

神戸学院大学

第九十回

土曜公開講座

2025年
9月20日(土)～
11月29日(土)

午後1時00分～
午後2時30分
神戸学院大学
ポートアイランド
第1キャンパス

D号館 1階D101講義室
(神戸市中央区港島1-1-3)

※受講者多数の場合は会場が
変更になる可能性がございます。

9月20日(土)

神戸マラソンがつなぐ
人とまち 一走って、観て、
支えてわかるマラソンのカー
共通教育センター

准教授 上谷 聡子

9月27日(土)

米国の大学における
レクスポーツプログラムに
ついて

共通教育センター

教授 津田 真一郎

10月4日(土)

プレーヤーズ・センタードな
スポーツコーチング

共通教育センター

教授 西脇 満

11月8日(土)

こころの余白を取り戻す
一毎日を軽やかに
生きるために一

心理学部 心理学科

教授 土井 晶子

11月15日(土)

健やかなくらしを守るために
認知症を正しく理解しよう

心理学部 心理学科

教授 博野 信次

11月29日(土)

子育て・孫育てを楽しむ!
カウンセリングの知恵袋

心理学部 心理学科

准教授 難波 愛

詳しくはWEBで! 神戸学院大学土曜公開講座

検索



題字:薬学部教授
岡本正志・毎日書道展漢字部審査会員

9/20

神戸マラソンがつなぐ人とまち 一走って、観て、支えてわかるマラソンのカー

共通教育センター
准教授 上谷 聡子

神戸マラソン2025は、13回目となる大会が11月16日に開催されます。多くの人に関わるスポーツイベントとして、神戸・兵庫の人やまちにさまざまな影響を与えてきました。本講座ではデータや事例を紹介しながら、神戸マラソンの魅力についてお話しします。

9/27

米国の大学におけるレクスポーツプログラムについて

共通教育センター
教授 津田 真一郎

現代人の遺伝子は、身体活動レベルに合わせて約4万年前にデザインされたとされています。スポーツ先進国である米国の大学のレクスポーツプログラムの紹介を通じて、運動習慣の重要性とその効果を解説します。

10/4

プレーヤーズ・センタードなスポーツコーチング

共通教育センター
教授 西脇 満

日本スポーツ協会は、公認スポーツ指導者に「プレーヤーズセンタード」なコーチングを推奨しています。このコーチングがいかなるものであり、またそれが推奨されるに至った背景や内容を紹介した上で、みなさんと一緒に考えていきたいと思っています。

11/8

こころの余白を取り戻す 毎日を軽やかに生きるために

心理学部 心理学科
教授 土井 晶子

真面目で熱心な人ほど、頑張りすぎてダウンしてしまいます。「こころの余白」=ちょっとした余裕を持つことで、日々のくらしも人間関係も、イライラが少なくなります。こころを整理したり、自分に優しさを向けたりするコツを体験してみましょう。

11/15

健やかなくらしを守るために認知症を正しく理解しよう

心理学部 心理学科
教授 博野 次次

くらしを障害する要因の一つである認知症について、その定義、原因となる疾患、治療法、そして予防につながる生活習慣についてお話しします。健やかな暮らしを守るための健やかな生活について一緒に学びましょう。

11/29

子育て・孫育てを楽しむ! カウンセリングの知恵袋

心理学部 心理学科
准教授 難波 愛

子育て・孫育てに役立つカウンセリングの知恵をご紹介します。自身の養育タイプを確認していただき、心理学の「アタッチメント理論」をもとに、子どもへの寄り添い方や言葉掛け、ほめ方・しつけのコツをワークを交えて楽しく学びます。

受講方法

事前申込みは不要です。どなたでもご参加いただけます。直接会場にお越しください。

お問い合わせ先

神戸学院大学 土曜公開講座係

電話:078-974-6105 (平日9:00~11:30、13:00~17:00)

注意事項

※天候等により中止になる場合があります。

詳細はHPをご覧ください。

http://www.kobegakuin.ac.jp/social_contribution/lifelong/saturday/

※中止の場合は大学HPトップの「重要なお知らせ」に

掲載いたしますので必ずご確認ください。

<https://www.kobegakuin.ac.jp/>



交通機関と所要時間

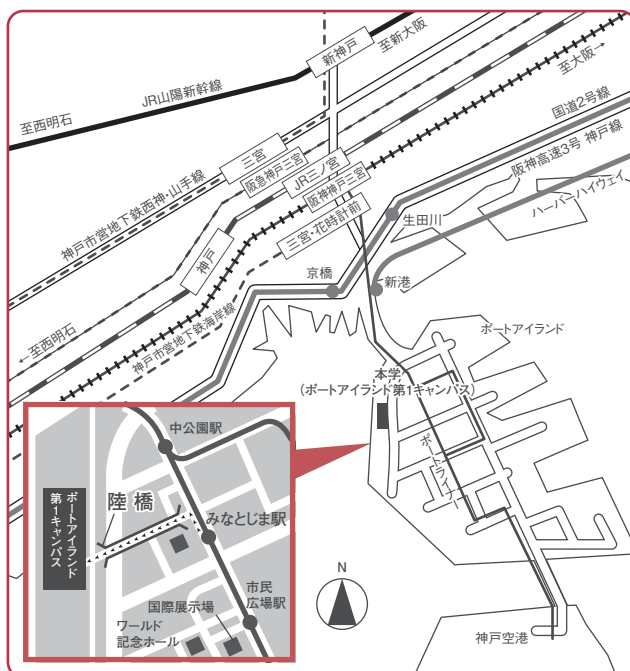
電車

JR神戸線「三ノ宮駅」、阪急・阪神「神戸三宮駅」、神戸市営地下鉄「三宮駅」から神戸新交通ポートライナーに乗り換え「みなとじま(キャンパス前)駅」下車、西へ徒歩約6分。

バス

- ・「三宮駅」から「ポートアイキャンパス行」バスで約14分。「ポートアイキャンパス」下車。
- ・「神戸駅南口」のりばから、神姫バス「ポートアイ方面行」に乗車し、約15分。「ポートアイキャンパス」下車。
- ※行き先「キャンパス・女子大」は、ポートアイキャンパス経由便です。
- ・「神戸学院大学(有瀬キャンパス)」のりば、または「神戸学院大学口」のりばから、神姫バス「三宮・ポートアイキャンパス方面行」に乗車し、約50分。「ポートアイキャンパス」下車。

■ポートアイランド第1キャンパスへのアクセス



※公共交通機関をご利用ください。学内の駐車場はご利用いただけません。