

# 「日々の暮らしに楽しみを」

ねらい…日々の暮らしも、ちょっとした楽しみがあれば毎日が心弾み、待ち遠しくなるもの。楽しみは人それぞれ。専門講師の話を参考に、自分なりの楽しみを見つけ、ワクワクする毎日、心豊かな毎日、いきいきとした毎日を過ごしませんか？



対象者 **どなたでも参加できます**

会場 倉吉交流プラザ 視聴覚ホール および 第一研修室  
(倉吉市駄経寺町187-1) 〈Tel.0858-47-1181〉

受講料 **無 料**

1回 認知症を予防して  
楽しく暮らそう

開講式

5/11(日) 視聴覚ホール

講師 鳥取大学医学部 教授 浦上 克哉

時間 13:30~15:00

5回 鳥取方言のルーツを  
探ってみよう

7/26(土) 視聴覚ホール

講師 国際文化交流学科 准教授 岡野 幸夫

時間 13:30~15:00

2回 スマートフォンで  
豊かで便利な毎日を

6/7(土) 視聴覚ホール

講師 ㈱NTTドコモ中国支社 法人営業部 インストラクター  
山口 雅明

時間 13:30~15:00

6回 鳥取の郷土食の  
魅力と地域性

8/9(土) 視聴覚ホール

講師 生活学科 食物栄養専攻 教授  
松島 文子

時間 13:30~15:00

3回 楽しい音楽  
レクリエーション

6/28(土) 視聴覚ホール

講師 幼児教育保育学科 教授 羽根田 真弓

時間 13:30~15:00

7回 読んで広がる、  
書いてつながる

閉講式

9/7(日) 視聴覚ホール

講師 小説家 松本 薫

時間 13:30~15:00

4回 香りを楽しむインテリア

7/12(土) 第一研修室

講師 生活学科 住居・デザイン専攻 助教  
尾崎 せい子

時間 13:30~15:00

※要申込み(7/4まで)：先着50名 材料費500円

申込・問い合わせ先

鳥取短期大学地域交流センター

〒682-8555 倉吉市福庭854

TEL・FAX：0858-26-9138(直通)

\*とっとり県民カレッジ連携講座です\*

1回

テーマ **認知症を予防して  
楽しく暮らそう**

講師 浦上 克哉

認知症予備群を早く見つければ、認知症への移行を予防できる可能性がある。今できる予防対策として、集団ではもの忘れ検診と予防教室が大切である。個人では、創造的なこと（短歌や俳句）、運動、アロマセラピーなどがある。

2回

テーマ **スマートフォンで  
豊かで便利な毎日を**

講師 山口 雅明

「スマートフォン」「アプリ」って興味はあるけど難しそう…」そんな不安ありますよね。それでもスマートフォンが普及する理由は、私たちの生活をちょっとワクワクさせてくれる力があるから。スマートフォンで簡単に豊かで便利な毎日をおくってみませんか。

3回

テーマ **楽しい音楽  
レクリエーション**

講師 羽根田 真弓

音楽は人の心を動かします。心が動けば体が動きます。音楽は私たちに力を与えます。楽しく生きる喜びを与えます。歌を歌い、心を和ませながらからだを動かしてみましょう。音楽レクリエーションのひとつをご一緒に楽しみませんか。

4回

テーマ **香りを楽しむ  
インテリア**

講師 尾崎 せい子

私たちは四季折々の草花やその風景に心癒され、元気をもらいます。身近なインテリア空間において、草花や香りによって癒される空間を紹介し、また簡単にそれらを取り入れることができる雑貨を制作します。

5回

テーマ **鳥取方言のルーツ  
を探ってみよう**

講師 岡野 幸夫

方言には古い言葉が残ると言われています。鳥取県（とくに中部）の方言の場合はどうでしょうか？ いくつかの伝統的な方言を取り上げて解説します。身近な暮らしの言葉の中に息づく古語を知って、方言のゆたかさを感じていただければと思います。

6回

テーマ **鳥取の郷土食の  
魅力と地域性**

講師 松島 文子

社会環境の変化とともに食をめぐる様々な課題が生じていますが、鳥取県の各地域には、長い伝統と気候・風土・生活環境を反映して培われた独特の食文化が継承されています。味わい深い鳥取の郷土食の魅力と特徴について考えます。

7回

テーマ **読んで広がる、  
書いてつながる**

講師 松本 薫

読書は自分の外と内を広げてくれます。書くことは自分と他者をつないでくれます。自分の好きな一冊を紹介する文章(ごく短い書評)を書きながら、どうすれば伝わる文章が書けるかを考えたいと思います。お好きな本を一冊持参していただけるとうれしいです。