

令和5年度

NITTAIDAI

# 日本体育大学後学期公開講座

本学では、一般の方を対象とした公開講座を開催しています。体育・スポーツ、保健医療を中心とした内容で、教育と研究の成果を地域の皆さまに広く提供いたします。講座詳細については変更が生じる可能性がありますので、最新情報や詳細は各講座のページをご覧ください。たくさんの皆さまのご参加をお待ちしています。

日時	講座名・講師	イメージ	会場	対象	定員	受講料	概要
9/2(土) 10:00~11:30	スポーツ救急 VRを使用した救命蘇生講習会 保健医療学部 准教授 鈴木 健介		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	50名	1,000円 小学生 500円	本学が作成したVR動画で救急現場の様子をリアルに体験。胸骨圧迫とAEDの練習。最新情報の提供。
9/2(土) 13:00~14:30	災害時の対応講習会 災害図上訓練 DIG 保健医療学部 准教授 鈴木 健介		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	50名	1,000円 小学生 500円	青葉区における街の構造、避難場所、危険箇所等を地図に書き込むワークショップ。街の特性を理解し備える。
9/2(土) 16:00~17:30	災害時の対応講習会 避難所運営 HUG 保健医療学部 准教授 鈴木 健介		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	50名	1,000円 小学生 500円	避難所で起こる様々な出来事をカードゲームで模擬体験。話し合って部屋割りを考え、避難所の運営を学びます。
9/23(土) 10:00~12:00	防ぐことができる突然死 いきなりデスからの回避法を教えます。 保健医療学部 教授 小川 理郎		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生 消防職員	100名	1,000円 小学生 500円	不慮の事故や突然死の中には、避けられた死亡が多数存在します。命の大切さや対処法、生活の送り方を提言。
9/30(土)10/28(土) 11/12(日) 10:00~11:30	速く走るコツを身に付けよう！ 小学生の短距離走教室 児童スポーツ教育学部 助教 鈴木 康介		東京・世田谷 キャンパス	小学 3~6年生	各回 20名	各回 500円	速く走るためのコツを身につけます。走ることが苦手な児童にこそ、参加してほしい講座です。
9/30(土)10/28(土) 11/25(土)12/16(土) 10:30~12:00	らくらくエアロビクス 非常勤講師 大津 桂子 佐藤 果純 山口 圭子		東京・世田谷 キャンパス	一般	各回 35名	各回 1,000円	エアロビクスで楽しく動きながら、身体のコリやゆがみを整え、きれいな姿勢を身につけます。
9/30(土)10/21(土) 10/28(土) 10:00~12:00	たのしくて安全なキャンプ講座 スポーツマネジメント学部 准教授 高荷 英久		横浜・健志台 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	各回 30名	各回 1,000円 小学生 500円	①キャンプ道具の選び方 ②テント等の立て方、ロープワーク ③薪割り、火つけ、焚き火方法等
東京・世田谷 11/3(金)~11/5(日) 横浜・健志台 11/11(土)11/12(日)	体力測定		東京・世田谷 横浜・健志台 キャンパス	一般 (40歳以上)	500名 予定	無料	体力や身体の変化を把握し、今後の日常生活や体力作りに活かしましょう。
11/11(土)11/18(土) 2/17(土)2/24(土) 9:30~10:30	トランポリン教室 体育学部 准教授 山崎 博和		東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生 高校生	各回 30名	各回 1,000円 小学生 500円	オリンピック公式器具で、普段味わうことのできない空中感覚や動作を体験しよう。
有酸素11/18(土) 筋トレ 12/3(日) 14:00~16:00	トレーニングのすゝめ (有酸素運動、筋トレの基礎) 体育学部 准教授 菊池 直樹		東京・世田谷 キャンパス	一般 高校生	有酸素 20名 筋トレ 30名	各回 1,000円	基本的な有酸素運動および筋力トレーニングを行う。
11/19(日) 10:00~12:00	歩いて健康！元気に楽しく！ 日体大ウォーキング スポーツキュアセンター院長 保健医療学部 教授 伊藤 謙		横浜・健志台 キャンパス	一般	20名	1,000円	キャンパスの広大な敷地を歩きながらスポーツキュアセンターのスタッフが正しいフォームを指導します。
健志台 12/9(土) 世田谷12/23(土)	日体大スポーツフェスタ2023冬		横浜・健志台 東京・世田谷 キャンパス	小学 1~6年生	各回 160名	無料	小学生向けのスポーツ体験教室です。様々なスポーツを学生が楽しく安全に教え、技を披露します。
12/10(日) 9:00~12:30	救急救命士・防災士から学ぶ 「災害への備えと対応」 保健医療学部 准教授 中澤 真弓ほか		東京・世田谷 キャンパス	一般 小学生 中学生 高校生	50名	1,000円 小学生 500円	救急救命士かつ防災士として災害現場でも活躍する講師が、知識と経験を踏まえて、備えと対応について講義。
1/28(日) 10:00~12:00	腰痛さようなら体操教室 スポーツキュアセンター院長 保健医療学部 教授 伊藤 謙		横浜・健志台 キャンパス	一般	20名	1,000円	腰痛の改善を目的とした、ご自宅でもできるストレッチやトレーニングなどの体操を行います。
後学期 初級:13:00~14:30 中級:15:00~16:30	オリンピック選手が教えるフェンシング教室 スポーツマネジメント学部 教授 依田 充代 フェンシング部監督ソウル五輪代表 桐谷 乃宇奈 ほか		東京・世田谷 キャンパス	小学生 中学生 高校生	各コース 20名	初級 1,000円 中級 2,000円	レベルに合わせた2つのコース 初級：初めて体験する初心者向け。 中級：実践練習。経験者向け。



公開講座お知らせメール配信登録

各講座の詳細・申込受付開始情報をご希望の方は、メールアドレスをご登録ください



参加申込



お問い合わせ 日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーション・オフィス

本学ホームページURL <https://www.nittai.ac.jp/> Eメール [shakaikouken@nittai.ac.jp](mailto:shakaikouken@nittai.ac.jp)

[東京・世田谷キャンパス] 東京都世田谷区深沢7-1-1 ☎ 03-5706-0911

[横浜・健志台キャンパス] 横浜市青葉区鴨志田町1221-1 ☎ 045-507-1263

事務取扱時間 8:30~17:00  
平日のみ 祝祭日を除く