

神戸市シルバーカレッジ 講義概要(シラバス)

コース 専攻	健康ライフコース	対象学年	3年
講義日	令和 7年 1月 30日(木)		
テーマ	健康づくりに活かす植物・園芸の効果		
講師	兵庫県立大学大学院 緑環境景観マネジメント研究科 講師 劔持卓也		
講義内容			
1.ねらい 植物や園芸のもつ人の健康に対する効果を知り、予防や健康づくりでの活用を考える機会となる。			
2.主な内容 (1)園芸療法～人の健康のために植物を用いること 園芸療法の歴史 海外における園芸療法の発展 国内における園芸療法の展開 園芸療法の背景理論 園芸療法に期待される効果 (2)園芸療法の実践事例紹介 精神科病院での事例 高齢者施設での事例 地域における活用事例 (3)自身の健康づくりに園芸を活用する			
講師からのメッセージ			
植物や植物のある場所で過ごすこと、園芸活動による人の健康に対する効果に注目が集まっています。日々の暮らしや地域での活動にそれらの効果を活用できるよう、園芸療法とその効果、疾病予防や健康づくりなどへの活用についてお伝えします。			

神戸市シルバーカレッジ 講義概要(シラバス)

コース 専攻	健康ライフコース	学年	3年
講義日	令和6年4月18日(木)		
テーマ	グループとコミュニケーション		
講師	公益財団法人ひょうご子どもと家庭福祉財団常務理事 尾上 尚司		
講義内容			
<p>これから開始されるグループ活動における参加者間のコミュニケーションが円滑に働くよう、また外部の方々との折衝や学びがスムーズになることを目的に、コミュニケーションの基本と実際を体験し、自己の在りように気づくことを目指します。</p> <ul style="list-style-type: none">・コミュニケーションの基本・自己表現と他者の自己表現・自分のニーズと相手のニーズ・私たちの世代の特長、年齢的特徴・違いと間違い・外国人と日本人・ノン・バーバル コミュニケーション・不文律と雰囲気			
講師からのメッセージ			
楽しく学んで、楽しく行動しましょう。よろしくお願ひします。			