

令和8年度 | 第53回

文化とくらしの探究時間～多彩な視点で開く学びの窓～

公開講座

参加費
無料

オンライン
講座

公開期間>>> 9月25日(金)~1月31日(日)

YouTube 限定公開

砂糖と人工甘味料 ―知っておきたい甘さの話―

講師 太田 千穂

| 栄養科学部 栄養科学科 准教授



後援：一般社団法人全国栄養士養成施設協会

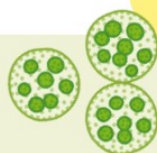
対面講座

10月3日(土)13:00~14:00

発酵食品の不思議

講師 藤原 秀彦

| 栄養科学部 フード・マネジメント学科 准教授



10月3日(土)14:30~15:30

はじめての生成AI講座～暮らしを助ける“AIとの上手な付き合い方”～

講師 坂本 健成

| 流通科学部 流通科学科 講師



11月7日(土)13:00~14:00

学園祭同日開催

走らなくても夢中になれる? !「鬼ごっこ」の不思議を科学する

講師 西田 明史

| 教育学部 児童幼児教育学科 准教授



11月7日(土)14:30~15:30

学園祭同日開催

『自己肯定感』が高いとか低いとか...どういうこと?

講師 福丸 奈津子

| 短期大学部 幼児保育学科 准教授



<お問合せ>

中村学園大学

中村学園大学短期大学部

連携推進部「公開講座」係

092-851-5579

福岡市城南区別府5丁目7番1号

kouryu@nakamura-u.ac.jp

お申込は
コチラ

オンライン講座



お申し込み開始日

9月1日

より

対面講座



中村学園大学

中村学園大学短期大学部

公開講座

～内容紹介～

砂糖と人工甘味料 ―知っておきたい甘さの話―

太田 千穂 | 栄養科学部 栄養科学科 准教授

甘味料は、天然甘味料と人工甘味料の2つに分けることができます。人工甘味料と聞くと「体に悪いんじゃない?」「カロリーゼロって本当?」などと不安に思っている方も多くかもしれません。本講座では、調味料として主に使用される砂糖と人工甘味料について、それらの特徴や役割などについて、科学的視点からわかりやすく解説します。それらの違いを正しく知って、日々の食生活に上手に生かすためのヒントにしてください。

発酵食品の不思議

藤原 秀彦 | 栄養科学部 フード・マネジメント学科 准教授

あなたは発酵食品と聞いて何が思い浮かびましたか。味噌、醤油、漬物、キムチ、ヨーグルト・・・このようなものだと思います。では、あなたは発酵食品を作ったことがありますか。おそらく作ったことがある人は少ないのではないのでしょうか。なぜなら、作るのが難しいイメージがあるからです。発酵食品は目に見えない「微生物」によって作られるので、難しく感じるのだと思います。この授業では、基本的な「発酵とは何か」という問いから始まり、「発酵食品の作り方」「微生物の役割」を学びながら、微生物がもつ無限の可能性について楽しく講義します。

はじめての生成AI講座 ～暮らしを助ける“AIとの上手な付き合い方”～

坂本 健成 | 流通科学部 流通科学科 講師

近年話題となっている「生成AI」は、専門家だけのものではなく、日々の暮らしにも役立つ身近な道具になりつつあります。本講座では、AIの歴史や最近の動向、利用時の注意点をわかりやすく解説します。さらに、献立づくり、旅行計画、自治会・町内会のイベント案内文作成など、生活に密着した具体例をもとに、生成AIの活用方法を実演形式で紹介します。パソコンやAIに不慣れな方でも安心して参加できる内容で、「AIを使うと何ができるのか」を実感しながら学べる入門講座です。

走らなくても夢中になれる?!「鬼ごっこ」の不思議を科学する

西田 明史 | 教育学部 児童幼児教育学科 准教授

誰もが一度は遊んだことのある「鬼ごっこ」には奥深い世界が隠されています。本講座では、鬼ごっこの歴史やスポーツとの共通点を探りながら、その不思議な魅力に迫ります。また、古今の資料を手がかりに「鬼ごっことは何か」を紐解き、遊びの仕組みや、つい夢中になってしまう心の動きを解説します。後半は、時間・場所・年齢を問わず、座ったままで楽しめる「鬼ごっこ」を実践します。走ることはありませんが、「追うー逃げる」の臨場感や、自分でも気づかぬうちに身体が動いてしまう「遊びの心地よさ」を味わうことができます。理論と実践を通じて、日常を豊かにする遊びの力を一緒に再発見しませんか。

『自己肯定感』が高いとか低いとか...どうということ?

福丸 奈津子 | 短期大学部 幼児保育学科 准教授

私たちは、自分や他者のことを何かしら評価しながら生きています。不思議なことに、同じ結果が得られても、満足する人もいれば落ち込む人もいます。評価の方法や目安が人によって違うのです。

近年よく耳にする『自己肯定感』という言葉。国際比較調査によると日本は他国に比べ自己肯定感が低いようですが、そもそも『自己肯定感』とはどのようなものなのでしょう。高い方がいいの?低いとダメなの?どうやったら育まれるの?心理学の視点からお話します。これからの生活や人との関わり方におけるちょっとしたヒントをご提供できれば幸いです。