチで身体をほぐすことから始めましょ。	リンパストレッチサロン までい～に LASTストレッチトレーナー 高田 沙織
2/19(金) 《AM》	大人が笑顔になる 絵本セラピー ～モノではなくてココロの時代～	大人になってから誰かに絵本を読んでもらったことはありますか?子どもの物と思われがち「絵本」には大人の心を豊かにし、大人を笑顔にする力があります。今、大人こそ絵本の時代です。	えほんの森 代表 森 景子

