

# 2019年度 愛知みずほ大学出張講座 講師・テーマ一覧



**AMC** College Motto  
AICHI MIZUHO COLLEGE

健への探究

豊かで活力ある健康社会に  
貢献する人をめざして

本学の出張講座は、地域と大学との交流を図ることを目的に、高等学校・中学校等の教育機関や地域の方々を対象に無償で提供しているものです。

## 1. 講師・テーマ一覧

内容についてご希望がございましたらご相談ください。

## 2. 申し込み方法

随時受付けております。メールあるいはファックスでご連絡・ご相談ください。

ファックスでお申し込みの場合、次ページの送付用紙をご利用ください。

## 3. お問い合わせ窓口

愛知みずほ大学コミュニティ委員会

〒467-0867 名古屋市瑞穂区春敲町2-13

TEL (052) 882-1123

FAX (052) 882-1124

メールアドレス [community@mizuho-c.ac.jp](mailto:community@mizuho-c.ac.jp)

2019年度 愛知みずほ大学 出張講座テーマ一覧

教員名	専門領域	テーマ
1. 佐藤 祐造	内科学 糖尿病学 スポーツ医学	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病の予防</li> <li>糖尿病の予防と治療</li> <li>老化防止と運動</li> <li>漢方医学入門</li> </ul>
2. 土田 満	健康栄養学	<ul style="list-style-type: none"> <li>若い世代の食の問題</li> <li>病気予防の栄養学</li> <li>アンチエイジングで生活習慣予防</li> <li>健康栄養学へのいざない</li> </ul>
3. 後藤 多知子	学校保健	<ul style="list-style-type: none"> <li>子どもの発育は、鳥の目・虫の目でみよう</li> <li>養護教諭のキャリア発達</li> <li>正しいボディイメージをもとう</li> </ul>
4. 舘 英津子	看護学	<ul style="list-style-type: none"> <li>たばこの害について</li> <li>妊娠のしくみ</li> </ul>
5. 山根 基	運動生理学	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポーツの現場における取り組みとその理論</li> <li>健康づくりとしての運動の役割</li> </ul>
6. 安念 保昌	心理学	<ul style="list-style-type: none"> <li>臆病なネズミと攻撃的なネズミの社会から見えてくるもの</li> <li>パーソナリティと社会的ジレンマ</li> <li>”カワイイ”が人を進化させた</li> </ul>
7. 高濱 祥子	心理学	<ul style="list-style-type: none"> <li>心と身体つながり</li> <li>記憶の心理学</li> <li>ポジティブ心理学</li> </ul>
8. 中林 恭子	臨床心理学	<ul style="list-style-type: none"> <li>見つけよう自分らしい子育て</li> <li>ストレスへの対応</li> <li>よりよい人間関係を築くために</li> <li>児童・生徒へのより良い対応を考える</li> </ul>
9. 後藤 和史	ストレスの心理学	<ul style="list-style-type: none"> <li>精神的な緊張をときほぐそう</li> <li>ストレスの心理学</li> </ul>
10. 阪 美里	情報科学	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の身は自分で守る</li> </ul>
11. 桜井 栄一	情報科学	<ul style="list-style-type: none"> <li>電子メールはなぜ届くのか</li> <li>仕組みを知って安全にインターネットを使おう</li> </ul>
12. 松岡 陽子	文化人類学	<ul style="list-style-type: none"> <li>アフリカを知ろう！</li> <li>幸せについて考える</li> </ul>
13. 梅本 大介	教育史	<ul style="list-style-type: none"> <li>占領下における教育改革の地域史</li> </ul>

あて先：愛知みずほ大学コミュニティ委員会

FAX: 052 (882) 1124

「出張講座」FAX連絡用紙

1) 貴学校名 (または団体名)

2) ご住所

3) ご担当者

4) 電話番号・ファックス

5) メールアドレス

6) 希望教員・テーマ

7) ご希望日時

-----

今後の出張講座の参考とさせていただきたく思いますので、もしよろしければ以下の項目にお答えください。

Q1. 興味をもたれたテーマ

Q2. その他のご要望

さとう ゆうぞう

# 佐藤 祐造

心身健康科学科  
(内科学・糖尿病学・スポーツ医学)

## 出張講座テーマとねらい

### 生活習慣病の予防:食事、運動面のアプローチから(中・高・一般向け)

21 世紀の現在、糖尿病、高血圧、がんなど生活習慣病が増加しています。生活習慣病は国民の死因の約 2/3、医療費(20 兆円:平成 20 年度)の約 3 割を占めています。生活習慣病を理解し、生活習慣、ことに身体運動と栄養が生活習慣病の予防、改善に果たす役割について学び、「健康日本 21」(第 2 次)など、わが国における健康づくりの取り組みについて解説します。

### 糖尿病の予防と治療:食事、運動面のアプローチから(一般向け)

最近糖尿病と糖尿病の予備群が増加し、2050 万人達するとされています。糖尿病は初期には無症状のことも多いが、放置すれば糖尿病腎症、糖尿病網膜症など、生活の質を低下させる多くの恐ろしい合併症が出現します。食事療法と運動療法是糖尿病の基本治療となっています。また、糖尿病には新しいお薬やインスリン治療など、「特効薬」があります。糖尿病の専門医として、予防、治療法をご紹介致します。

### 老化防止と運動:生涯現役を目指して(一般向け)

21 世紀を迎えた今日、わが国は世界一の長寿国となりました。このような人口の急速の高齢化とともに、食生活、運動習慣を原因とする生活習慣病の増加に伴い、認知症や寝たきりなど要介護状態に陥る人々の増加は深刻な社会問題となっています。加齢に伴い、体力などは低下しますが、適切な食事、運動習慣と積極的な社会参加(貢献)によりある程度防止できます。生涯現役を目指す「コツ」をお教えします。

### 漢方医学入門

「漢方」とは江戸時代に西洋医学が流入し、「蘭方」と呼ばれるようになると、それに対してそれまでの日本の医学を「漢方」と読んだことが始まりです。西洋医学では、患者さんに対し、問診、検査を行い、病名を決定(診断)してから治療を行います。したがって、「訴え」はあっても、検査成績に異常がなければ、治療を行うことができません。一方、漢方では、望診(視診)、問診、聞診、切診(脈診、腹診)に加えて、医師の「五感」で「証」を決定し、処方を確認します。したがって、患者さんのそれぞれの症状(訴え)に対し、治療を行うことが可能です。西洋薬と同時に、漢方薬を保険診療で投薬可能なのは、日本だけです。事実、医師に対する調査成績でも、90%位の臨床医が漢方薬を処方しています。感冒に対する葛根湯をはじめ、花粉症などアレルギー疾患、更年期障害、抗がん薬に対する副作用防止、うつ病など精神神経疾患、糖尿病神経障害など、多くの領域の病気に漢方薬の有用性が報告されています。漢方医学の特徴、どんな病気に有効かなどを紹介します。

## 講師紹介

### 専門分野

内科・糖尿病学・スポーツ医学

### プロフィール

名古屋大学大学院医学研究科(医学博士)、スウェーデン・カロリンスカ研究所臨床生理学教室にて運動時の代謝について研究。名古屋大学名誉教授。愛知学院大学心身科学部教授を経て、平成 25 年 4 月愛知みずほ大学大学院特任教授(常勤)、同 28 年 4 月愛知みずほ大学学長 現在に至る。

名誉会員:日本糖尿病学会、日本体力医学会、日本東洋医学会、日本臨床スポーツ医学会、日本肥満学会、日本学校保健学会 代議員:日本病態栄養学会、日本人間ドック学会 正会員:日本体質医学会(常任理事・学会誌編集委員長)、日本臨床運動療法学会(理事)、米国糖尿病学会(ADA)、欧州糖尿病学会(EASD)、日本内科学会、日本栄養改善学会、国際スポーツロジー学会、日本栄養・食糧学会(終身会員)

つちだ みつる

# 土田 満

心身健康科学科  
(健康栄養学)

## 出張講座テーマとねらい

### 若い世代の食の問題

ダイエット、欠食、偏食など様々な食生活の問題が身体や精神に影響をおよぼしています。食事の大切さについてお話しします。

### 病気予防の栄養学

メタボリックや糖尿病、ガンなどの生活習慣病とそれらを予防する食生活や生活習慣について簡単にお話しします。

### アンチエイジングで生活習慣予防

アンチエイジングの歴史と理論、そして若さを保ちながら生活習慣病予防に役立つ食生活や生活習慣についてお話しします。

### 健康栄養学へのいざない～アンチエイジングから健康長寿へ

アンチエイジングは健康長寿に通じます。アンチエイジングに役立つ食と日本や世界の長寿地域における食生活やパワーの源についてお話しします。これからの生活を健康に過ごすヒントがたくさん隠されています。

## 講師紹介

### 専門分野

健康栄養学・予防医学・公衆衛生学

### プロフィール

東京医科歯科大学講師(予防医学)を経て現職。この間、米国コーネル大学、米国ロマリダ大学公衆衛生大学院の客員研究員。

講演:「人生を謳歌する長寿と食」;西尾市・春日井市・豊明市・市民大学講座、「健康へ栄養学からの誘い・シリーズ」;名古屋市生涯学習・大学連携講座(2009～)、「生活習慣病を予防してアンチエイジング」;中区生涯学習、愛教大同窓会など。

学会活動:日本衛生学会、日本疫学会、日本公衆衛生学会、日本栄養改善学会、日本健康体力栄養学会、日本ベジタリアン学会など。



ごとう たちこ

# 後藤 多知子

心身健康科学科  
(学校保健)

## 出張講座テーマとねらい

### 子どもの発育は、鳥の目・虫の目でみよう —成長曲線とは—

子どもの発育(身長など)の仕方は個人差が大きい。発育が順調かどうかをみる際には、データを横断的にみる視点と縦断的にみる視点が必要である。成長曲線を描くことも有効である。子どもの発育について理解が深まることを目標とします。

(保護者・保育士・養護教諭など子どもの成長を支援する立場の方対象)

### 養護教諭のキャリア発達 (養護教諭対象)

多数が1人職である養護教諭は独自の専門性を持つ職である。新規採用時から求められる資質能力と共に、経験年数に応じキャリア発達することが求められている。養護教諭職としてどうキャリアデザインしていくかについて、先生方と考えることを目標とします。

### 正しいボディイメージをもとう(児童・生徒対象)

児童生徒が思春期において、正しいボディイメージを持ってないことは生涯の心身の健康に悪影響を及ぼすといっても過言ではない。正しいボディイメージを持つことの必要性や適性体重について理解をすること、発育発達期の体格の変化の特徴や個人差について理解が深まることを目標とします。

## 講師紹介

### 専門分野

学校保健・養護教育(養護教諭に関すること)

### プロフィール

愛知教育大学修士課程養護教育学専攻修了。愛知県公立小中学校養護教諭として勤務。愛知教育大学養護教諭養成課程非常勤講師を経て、現在、愛知みずほ大学准教授。主に養護教諭免許状に関する科目(学校保健、養護概説、健康相談健康相談活動、青少年期発達支援論、養護活動実習、養護実習、教職実践演習、教職論作文面接技法ⅠⅡ、養護実践学演習)



たち えつこ

# 舘 英津子

心身健康科学科  
(看護学)

## 出張講座テーマとねらい

### たばこの害について

近年、喫煙が身長、視力、学力にも影響していることがわかってきました。この講座では、あらためて喫煙の害をお伝えします。

### 妊娠のしくみ

妊娠のしくみについて、NHK スペシャルの映像も交えながらわかりやすく説明します。特に女性の体内で行われる排卵から受精の部分にスポットを当てます。

## 講師紹介

### 専門分野

成人看護学・たばこの社会的依存性について

### プロフィール

愛知みずほ大学講師。

禁煙指導や食事指導をする病棟看護師の経験から、どうしたら一般の方々に より分かりやすく、より興味を引く指導ができるだろうかと模索していく中で教育学を学び、現職に至る。

子どもをたばこから守る会・愛知会員



やまね もと

# 山根 基

心身健康科学科  
(運動生理学)

## 出張講座テーマとねらい

### スポーツの現場における取り組みとその理論

現在、部活動としてスポーツを行っている小・中・高校生からトップアスリートまで、さまざまな工夫を凝らした練習法やコンディショニング法が多くのスポーツ場面で実施されています。その理論や正しい活用方法について検討します。

### 健康づくりとしての運動の役割

生活習慣病の予防や生活の質(QOL)の向上に、適度な運動・スポーツ実施が有用であることは明らかになっています。しかしながら、現在成人で運動習慣のある人の割合は約30%と低く、今後はより多くの人たちの運動行動を改善することが社会的課題となっています。したがって、運動習慣の形成についてさまざまな観点から検討したいと考えています。

## 講師紹介

### 専門分野

運動生理学

### プロフィール

愛知みずほ大学人間科学部卒業

中京大学大学院体育学研究科博士課程単位取得退学

中京大学生命システム工学部 助手

愛知みずほ大学人間科学部 専任講師

日本体育学会、日本体力医学会、日本運動生理学会、日本公衆衛生学会、運動疫学会等会員



あんねん やすまさ

# 安念 保昌

心身健康科学科  
(心理学)

## 出張講座テーマとねらい

### 臆病なネズミと攻撃的なネズミの社会から見えてくるもの

ネズミの社会の遺伝・生態学的研究から、次のようなことが見えてきた。選択交配して、臆病になったネズミは、よそ者にはおとなしいが、社会内部でのイジメに似た序列に関わる攻撃行動が多く、一方攻撃的なネズミは、集団内部では、イジメは全くなく、どんどん新天地に出たがった。しかし、それができない時、攻撃的なネズミの社会は崩壊してしまった。何故なのだろうか。我々の持つ攻撃性や、様々な性格の意味を考える。

### パーソナリティと社会的ジレンマ

人間の社会はストレスに満ちているが、そのおおもとは、解決が容易ではない社会的ジレンマ状況から来ている。それがなかったら、人はおもむくままに振る舞えばよいわけだが、このジレンマに立ち向かっていくやり方が、パーソナリティと深く絡んでいて、ひいてはその地域社会の性格にも繋がっていることが分かってきた。

### ”カワイイ”が人を進化させた: 比較心理学から見た心の誕生と進化について

ヒトの脳容積は約ペットボトル3本分あるが、今から、800 万年前、チンパンジーのもとから分かれたときは、1本分しかなかった。長い進化を通して脳容積の拡充がどこかで心を誕生させたはずで、それが、心理学に繋がっている。ヒトの親子の頭骨をチンパンジーの親子と比べると、ヒトの親の頭骨は、チンパンジーの親より子供の方に似ていることが分かる。このように、先祖の種の幼く”カワイイ”形になるように進化することをネオテニーと呼ぶ。これによって、脳は巨大化していったと考えられる。この脳の巨大化の過程で、母親の骨盤を通るため生理的に早産せざるを得なくなり、育児の長い時間が必要となったのである。心の進化について考えてゆく。

## 講師紹介

### 専門分野

比較社会心理学・認知心理学・生態心理学

### プロフィール

筑波大学心理学系講師を経て、現在、愛知みずほ大学人間科学部教授

これまでに、東海市議会研修会や、様々な高校での出張講座、高大連携プログラムの心理学を受け持つ



たかはま さちこ

# 高濱 祥子

心身健康科学科  
(心理学)

## 出張講座テーマとねらい

### 心と身体をつながり～心理学の立場から～

楽しいことを想像してわくわくすることと、緊張してドキドキすることは、何が同じで、何が違うのでしょうか。心理学の立場から、心と身体をつながりをお話します。

### 記憶の心理学

覚えること、忘れることに関する心と脳の働きをお話します。

### ポジティブ心理学

同じことを経験しても、人によって受け取り方・考え方は様々です。ポジティブシンキング(積極的思考)とは、どのような考え方かをお話します。

## 講師紹介

### 専門分野

認知心理学・生理心理学

### プロフィール

愛知みずほ大学准教授。

日本心理学会、日本認知心理学会、日本生理心理学会、日本基礎心理学会、日本神経科学学会、日本動物心理学会、北米神経科学学会、米国視覚学会に所属。



なかばやし きょうこ

# 中林 恭子

心身健康科学科  
(臨床心理学)

## 出張講座テーマとねらい

### 見つけよう自分らしい子育て

お母さんはもちろんお父さんも子育てに悩んだり、不安を抱いたりすることがあると思います。現代ならではの子育ての難しさもあります。子育てについて一緒に考えます。

### ストレスへの対応

現代はストレス社会と言われていています。ストレスとは何か、どのように対応したら良いのかを学びます。

### よりよい人間関係を築くために

職場、地域などでの人間関係が複雑になり、様々な問題が起きています。人間関係をより良くする方法を学びます。

### 児童・生徒へのより良い対応を考える

教員の研修向き。対応困難な事例を取り上げ、参加者とともに対応を考えます。インシデントプロセス法による事例検討の方法も学びます。

## 講師紹介

### 専門分野

臨床心理学

### プロフィール

臨床心理士。

精神科病院、精神科クリニック、児童養護施設、保健センターの心理職、公立中学校のスクールカウンセラーとして、主に子どもや若者とかかわってきました。

### 【講演】

名古屋市職員研修、豊田市教員研修、豊田市の交流館、豊田市や名古屋市の小中学校等で講演、扶桑町、一宮市、名古屋市の生涯学習講座等で講演

ごとう かずふみ

# 後藤 和史

心身健康科学科  
(ストレスの心理学)

## 出張講座テーマとねらい

### 精神的な緊張をときほぐそう

部活の試合・授業での発表・学力試験などの場面で、精神的な緊張を感じすぎて、本来の力を発揮できずに不満足な結果に終わることがあります。このような場合、比較的簡単なトレーニング(自律訓練法)によって、精神的な緊張を解きほぐせることが心理学的な研究によって示されています。そこで、日常的な緊張場面に対処できるように、自律訓練法などのリラックス法を紹介したいと思います。

### ストレスの心理学

心理的ストレスは精神面のみならず身体的側面・社会的側面に影響を与えます。そこで「ストレスとは何か」「ストレスとどうつきあっていくのか」についてお話しします。

## 講師紹介

### 専門分野

臨床心理学・異常心理学・パーソナリティ心理学・健康心理学

### プロフィール

臨床心理士。大学心理相談室および精神科クリニックで、中高生から社会人にいたる幅広い方々に対する心理療法・カウンセリングを経験。2001年より現職。

心理臨床上の専門は、不安やストレス軽減のためのリラクゼーション法(とくに自律訓練法)。

【担当科目】「臨床心理学概論」「医療・健康心理学」「心理学的支援法」など

### 【出張講座実績】

「ストレスの心理学」 於、トヨタテクニカルディベロップメント株式会社(2018.11)、生活クラブ生活協同組合名古屋センター(2018.9)、中北薬品株式会社(2017.11)

「女性のストレスとその対処」 守山区役所(2017.10)

「精神的な緊張を解きほぐそう」 名古屋市総合リハビリテーションセンター(2015.3)



ばん みさと

# 阪 美里

心身健康科学科  
(情報科学)

## 出張講座テーマとねらい

### 自分の身は自分で守る

高度情報化社会、IT 革命といわれて久しい。高等学校の授業でも「情報」が必修化され、今や、パソコンが使えるのは常識。でも、情報化社会における怖さを知らない人も多いのでは？それでは、どうしたらいいのか。答えは「自分の身は自分で守る」ということだ。携帯、スマホ、タブレット、ウェアラブル端末…世の中便利になってきた。世界中の知らない人ともつながりやすくなってきた。しかし、そこには楽しいことばかりではなく、キケンも潜んでいるということを十分に知り、その対応策をも知った上で、ネット社会をエンjoyして欲しい。

## 講師紹介

### 専門分野

化学、情報科学、初年次教育、著作権教育

### プロフィール

企業経験を経て、愛知みずほ大学へ。

現在、愛知みずほ大学准教授。

初年次教育科目(情報、文章表現系等)を中心に授業を受け持つ。

また、初年次教育科目の他、人間科学コースの学生を対象に、基礎を身につける1年次から、卒業研究をまとめる4年次までゼミ形式での一貫指導も行っている。



さくらい えいいち

# 桜井 栄一

心身健康科学科  
(情報科学)

## 出張講座テーマとねらい

### 電子メールはなぜ届くのか

あなたが携帯から発信したメールはどのような道のりを辿って相手に届くのでしょうか？ネットワークの専門用語を使わずやさしく解説します。仕組みが分かればパケット代が節約できるかも？

### 仕組みを知って安全にインターネットを使おう

ウイルス、架空請求、個人情報流出など、インターネットで起きる事件、事故が新聞を賑わせています。これらの事件・事故はどのような仕組みで起こったのでしょうか？仕組みを知って安全にインターネットを使いましょう！

## 講師紹介

### 専門分野

情報科学・情報システム技術・情報システムの信頼性理論

### プロフィール

- ・大手メーカー系コンピュータシステム会社にて社内外のシステムエンジニアの育成、技術サポートに携わった後、2006年3月より現職
- ・マイクロソフト社公認技術教育講座講師(2000年～2003年)
- ・大垣ソフトピア技術教育講座講師(2000年)
- ・名古屋ソフトウェアセンター技術教育講座講師(2003年)
- ・理学修士(数学)、テクニカルエンジニア(データベース)、第一種情報処理技術者、マイクロソフト社認定システムエンジニア・データベース管理者
- ・IEEE 会員、情報処理学会会員、日本オペレーションズ・リサーチ学会

まつおか ようこ

# 松岡 陽子

心身健康科学科  
(文化人類学)

## 出張講座テーマとねらい

### アフリカを知ろう!

グローバル化の中、私たちの生活は常に日本を超えた世界とつながっています。アフリカも例外ではなく、日本と密接な関係があるにもかかわらず、しかし実際には十分に知る人が少ない状況にあります。アフリカは最後のビジネス・フロンティアとも呼ばれ、最近日本でも徐々に関心が高まっていますが、まずはどのようなところなのか、ケニアを中心に話させていただきます。

### 幸せについて考える

ケニアに住んでいると、「一日を生きる」ということがどれほど大変なことか思い知らされます。ケニアの日常とは生と死が隣り合わせであるのが普通です。でもだからこそ「生」への強い意欲がケニアの人々にはあります。一方、日本人はどうでしょうか？日本は確かにケニアと比べると経済的に豊かです。お金よりも心が大事なんて、ありふれたことを言うつもりはありませんが、生きるということは何か、そして私たちにとって幸せとは何か、もう一度考え直してみませんか？

## 講師紹介

### 専門分野

文化人類学、アフリカ・ケニア研究

### プロフィール

2002年にケニアでフィールドワーク(現地調査)を開始。現在に至るまで長期・短期で定期的にケニア調査を続ける。熊本大学助手、山口大学助教を経て、現職。

うめもと だいすけ

# 梅本 大介

心身健康科学科  
(教育史)

## 出張講座テーマとねらい

### 占領下における教育改革の地域史

戦後教育のあり方は、占領期の改革に依拠しています。教育基本法を頂点に教育諸法が整備され、民主化改革が実現していきました。改革の具体化が各地域・学校でどのように取り組まれていったのかをふりかえると、さまざまなユニークなチャレンジを多くみることができます。

## 講師紹介

### 専門分野

近代日本教育史・占領史研究

### プロフィール

早稲田大学政治経済学部卒、同大学大学院公共経営研究科修士課程修了、同大学大学院教育学研究科単位取得退学。早稲田大学非常勤講師、同大学大学史資料センター専門嘱託を経て、愛知みずほ大学専任講師。主に、教育原論や教育史など、教育学をテーマとする科目を担当しています。

国会議員政策担当秘書資格認定(2015年、衆議院)。

[研究テーマ]

① 沖縄や奄美地域の占領期の教育改革を研究しています。

『琉球教育基本法』の意義に関する再検討 琉球政府成立以前の各地域政府の動向を踏まえて, 『アジア教育史研究』第21号, pp.19-32, アジア教育史学会。

② 旧教育基本法以前の教育改革を研究しています。

「戦後教育改革における教育権構想に関する研究 帝国議会を中心にして」, 『早稲田教育評論』第26巻1号, pp.107-124, 早稲田大学教育総合研究所。

[研究・講演等]

① 「福岡県における戦後教育改革実施経過に関する研究 ー九州地方民事部の指示事項に着目してー」, 『早稲田大学教育学会紀要』第14号, 2013年, pp.71-78, 早稲田大学教育学会。