



# 飯田短期大学 前期公開講座

第51回 期間 2025年5月～9月 全25講座

学び続けて生きる  
地域と共に

**01 5/16(金) Canva ～チラシ・Instagramリール動画～**  
18:00～19:30  
講師：生活科学専攻 教授 田中 洋江  
対象・定員 一般 10名  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

Canvaアカウントをお持ちの方に向けたステップアップ講座です。チラシ作りの「おすすめ手順」「おさえておきたいポイント」をお伝えします。チラシのテンプレートをアレンジし、印刷します。Instagramのリール動画の作り方もお伝えします。

**02 5/17(土) litan看護管理学講座2025**  
職場のパワーハラスメント防止対策と基礎知識  
9:00～10:30  
講師：看護学科 准教授 鳥田 盛光  
対象・定員 一般 50名  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

最近のマスメディアの報道では、今まで見過ごされたパワーハラスメントの実態が日々公表され、社会が大人のいじめを許さない時代にシフトして来ました。本来の意味でのパワーハラスメントとは何か、これが業務上の指導範囲なのかを法的な視点で考え、明るい職場社会と一緒に創りましょう。

**03 5/17(土) 保育に活かせるアイテムを作ろう**  
10:00～11:30  
講師：わいわいひろば子育てコーディネーター 宮内 愛  
対象・定員 一般 20名  
受講料 1,500円(材料費込み)・高校生以下 1,000円  
持ち物 はさみ・カッターナイフ

保育のちょっとした時間を楽しめるアイテムづくりを行います。

**04 5/17(土) 成長期のスポーツ選手の栄養と食事**  
13:00～14:00  
講師：食物栄養専攻 助教 岩瀬 彩香  
対象・定員 小学5年生以上(保護者同伴)～一般・運動系指導者 20名  
受講料 大人 1,000円・高校生以下 500円  
持ち物 筆記用具

成長期のスポーツ選手の普段の食事、試合のときの食事など、場面別の食事の摂り方に触れながら、必要な栄養についてお伝えします。\*中学生以上の選手向けの内容ですが、これから中学生になる小学校高学年の方にもオススメです。

**05 5/21(水) NISA & iDeCoの基本**  
18:00～19:30 (19:00～19:30は質疑応答)  
講師：飯田信用金庫 松村 裕紀子 岡庭 永滋  
対象・定員 一般  
受講料 100円(保険料として)  
持ち物 筆記用具

「今なんで資産運用が必要なの?」「NISAやiDeCoって聞いたことあるけどよくわからない!」そんな疑問にお答えしつつ、それぞれに合った資産運用方法を一緒に考えてみませんか?

**06 6/21(土) litan精神看護学講座2025**  
統合失調スペクトラム症の理解と付き合い方  
9:00～10:30  
講師：看護学科 准教授 鳥田 盛光  
対象・定員 一般 50名  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

この病名は統合失調症です。精神疾患の国際的な診断基準が9年ぶりにアップデートされました。米国精神医学会(APA)の精神疾患の診断分類、第5版のText Revision改訂版(DSM-5-TR)。患者、その家族、多職種の皆様が病気を理解し、適切な付き合い方を見つめ直すきっかけになれば幸いです。

**07 6/22(日) 窓ガラスにお絵描きしよう!**  
～キットバスアート～  
10:00～11:30  
講師：生活科学専攻 非常勤講師 吉沢 さやか  
対象・定員 一般・小学生・親子 20名  
受講料 1,000円(高校生以下 500円)  
持ち物 タオル

キットバスで、わいわいひろばのガラスに自由にお絵かきを楽しんでみませんか。皆さん!いよいよ、わいわいひろばは15周年を迎えます。記念イベントに向けて広場を華やかに彩る「ガラスアート」を企画しました。お米から出来ているクレヨン・キットバスを使って窓ガラスにお絵かきしましょう。

**08 7/5(土) 苦手を克服! 不整脈の知識・注意点と心電図の判読**  
10:00～12:00  
講師：看護学科 助教 平井 義一 (手術看護認定看護師、心電図検定2級)  
対象・定員 1～2年目程度の看護師  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

心電図の成り立ちや四肢誘導心電図の基本知識をわかりやすく解説します。また、不整脈の基礎判読を学び、実際の不整脈波形を見ながら知識の確認を行います。講義終了時には、不整脈に対する苦手意識を克服し、基本的な判読スキルを身につけられる内容です。

**09 7/5(土) やってみよう!紙芝居**  
10:30～14:30  
講師：幼児教育学科 准教授 松永 幸代  
対象・定員 保育者・紙芝居に興味のある方(中学生以上)  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

子どもたちの「共感の感性」を育む紙芝居。じっと画面に集中したり、一緒に声を合わせたり…。また、世界でも「KAMISHIBAI」として注目を浴びています。午前中は、紙芝居やその演じ方について学び、午後は実際に演じてみて楽しさを共有しましょう。

**10 7/19(土) litan精神看護学講座2025**  
双極症の理解と付き合い方  
9:00～10:30  
講師：看護学科 准教授 鳥田 盛光  
対象・定員 一般 50名  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

この病名は躁うつ病です。精神疾患の国際的な診断基準が9年ぶりにアップデートされました。米国精神医学会(APA)の精神疾患の診断分類、第5版のText Revision改訂版(DSM-5-TR)。患者、その家族、多職種の皆様が病気を理解し、適切な付き合い方を見つめ直すきっかけになれば幸いです。

**11 7/23(水) 発達心理学～子どものこころの発達を学ぶ～**  
13:00～16:00  
講師：生活科学専攻 講師 坂上 ちおり  
対象・定員 一般 20名  
受講料 500円  
持ち物 筆記用具

養育者との関わりにおける子どものこころの発達について、主に乳幼児期から幼児期までの理論を中心に学びます。

※飯田市子育て世帯訪問支援員養成講座と共催

**12 7/25(金) 高齢者看護についての座談会**  
～自分らしく生きることを支えるために～  
19:00～20:30  
講師：看護学科 教授 矢澤 玲子 看護学科 兼任講師 杉山 慎太郎  
対象・定員 看護師 10名程度  
受講料 1,000円

高齢者看護は奥深く、知識や技術、経験を要するものです。日常業務で感じていることをざっくばらんに話し合いましょう。そして明日への活力にしていきたいと思います。多くの方に高齢者看護の現状を語っていただき、この地域の看護力を一緒に考えていく機会となれば幸いです。

**13 7/26(土) もしもの時の救世主になろう!**  
～急変時のABCD～  
13:00～16:00  
講師：看護学科 助教 寺山 正真 講師 服部 さゆり・助教 平井 義一  
対象・定員 高校生・一般 10名程度  
受講料 1,000円  
持ち物 水分・タオル・動きやすい服装(スカート・胸のあいた服装不適)

街中で倒れている人を見かけたら…。突然家族の意識がなくなったら…。「何とかしたいけど、何をしてもわからない…」という方に急変時の初期対応を解説してから心臓マッサージやAEDの使用を体験していただきます。もしもの時、救世主になれるのはあなたかもしれません。

**14 7/27(日) 手洗いチェッカーをつくろう!**  
9:00～12:00  
講師：生活科学専攻 非常勤講師 安富 和子  
対象・定員 養護教諭・保育士・栄養士・介護施設等にお勤めの方 5名  
受講料 3,000円(材料費込み) 持ち物 30cm定規・カッターナイフ・筆記用具

発泡スチロールとブラックライトを使って安価な手作り手洗いチェッカー(31cm×24cm×20cm)を作ります。手洗い指導の方法について情報交換をしながら楽しく学びましょう。

**15 8/2(土) アウトドアクッキング**  
10:00～12:00  
講師：食物栄養専攻 准教授 高木 一代 助手 1名  
対象・定員 災害時に知っておくと便利な調理法のバッククッキングで、カレーと焼きそばを作ります。  
受講料 2,000円(材料費込み) 持ち物 エプロン・三角巾・手拭き

**16 8/9(土) litan看護管理学講座2025**  
転換期における看護師のキャリア開発  
9:00～10:30  
講師：看護学科 准教授 鳥田 盛光  
対象・定員 多くの看護師は医療機関や介護福祉施設、訪問看護ステーションなどに勤務しています。この雇用形態はメンバーシップ型雇用といい、従来の働き方です。しかし、コロナ禍を契機に看護師は疲弊し、自らが働き方を選択する時代になりました。転換期における看護師のキャリア開発と一緒に考えてみませんか。  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

**17 8/9(土) 戦時中の食事を作ってみよう**  
10:00～12:00  
講師：食物栄養専攻 准教授 高木 一代 助手 1名  
対象・定員 2025年は昭和100年。戦後80年です。戦争の悲劇を繰り返さない為に、いつもの「日常」に感謝することを忘れない様「すいとん」と「興亜パン」を作ってみませんか。  
受講料 2,000円(材料費込み) 持ち物 エプロン・三角巾・手拭き

**18 8/12(火) 「み～せ～て絵本」を作ろう!**  
9:30～11:00  
講師：幼児教育学科 准教授 松永 幸代 幼児教育学科 講師 壬生 江美  
対象・定員 あなたの宝物は何ですか?絵本「み～せ～て」(スギヤマカナヨ作)を読んで、自分だけの「み～せ～て絵本」を作ります。キットバスでてのひらに絵を描いてハンドスタンプ!その手の中に…何を隠しますか?  
年長児～小学3年生 20名  
受講料 600円 持ち物 汚れてもかまわない服装・タオル

**19 8/23(土) 骨を守る!**  
～今からできる骨折予防の秘訣～  
10:00～12:00  
講師：看護学科 助教 寺山 正真  
対象・定員 「骨粗鬆症」という言葉を聞いたことがありますか?「歳をとったら骨が弱くなるのは当たり前…」ではありません!本講座では、骨粗鬆症について解説し、簡単な運動と一緒に実践したり、骨に良い食事法をお伝えします。転倒予防や生活習慣改善で健康寿命を延ばしましょう!  
高齢者・一般  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具

**20 8/26(火) 小児看護の基礎知識**  
13:00～16:00  
講師：看護学科 准教授 神澤 絢子  
対象・定員 子どもの身体発育を理解し、全身状態の把握の方法、病気になるたときの観察方法や薬の与え方などを学びましょう。  
一般 20名  
受講料 500円  
持ち物 筆記用具

※飯田市子育て世帯訪問支援員養成講座と共催

**21 9/7(日) 9/14(日) 藍染 ～大判ストール～ 全2回講座**  
13:00～17:30  
講師：生活科学専攻 教授 田中 洋江  
対象・定員 インド藍、絞り染で、爽やかな綿の大判ストールを染めましょう。第1回(布を縫い絞る)、第2回(藍染、糸をほどこ)。板締めで染めたい方のために、板もご用意します。  
一般 8名  
受講料 3,500円(材料費込み) 持ち物 汚れてもかまわない服装

**22 9/11(木) 子どもの栄養と食生活**  
9:00～12:00  
講師：食物栄養専攻 教授 新海 シズ  
対象・定員 子どもの食事について悩んでいる人は多いのではないのでしょうか。毎日の食事「基本」をもう一度考えてみませんか。そして食事を楽しみましょう。  
一般 20名  
受講料 500円  
持ち物 筆記用具

※飯田市子育て世帯訪問支援員養成講座と共催

**23 9/12(金) 大人の心に響く絵本**  
18:00～20:00  
講師：幼児教育学科 准教授 松永 幸代  
対象・定員 絵本は、素敵な絵と磨かれた言葉のハーモニーです。子どもの頃、好きだった本をもう一度読んでみると新たな気付きがあるかもしれません。途中、ティータイムをはさみ最近の絵本の状況等もお伝えします。お茶とお菓子ををご用意いたします。  
一般 15名  
受講料 1,000円  
持ち物 筆記用具・お気に入りの絵本が手元にある方は1冊お持ちください

**24 9/27(土) 顎模型と歯みがき指導**  
9:00～12:00  
講師：生活科学専攻 非常勤講師 安富 和子  
対象・定員 養護教諭・保育士・栄養士・介護福祉士・保健衛生に興味のある方 10名  
受講料 2,000円(材料費込み) 持ち物 はさみ・カッターナイフ・筆記用具

発泡スチロールを使った手作り顎模型(30cm×25cm)を作り、歯についてや歯の磨き方について情報交換をしながら一緒に楽しく学びましょう。

**25 9/27(土) 静脈血栓症の予防について**  
～正しい知識と方法を理解しよう～  
10:00～11:30  
講師：看護学科 助教 平井 義一 (手術看護認定看護師)  
対象・定員 手術や外傷時に発生しやすい深部静脈血栓症(DVT)の発生メカニズムを詳しく解説します。リスク層別化を基にした評価基準を示し、簡単な事例を通じて適切な予防法を確認します。さらに、観察ポイントや適切な介入方法も具体的に紹介します。  
1～2年目程度の看護師  
受講料 1,000円



※お申し込みの際は裏面の  
受講案内などをご確認ください。