

# 令和5年度 松戸市教育委員会 聖徳大学オープン・アカデミー (SOA) 連携 生涯学習講座



## 「心理学を学んで幸せになる」

聖徳大学短期大学部保育科 教授 鈴木 由美

日程：令和6年2月15日、2月22日 (木・全2回)

時間：13時30分～14時55分 受講料：無料

会場：聖徳大学10号館 定員：25名

皆さんはちょっと困った時、どのように解決をしているのでしょうか。心理学ではちょっと困った出来事をストレッサーと言います。このストレッサーに対して、解決ができれば心は安定していられます。しかし、ずっとそのことが心に残り、嫌な思いが続くと、ストレス反応が起こります。ストレス反応とは、心理面、行動面、身体面に起こるさまざまな反応のことで、たとえば、イライラ・不安・頭痛・肩こり・飲酒量の増加・仕事のミスなどです。本講座では、幸せな日々を送れるように、どのようにストレスに対処したらいいのか、お話ししたいと思います。



## 「人生100年時代の食べ方」

聖徳大学人間栄養学部人間栄養学科 教授 大久保 研之

日程：令和6年3月14日、3月21日 (木・全2回)

時間：13時30分～14時55分 受講料：無料

会場：聖徳大学10号館 定員：25名

ヒトは年齢による体の変化に対応しながら生きる長寿の動物です。驚くほどの雑食性もあり、歴史の中で食文化を豊かなものにしてきました。しかし、地球規模で環境の変化が進行し、食糧危機を意識せざるを得ない時代に入り、私たちは改めて自分の生き方を考え直す時期にきています。日々の生活の中で、自分の体のこと、食欲のこと、食事とその適量のこと、おわかりでしょうか。自分に合った食べ方を見つけるためのポイントを、体調編・食べ方編と2回に分けてお話ししたいと思います。



## 「紫式部と『源氏物語』—服飾描写を読み解く—」

聖徳大学文学部文学科 准教授 諸井 彩子

日程：令和6年3月18日、3月25日 (月・全2回)

時間：13時30分～14時55分 受講料：無料

会場：聖徳大学キャンパス7号館 定員：100名

千年前に紫式部によって書かれ、日本の古典文学の最高傑作ともいわれる「源氏物語」。その魅力の一つに、さまざまな個性をもった女君たちの存在があります。本講座では、服飾描写を軸に、「源氏物語」とその作者紫式部に迫っていきます。

第1回：紫式部が造型したそれぞれの女君たちの個性を、「源氏物語」玉鬘巻と初音巻から明らかにします。

第2回：紫式部自身はどのような衣装を身につけていたのか、「紫式部日記」を資料として探ります。



## 「ピアノ・レクチャーコンサート—J.S.バッハの 作品：インヴェンション・平均律・組曲より—」

聖徳大学音楽学部音楽学科 教授 山田 昌宏

日程：令和6年3月23日 (土)

時間：13時30分～14時55分 受講料：無料

会場：聖徳大学キャンパス 香順メディアホール 定員：100名

ヨハン・セバスティアン・バッハが作曲した「インヴェンション」の原型は、10歳になる長男の教育として書き始めた「ヴィルヘルム・フリーデマン・バッハのためのクラヴィーア小曲集」に含まれています。家庭内の教育から生まれたこの曲集は、その一部が「インヴェンションとシンフォニア」としてまとめられ、一般の生徒の教材になりました。子どもと生徒の進歩と共に、レッスンでは「平均律」「組曲」などの高度な作品も用いられています。本講座では、J.S.バッハの教育者としての側面を探り、演奏を考えたいと思います。

# お申し込みについて

## ■対象の方：松戸市内在住・在勤・在学の方

## ■お申し込み方法

- ①または②どちらかの方法でお申し込みください。  
お申し込みが定員を超えた場合は、抽選とさせていただきます。  
お申し込みフォーム1件、ハガキ1枚につき、ご本人のみのお申し込みとなります。  
(連名でのお申し込みはできません。あらかじめご了承ください。)  
※抽選の結果は、2月上旬発表を予定しています。

①webのお申し込みフォームにて、ご入力をお願いいたします。

②往復はがきに下記事項（1～7）をご記入の上、【応募先住所】まで、ご郵送をお願いいたします。1枚の往復はがきで1講座のお申し込みとなります。  
複数お申し込みの場合は、複数枚のご提出をお願いいたします。

1.ご希望の講座名 2.郵便番号

3.ご住所（松戸市外に在住の方は、在勤か在学の旨、記載をお願いいたします。）

4.お名前（ふりがな） 5.お電話番号 6.ご年齢（〇代でも可） 7.返信用宛名

### 【応募先住所】

〒271-0092

松戸市松戸1169 聖徳大学10号館

聖徳大学生涯学習課



Web  
お申し込みフォーム



■応募締切：令和6年1月31日（水）※郵送の場合、当日必着



昨年の様子

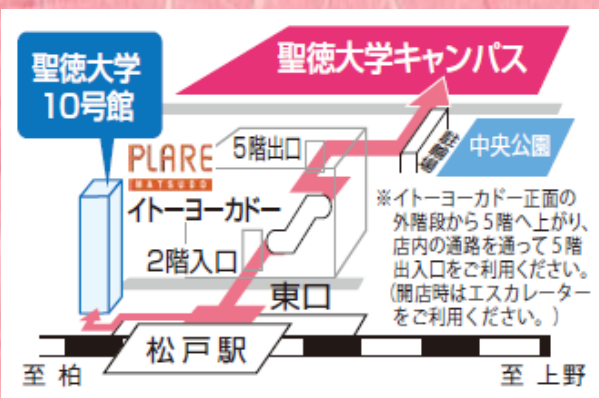


講座イメージ写真



講座イメージ写真

## 交通アクセス



### 交通の詳細

JR常磐線・JR乗り入れ地下鉄千代田線・新京成線「松戸駅」下車  
【10号館】東口から徒歩1分（14階建ガラス張り建物）  
【キャンパス】東口から徒歩5分

## 聖徳大学生涯学習課

〒271-0092

松戸市松戸1169 聖徳大学10号館

☎047-365-3601（直通）

✉soa@wa.seitoku.ac.jp