

2025年度 信州大学 全学教育センター 公開講座

土曜市民教養教室

信州大学は地域貢献を目的に、一般市民の方々を対象とした本講座を開講しております。

コース1	総合人間科学研究の最前線	p. 2
コース2	生成AIを活用できる毎日	p. 4
コース3	日本は「会計」の力がすごかった PART1 ～大和朝廷から明治維新まで～	p. 5
コース4	Learning English through Extensive Reading	p. 6
コース5	基礎から学ぶ発達心理学	p. 7
コース6	「シンデレラ」のルーツを探る！	p. 9
コース7	やさしい英語でひらく絵本の扉	p. 10
コース8	異文化コミュニケーション入門	p. 11
コース9	「学び」をデザインする ～生涯学習を楽しむための心理学～	p. 12
コース10	省エネ住宅：持続可能で経済的な設計	p. 14
コース11	フランス詩歌の魅力	p. 16
コース12	アメリカのTVドラマをスクリプトと映像で楽しむ	p. 18
コース13	創造性を高める「自分ごと」としての認知科学	p. 19
コース14	信州の地形・地質と鉄道 ～鉄道風景に秘められた自然の事情～ (大塚コース) (注1)	p. 20

(注1) 「コース14 大塚コース」の日程と申込方法等は、他のコースとは異なります。
(詳細 p. 20)

受講料・日程表等	p. 21
開講場所・申込方法	p. 22
問い合わせ先	p. 23

コース1：総合人間科学研究の最前線

土曜市民教養教室と関わりの深い信州大学総合人間科学系には、文系／理系の垣根を越えて、さまざまな分野の研究者が所属しています。

本講座では、総合人間科学系に所属する研究者5名を講師としてお招きして、各専門分野の研究動向や研究成果をみなさんと勉強してみたいと思います。

【講師と専門分野】 オムニバス形式（担当順）

- 小池 洋平（憲法学）
- 松村 宣顕（情報学）
- 松宮 慎治（高等教育論）
- 鈴木 球子（フランス文学・哲学）
- 加藤 善子（教育学）

第1回：5月10日（土） 10:00～11:30

小池 洋平：法における身体へのまなざし

「あなたの『身体 (body)』はだれのものでしょうか？」こう聞かれたとき、私たちは「自分のものに決まっている。」と直観的に答えると思います。しかし、実際には身体は国家をはじめとする様々な権力によって「管理 (control)」されています。

この点につき、近年、日本の最高裁は身体に関わる2つの重要な違憲判断を出しました。性同一性障害者特例法の「不妊要件」を巡る決定（2023年10月25日）と、旧優生保護法下で行われた強制不妊手術を巡る判決（2024年7月3日）です。両方とも「自己の意思に反して身体への侵襲を受けない自由」を違憲判断の根拠としています。これら司法判断が表しているのは、まさに公権力が特定の個人の身体を「管理」してきた歴史の存在であり、そうした公的「管理」から自分の身体を守る人権の大切さです。

そこで、第1回では、法において身体はどのように見られてきたのかを振り返りつつ、身体を守るための人権について考えてみたいと思います。

第2回：5月24日（土） 10:00～11:30

松村 宣顕：持続可能な情報基盤とリスクマネジメント：ブータンで得た知見と研究

現代社会では、情報基盤が電気や水道と同様に、日々の生活を支える重要な社会インフラとなっています。もし、日常生活で当たり前のように使っているインターネットや情報サービスが突然利用できなくなったら、生活や仕事にどのような影響があるでしょうか？

第2回では、青年海外協力隊員として活動したブータン王立大学で直面した停電やシステム障害などの経験を、現地の生活や職場の映像、そしてエピソードを交えながらお話しします。また、情報基盤を効率的かつ安定的に運用するためのリスクマネジメント手法や、情報セキュリティ、AI（人工知能）の国際規格の活用についても紹介します。

第3回：6月7日（土） 10:00～11:30

松宮 慎治：原因と結果の関係を“厳密に”示すためにはどうすればよいのか？

：「統計的因果推論」のご紹介

たとえば私の専門分野では、「大学に行かないよりも行ったほうがいい」といわれます。理由は色々ありますが、もっともわかりやすい理由として、大学に行ったほうが、生涯年収が

高くなりやすいことがよく挙げられます。この真偽を厳密に知ろうとすると、最初に思いつく簡単な方法は、大学に行った人と行かなかった人の生涯年収を比べることです。しかし、実は私たちが本当に知りたいのは、その結果が“同じ人同士で”どうなるか（①大学に行った Aさんと、②大学に行かなかった Aさんの生涯年収を比べるなど）ではないでしょうか。

もちろん、このような比較を現実の世界で行うことはできません。Aさんはひとりしかいないからです。こうした限界を、「タイムマシンがあればできる（しかし、もちろんできない）」という意味で、「タイムマシン問題」と呼びます。そして、この限界に挑もうとするアプローチがあり、これを「統計的因果推論」といいます。第3回では、疫学、政治学、経済学、社会学など、学問分野を問わず、計量的方法論の最前線になりつつある、統計的因果推論をご紹介します。

第4回：6月21日（土） 10:00～11:30

鈴木 球子：ファッションとメッセージ

1947年のクリスチャン・ディオールの最初のコレクション「ニュールック」は、賛否が入り混じった反応を引き起こしました。その特徴である細く絞ったウエストと、そこから広がるフレアスカートは、「ニュー（新しい）」といいつつも、歴史的に見れば西洋の女性服の基本型のアレンジともいえるものです。なぜ、ディオールはこのようなファッションを生み出したのでしょうか？

ファッションとは、「好きなものを好きなように着る」というだけのものではありません。それは時に、メッセージ性を持つものでもあります。19世紀以降の西洋のファッションの歴史をたどりながら、メッセージのいくつかを紐解いてみたいと思います。

第5回：7月5日（土） 10:00～11:30

加藤 善子：名門校の秘密—深志高校でのフィールドワークでわかったこと

名門校と言われる高校はどんな教育を行っているのか？長野県で最も古い旧制中学校（男子校）だった長野県松本深志高等学校で、今も守られている伝統の力とはどのようなものかを、女子校出身の教育学者が解説します。日々の教育実践から謎の応援団組織、そして、地域に住まう市民とのこれからの関わり方について、私たちの共同研究を紹介しながら、皆さんと議論できればと思っています。

興味のある方は、井上義和・加藤善子編『深志の自治—地方公立伝統校の危機と挑戦—』（信濃毎日新聞社・2023年）もご参照ください。

コース 2 : 生成 AI を活用できる毎日

講師 鈴木 治郎 (信州大学 特任教授)

2022 年末に登場した ChatGPT の影響により、私たちの暮らす世界は変わってしまいました。ビジネスシーンの競争環境でならば、AI をパートナーとしてよりよく進むのか、それとも使わずに消えていくのかの状況に入りました。本講座では、そこまで発達した AI 技術をふだんの生活へと、反映させるためのヒントを、毎回の演習を通じてつかんでください。本講座ではスマートフォンまたはパソコン上で、実際に生成 AI アプリを各自が体験利用することが必須です。各自の機器でアプリ利用する以前のお手伝いや、AI に関する哲学的議論はご遠慮ください。

※ 持ち物：スマートフォンまたはノートパソコン

第1回：5月10日（土） 10:00～11:30

アプリの活用に慣れよう

生成 AI アプリの利用を通じて、どのようなことが現在できるのか、さまざまな体験を通じて概観します。

第2回：5月24日（土） 10:00～11:30

幻覚（ハルシネーション）とは何だろう

生成 AI アプリの実行結果は必ずしも正しくないという欠点（ハルシネーションの生成）が指摘されています。それらは実際に問題となるのでしょうか。多くの事例体験を通じて、ハルシネーションとどのように付き合うべきかを考えます。

第3回：6月7日（土） 10:00～11:30

試験勉強に活用しよう

私たちは学生時代を卒業しても、さまざまな資格やスキルを身につける必要に迫られます。一方で、こうしたことを勉強する場合、身につけるべき目標は明確です。そのような場面での AI の活かし方を、多くの事例を通じて体験します。

第4回：6月21日（土） 10:00～11:30

生活管理を手伝ってもらおう

前回の話題でもそうですが、一定のスケジュールに沿って何かを進めることは、私たち人間にとって楽ではありません。また日常生活では調整すべき事柄を多く抱えるものです。そうした場面での AI の活かし方を、多くの事例を通じて体験します。

第5回：7月5日（土） 10:00～11:30

原理を知り将来を予想しよう

AI においても、技術の進展により現在の常識が書き換わることは珍しくありません。最後のまとめとして、今までに体験した事柄の背景にある基礎理論に触れながら、すぐに機能更新の期待できる技術、なかなか克服することの困難な技術について、それぞれどんなものがあるのか、考えを深めます。

コース3：日本は「会計」の力がすごかった PART 1

～大和朝廷から明治維新まで～

講師 田村 徳至 (信州大学 総合人間科学系 教職支援センター 准教授)

2022年度から2024年度の3年間は、日本の“お金”に関する歴史と「金(きん)」に絞ってお話をしました。今年度は、「会計」に焦点を当てて我が国の歴史についてお話をいたします。簿記・会計の知識・スキルは必要ありません。ご安心ください。一緒に「会計」の視点から日本の歴史に飛び込んでみませんか。

第1回：5月10日(土) 10:00～11:30

「会計力」ピカ1の大和朝廷！！

大和朝廷は会計の力があつたからこそ国を統一できたといっても過言ではありません。大化の改新の成功から平安時代までを概観します。

第2回：5月24日(土) 10:00～11:30

勘定が強かつたお坊さんと武士

鎌倉時代は、現代では考えられないほどの高金利(48%～72%)でした。鎌倉幕府と室町時代の応仁の乱を中心にお話をします。

第3回：6月7日(土) 10:00～11:30

戦国時代は会計革命！？

戦国時代、優れた会計官といえばおそらく石田三成が思い浮かぶことと思います。しかし、武田信玄、織田信長、豊臣秀吉、加藤清正も中々なものでした。今回は人物に焦点をあててお話をします。

第4回：6月21日(土) 10:00～11:30

会計といったら江戸時代！ 幕府の優れた会計官はだれ？？？

三方良しで有名な近江商人ですが、すでに世界標準の会計制度を整えていたのです。今回は近江商人と薩摩藩、そして幕府を中心にお話をします。

第5回：7月5日(土) 10:00～11:30

明治維新の収支状況は・・・

実は大政奉還の時、朝廷の金庫はすっからかんでした。旧幕府軍も新政府軍も金欠病だったのです。さて、どうやってこの難局を乗り越えたのでしょうか・・・。

コース4 : Learning English through Extensive Reading

講師 ブライアリー マーク アラン (元信州大学 全学教育センター 准教授)

Extensive reading is a way to learn English by reading a lot of easy, enjoyable books. You can become more fluent, build vocabulary, and improve grammar without stress. This course is designed for learners who want to get better at English and for teachers who want to understand this method. The sessions will be conducted in English. By the end, participants will understand how to enjoy reading as a lifelong habit.

(このコースは英語で行われます。)

第1回 : 5月10日 (土) 10:00~11:30

Start Reading!

Extensive reading begins with choosing books that are enjoyable and not too difficult. This session introduces the key principles of extensive reading and the importance of starting with the right materials. We will explore what makes a book suitable for extensive reading.

第2回 : 5月24日 (土) 10:00~11:30

Measure Progress

Measuring progress is a key part of successful extensive reading. This session examines tools and techniques for tracking books read, time spent reading, and improvements in fluency. We also discuss how reading helps language development.

第3回 : 6月7日 (土) 10:00~11:30

The Science of Reading

Research shows that extensive reading helps us learn languages. This session explains how reading a lot of easy material improves fluency, vocabulary, grammar, and understanding. We also look at what happens in the brain when we read, how languages work and how we become good at languages.

第4回 : 6月21日 (土) 10:00~11:30

Finding the Right Books

Selecting the right materials is essential for successful extensive reading. How do we decide what to read, and where can we find it? This session looks at various resources, starting with graded readers and comics. We also look at digital platforms and reading online, and think about creating new materials.

第5回 : 7月5日 (土) 10:00~11:30

Make Reading a Habit

Establishing extensive reading as a daily habit ensures long-term benefits. This session discusses practical strategies for maintaining regular reading, accessing new materials, and sharing favorite books to inspire lifelong enjoyment.

コース5：基礎から学ぶ発達心理学

講師 横嶋 敬行 (信州大学 総合人間科学系 教職支援センター 助教)

時代の変化が激しい現代において、子育てや職場での人間関係、自分の人生の在り方に悩みを抱えている人が多くなっています。発達心理学は、そうした悩みを解決するための土台となる人間理解を深めることができる学問です。

本講座では、胎児期から老年期に至るまでの各発達段階の知識について学んでいきます。発達心理学をはじめ学ぶ方や、久しぶりに学びなおしたいという方も気軽に参加できるように基礎的な知識を中心に扱いますが、私が専門としている「自尊感情・自己肯定感」や「向社会性（思いやりの心）」などについては、大学の講義らしく、最先端の研究知見を取り入れた学びを提供していきたいと考えています。ご興味がございましたら、どうぞご参加ください。

第1回：5月10日（土） 10:00～11:30

発達の理論

発達とは何なのか？発達を形作るのは遺伝なのか環境なのか？発達に関する有名な理論とは何なのか？という観点で、発達の理論に関する基礎的な知識を概説していきます。

第2回：5月24日（土） 10:00～11:30

胎児期から幼児期の発達

胎児期の発達から幼児期（6歳頃まで）の発達に概説してきます。この時期の子どもは世界とどのように向かい合っているのか？運動機能や認知はどのように発達するのか？愛着（アタッチメント）を形成するためにはどのような養育態度で接するべきなのか？といった観点で学びを深めていきます。

第3回：6月7日（土） 10:00～11:30

児童期の発達

児童期（小学校1年生から6年生まで）の発達について概説していきます。この時期は認知発達が大きく発達し、自分や他人に対する行動や考えが飛躍的に成長します。近年、重要なキーワードとなっている「ありのままの自己肯定感」の基礎が形成される時期でもあります。最新の自己肯定感・自尊感情研究の知見もご紹介いたします。

第4回：6月21日（土） 10:00～11:30

青年期の発達

青年期（中学1年生から大学生頃）は、対人関係のスキルやアイデンティティの発達が目覚ましい時期です。青年期で形成されたこれらのスキルは、成人期以降の人生に大きな影響を与えます。ここでは、向社会性（思いやりの心）に関する最新の研究知見もご紹介していきます。

第5回：7月5日（土） 10:00～11:30

成人期以降の発達

最後は、成人期（25歳～40歳頃）、中年期（40歳頃～65歳頃）、老年期（65歳以降）の発達について概説していきます。成長期を超えて、さまざまな機能に衰えが見えてくる時期ですが、この時期の発達の特徴を理解しながら自身の人生と向き合っていくことで、幸福な老い

(サクセスフルエイジング) を迎えることができると考えられています。ここでは、幸福な老いをキーワードに成人期以降の発達について概説していきます。

コース6 : 「シンデレラ」のルーツを探る！

講師 株丹 洋一 (信州大学名誉教授 元教養部および人文学部)

現在も、世界中で多くの子供たちに読み継がれている「シンデレラ」のお話。みなさんが知っているのは、ウォルト・ディズニーのアニメーションの「シンデレラ」でしょうか？ それとも、作者は知らないけれどディズニーとよく似た「シンデレラ」でしょうか？ 実は、それらとよく似た「シンデレラ」のお話が、他にもたくさんあります。

「シンデレラ」とよく似たお話が、いろいろな国や地域で語られているのは、なぜでしょうか。さまざまな地域で、よく似た話が、偶然、生まれたのでしょうか。それとも、どこかあるところで生まれた「シンデレラ」の元の話が、何千年、何万年という時間と、何千キロ、何万キロという空間を超えて、現代に生きるわたしたちに語り継がれてきたのでしょうか。

「シンデレラ」のよく似たお話を読み比べながら、そのルーツを、現代から、近代へ、そして中世へ、さらに古代へと、探してみませんか。

第1回：5月10日(土) 13:00～14:30

ディズニーの「シンデレラ」(アメリカ)とグリムの「灰かぶり」(ドイツ)

まずは、20世紀半ば過ぎにアメリカで制作されたディズニーのアニメーション「シンデレラ」から始めて、19世紀のドイツで編集されたグリムの「いばら姫」へと読み進めましょう。

第2回：5月24日(土) 13:00～14:30

ペローの「サンドリヨン」(フランス)

続いて、ドイツのお隣のフランスで17世紀末に、太陽王ルイ14世の宮廷の子女たちのために、ペローによって書かれた「サンドリヨン」へと読み進めましょう。

第3回：6月7日(土) 13:00～14:30

バジューレの「シンデレラ猫」(イタリア)

続いて、イタリア文学史上、17世紀最高の作家と高く評価されているバジューレが、17世紀の前半、ナポリの宮廷人のために書いた「シンデレラ猫」を読みましょう。

第4回：6月21日(土) 13:00～14:30

「粟福」(日本)と「葉限」(中国)

今度は、目を西洋から東洋へと転じて、私たちの日本に伝わる「粟福」を、さらに、お隣の中国に伝わる「葉限」の話を読んでみましょう。

第5回：7月5日(土) 13:00～14:30

アプレイウス「アモルとプシュケー」(古代ローマ)

さらに時代を遡って、紀元2世紀に、古代のローマで書かれた「アモルとプシュケー」の話を耳を傾けてみましょう。

そして最後に、最新の世界神話学の研究成果を踏まえて、「シンデレラ」の生まれた故郷を探し出しましょう。

コース7：やさしい英語でひらく絵本の扉

講師 近藤 富英 (信州大学 特任教授)

絵本は子供から大人まで楽しむことができますが、このコースでは英語の絵本を取り上げて、英語とお話を楽しみます。出てくる語句や言い回しをていねいに説明すると共に、英語と日本語のコミュニケーションスタイルの違いや文化的な背景などにも触れます。毎回2～3冊程度を予定していますが、内容に関連したクイズも行いながら楽しく進めます。ていねいに説明しますので、英語が苦手な方でも英語と絵本に興味さえあれば歓迎いたします。資料等は毎回配布します。音声資料があるものは聞いて楽しめます。

第1回：5月10日（土） 13:00～14:30

動物の出てくる絵本

笑いあり、涙ありのさまざまな動物が出てくる絵本を読みます。どんな動物がでて来るかお楽しみ！アメリカの子供向け雑誌の中から動物の出てくる短編も取り上げます。

第2回：5月24日（土） 13:00～14:30

動物と人間のかかわりあいの絵本

動物と人間は昔から助け合ってもきました。動物と人間のかかわりを描く絵本を読みます。どんな関係なのかご期待！アメリカの子供向け雑誌の中から面白そうな短編も取り上げます。

第3回：6月7日（土） 13:00～14:30

小さな動物たちの絵本

絵本にはいろいろな動物が出てきますが、今回は小さな動物たちの絵本です。小さくてもちゃんと生きているところに感動！アメリカの子供向け雑誌の中から面白そうな短編も取り上げます。

第4回：6月21日（土） 13:00～14:30

大きな動物たちの絵本

絵本には恐竜をはじめ強くて大きな動物たちも登場します。そんな「大きな」お話です。アメリカの子供向け雑誌の中から面白そうな短編も取り上げます。

第5回：7月5日（土） 13:00～14:30

翻訳されている絵本

日本語に翻訳されている絵本もたくさんありますが、だれでも知っている絵本を英語で読みます。英語の原題も興味津々！？アメリカの子供向け雑誌の中から面白そうな短編も取り上げます。

コース8：異文化コミュニケーション入門

講師 仙石 祐 （信州大学 総合人間科学系 グローバル化推進センター 講師）

異文化コミュニケーションを巡る5つのトピックスを取り上げ、異文化の人たちと円滑にコミュニケーションをとりながら友好的な関係を築きたいと願う受講生の皆さんへ、関連する知識と実践のためのスキルを分かりやすく講義します。また信州大学で学ぶ留学生との対話も行いたいと思います。なお使用言語は日本語です。（英語は不要です。）

第1回：5月10日（土） 13:00～14:30

データで見る多文化共生と世界の学生モビリティ

長野県や日本で多文化共生がどのように進んでいるか、データをもとに紐解きます。また世界の留学生の移動が日本に与える影響を考えます。

第2回：5月24日（土） 13:00～14:30

自文化中心主義と文化的相対主義、IDC と国際適応力診断テスト

皆さんが自文化中心主義から文化的相対主義に至る過程を、IDC と言われる物差しで測ります。また国際適応力診断テストで世界で活躍できる素質があるかも測ります。

第3回：6月7日（土） 13:00～14:30

マレーシア・中東・ブラジルの多文化融合

多文化融合の例としてマレーシア・中東・ブラジルを取り上げ、日本と異なる個別の事例を学びます。

第4回：6月21日（土） 13:00～14:30

氷山モデル、ステレオタイプ、コンテクスト

異文化コミュニケーションにおけるいくつかの理論とモデルを紹介し、日本と世界の文化を比較します。

第5回：7月5日（土） 13:00～14:30

「やさしい日本語」講座

日本において外国由来の人たちとコミュニケーションをとるのに適している「やさしい日本語」を、実践とともに学びます。

コース9：「学び」をデザインする

～生涯学習を楽しむための心理学～

講師 藤川 真美乃 (元信州大学 全学教育機構 特任助教)

この講座は、「学ぶ」ことについて、一度丁寧に向き合いたい、自分に合う方法を習得したい、という方に向けた講座です。人生100年時代と言われる中、生涯学習に熱心に取り組まれる方が多くなりました。大人は自立した学習者であり、興味に応じて知識が広がることはそれぞれに喜びがあります。しかしながら、モチベーションを維持することや、いつもの習慣や思い込みから、知識を活かすににくいと感じることはありませんか。実は、「学ぶ」ことは「頭で覚える」ことが中心だと思われがちですが、時間や身体の使い方、モチベーションの維持にもかなり工夫が必要です。また「学ぶ」方法を改善していくことにも、楽しさがあります。心理学では、「学ぶ」ことについていくつかの効果的な方法が生み出されています。それを体験いただき、「自分に合った学習方法」の気づきを得て、より豊かな楽しく学び続ける生活へと繋げることができればと思います。

第1回：5月10日(土) 13:00～14:30

「心」を整えて学習する

なぜ学びたいか、という目的を一度掘り下げることは強いモチベーションの維持に必要になります。また学びを深めていくときには、感情の活用も大切です。“成長マインドセット”を持ち、また進化的にも備わった適切な感情を活用することは、学習のモチベーションの維持だけでなく、偏った考えに陥らず正しさを求める姿勢につながるようになります。初回では、これらに関連する認知の罨や、学ぶ心を維持するための方法について話をします。

第2回：5月24日(土) 13:00～14:30

「場所」を選んで学習する

どこで学ぶのか、によって集中できるかが変わります。人は社会的な生物であり、他者が多くいる空間では、他者の動作や意図を自然に確認してしまい、認知に負荷がかかることがあります。あるいは学習が慣れてきたときには、2種類の作業を交互にしたり、学習に負荷をかける方がはかどることがあります。“興奮レベルを最適化する”ことが学びの環境にとっても大切です。これには人の特性に対する理解も必要となります。第2回では思考に心地よい環境を作ることについて話をします。

第3回：6月7日(土) 13:00～14:30

「身体」を使って学習する 一覚えやすい方法1一

どう学ぶか、の工夫に身体の活用があります。学習というと、座って静かに行うイメージがあります。しかし、運動と共にする、あるいはジャスチャーを使用することで、理解しやすくなるということがあります。頭の中に全てを置かないことで、認知的な負荷を下げることができます。第3回では、典型的な学習するイメージを払拭し、体を動かしたり、声に出したりすることが効果的であることを体験いただく回にします。

第4回：6月21日（土） 13:00～14:30

「感覚」を磨いて学習する 一覚えやすい方法2ー

どう学ぶか、の工夫に感覚の活用もあります。身体の内部を感じる“内受容感覚”を活用することで、集中力や判断力が高まることがあります。感覚には個人差がありますが、マインドフルネスなどの瞑想や、感覚の使用を工夫することができます。イメージの使用や、視覚や聴覚などのいくつかの感覚を使用することで、難しい概念も体得しやすくなります。第4回では、情報量の多いことや複雑な概念でも、音楽やイメージを使用して理解が進むことを体験のできる回にします。

第5回：7月5日（土） 13:00～14:30

「仲間」と話して学習する

誰かと学ぶ、ことは学習にとっても有効です。しかし、人と協調して学習する時に大事なことは、1人で学習するときとは異なる脳のモードにする必要があるというものです。人はこのスイッチが切り替えられれば、同調し協力しやすいようにできています。第5回では、それ以前の回に学習した、心、場所、身体、感覚についての知見も復習しながら、自分らしい学習法について、具体的な方法を参加者の中でお互いに話す時間にし、本講座における「メタ学習」すなわち“学習の学習”の締めくくりの時間にします。

コース 10：省エネ住宅：持続可能で経済的な設計

講師 ブライアリー マーク アラン (元信州大学 全学教育センター 准教授)

この5回の講義シリーズでは、低エネルギー建築設計の基本原則と実用的な技術を紹介します。断熱性、気密性、窓、換気、経済的なトレードオフに焦点を当て、快適でエネルギー効率の高い空間を作る方法を学びます。特に、『パッシブハウス』などの先進的な基準を含む具体例を取り上げます。実践的な洞察を通じて、建築士や施工業者、家づくりを計画している方、持続可能な設計に関心のある方が、機能性を保ちながら快適性を向上させ、長期的なコストを削減する手法を深めていただけます。

第1回：5月10日（土） 13:00～14:30

低エネルギー建築入門

低エネルギー建築とは何を意味するのでしょうか。この回では、エネルギー効率の高い設計の基本をカバーし、熱とエネルギーの基本的な理解から始めます。建物がどのようにエネルギーを使用し、損失するのか、そしてエネルギー消費を削減するために必要なことを考えます。また、低エネルギー建築が持続可能な未来にとって重要である理由と、最も効果的な実践的なステップについても議論します。

第2回：5月24日（土） 13:00～14:30

断熱性、気密性

断熱性はエネルギー効率の高い設計の要ですが、どのように適切なアプローチを選ぶべきでしょうか。この回では、断熱材の基本、気密性の確保方法、そして『熱橋』を回避することの重要性を探ります。初期コストと長期的なエネルギー節約のバランスについても検討します。

第3回：6月7日（土） 13:00～14:30

窓、換気、快適性

窓と換気は、快適性とエネルギー効率の両方に大きな役割を果たします。この回では、エネルギー損失を最小限に抑えるための窓の選択と配置、エネルギーを無駄にせずに空気質を向上させる換気技術を探ります。また、建物の設計が快適性に与える影響についての洞察も得られます。

第4回：6月21日（土） 13:00～14:30

経済学、エネルギー選択、ジェボنزのパラドックス

さまざまなエネルギー節約手段の費用と利益をどのように評価しますか？ソーラーパネルに投資すべきか、それとも断熱性を強化すべきか？どのくらいの断熱材を追加すべきか、断熱材を追加しすぎることのデメリットは？この回では、エネルギー効率が時に予想外にエネルギー使用量を増加させる理由（ジェボنزのパラドックス）を探り、パッシブハウス建築プロジェクトのための実用的で費用対効果の高い決定を考察します。

第5回：7月5日（土） 13:00～14:30

世界基準、文化、そしてこれからの道

世界中の建築基準や建築実践から何を学べるでしょうか。このセッションでは、パッシブハウスやZEHなどの国際基準を紹介し、さまざまな文化が建物のエネルギー使用にどのようにアプローチしているかを検討します。また、現在のニーズを優先しながら未来を計画する方法を議論し、プロジェクトに役立つ実践的なアイデアを提供します。

コース 11：フランス詩歌の魅力

講師 吉田 正明 (信州大学 名誉教授)

各回、前半と後半の2部構成からなります。まず前半は、フランスの名詩を取り上げ、その詩の作者や時代背景について説明するとともに、原詩のもつ美しいフランス語の響きを鑑賞します。毎回、基本的なフランス詩法についても分かりやすく解説します。

後半は、フランスの有名なシャンソンを取り上げ、その歌の誕生秘話を紹介し、YouTube で実際にその歌を鑑賞します。あわせて日本語の訳詞と比較することで、歌を通して日仏のライフスタイルやメンタリティーの相違についても考察します。英語の訳詞がある歌に関しては、さらに日仏米の文化的差異についても比較検討していきます。

時間が許せば、ロワール地方の城とワインの紹介もしていきます。

第1回：5月10日(土) 13:00～14:30

フランスルネサンス期の詩と音楽

前半は、16世紀フランスルネサンス期の詩の状況を概説し、プレイヤッド派の代表的詩人ロンサールの詩「カッサンドルへのオード」を取り上げ、基本的な詩法の解説とともにその詩を分析し鑑賞します。後半は、エンリコ・マシアスの「恋心」*L'amour c'est pour rien*を取り上げ、日本語の訳詞(永田文夫訳)と比較しその違いを検討します。また、YouTube で取り上げた歌を鑑賞します。

時間が余れば、ロワール地方最大の城シャンボール城の紹介をします。

第2回：5月24日(土) 13:00～14:30

ラシーヌの悲劇における詩の響き

前半は、17世紀フランス古典主義時代の代表的悲劇詩人ラシーヌの詩句の美しい響きを鑑賞します。とりわけ名詩句としてよく引用される詩句について、詩法の観点からその詩句を分析しその美しさの要因について考察します。主に『アンドロマック』と『フェードル』の中の詩句を取り上げます。後半は、有名なシャンソン「枯葉」*Les Feuilles mortes*を取り上げ、その歌の制作の経緯を紹介し、英語歌詞及び日本語歌詞と比較検討します。また、YouTube でそれら取り上げた歌を鑑賞します。

時間が許せば、アンボワーズ城を紹介します。

第3回：6月7日(土) 13:00～14:30

ボードレールの『悪の華』と『パリの憂鬱』

前半は、19世紀フランス詩人ボードレールの『悪の華』*Les Fleurs du mal*と『パリの憂鬱』*Spleen de Paris*を取り上げます。『悪の華』所収の「夕べの諧調」*Harmonie du soir*を詩法の観点から分析し鑑賞します。また、散文詩『パリの憂鬱』が持つフランス詩史における意味についても考察します。後半は、エディット・ピアフの「愛の賛歌」*Hymne à l'amour*を取り上げ、その歌にまつわる秘話を紹介し、日本語の訳詞(岩谷時子訳)と比較検討します。また、その歌をYouTube で鑑賞します。

時間が余れば、シュノンソー城を城の歴史とともに紹介します。

第4回：6月21日（土） 13:00～14:30

詩のエクリチュールの変革者ランボー

ランボーはその短い創作期間を通じて、初期詩編の伝統的詩法から脱して、後期韻文詩において正規の作詩術を解体した後、『地獄の季節』と『イリュミナシオン』の散文詩へと移行していきました。長いフランス詩の歴史を彗星のごとく駆け抜けていった詩人です。前半は、ランボーの伝統的詩法に則って書かれた初期詩編から「感覚」*Sensation*と「谷間に眠る人」*Le dormeur du val*を取り上げ、鑑賞します。後半は、ギ・ベアールが映画で使われた音楽に歌詞をつけて歌った「生き生きとした水」*L'eau vive*を取り上げ、日本語の訳詞「河は呼んでいる」（音羽たかし・水野汀子・岩谷時子訳）と比較しながら鑑賞します。時間が許せば、シノンの城とシノンのワインを紹介します。

第5回：7月5日（土） 13:00～14:30

ヴェルレーヌと詩の音楽性

前半は、多くの作曲家によって作曲され歌われているヴェルレーヌの詩を鑑賞します。まず、ヴェルレーヌの「詩法」*L'art poétique*を解説し、『言葉なき恋歌』*Romance sans paroles*に収められたいくつかの詩を取り上げ、実際に実作を通してヴェルレーヌの詩法と詩句の音楽性を見ていきます。後半は、ジャン・フェラが歌ってヒットさせた「ふるさとの山」*La Montagne*を取り上げ、古賀力の訳詞と比較しながら鑑賞します。時間が余れば、アゼ・ド・リドー城とソミュールのワインを紹介します。

コース 12 : アメリカの TV ドラマをスクリプトと映像で楽しむ

講師 近藤 富英 (信州大学 特任教授)

テレビでも放映された『大草原の小さな家』(Little House on the Prairie)の中からひとつのエピソードのスクリプトを用いて、そのお話と英語を味わいます。この物語は新しい生活の土地を求めて困難に立ち向かったインガルス一家とその仲間たちを暖かく描いています。なお、今回取り上げるエピソードはシーズン8の第4話の「ある医師」(Dark Sage)です。英語はていねいに説明しますので、アメリカドラマや「大草原の小さな家」に興味のある方でしたらどなたでも歓迎します。時間に余裕があれば他のドラマも使用します。

第1回: 5月10日(土) 15:00~16:30

『大草原の小さな家』のエピソードより(1)

登場人物を紹介しながら、お話の前の部分を取り上げ、そこに出てくる英語を理解します。ウォルナットグローブでただ一人のペイカー医師は忙しすぎるということで新しい医師を求め、それに応じて新しく黒人の医師がやってきて歓迎されます。

第2回: 5月24日(土) 15:00~16:30

『大草原の小さな家』のエピソードより(2)

第1回に引き続きお話を理解していきます。口語英語の特徴や発音などにも言及します。新しくやってきた医師は懸命に町のために働きたいと思うのですが、なかなか患者がやってきません。ペイカー医師は気長に町に溶け込むようにアドバイスしますが...

第3回: 6月7日(土) 15:00~16:30

『大草原の小さな家』のエピソードより(3)

物語の中ほどを中心に内容と英語を味わいます。黒人医師夫婦は町の人々の偏見があるのではないかと疑い始めます。ペイカー医師の態度も何か不自然な気がしてくるのですが、よくわかりません。

第4回: 6月21日(土) 15:00~16:30

『大草原の小さな家』のエピソードより(4)

物語の終盤を味わいながら、使われている英語の表現や単語について説明します。黒人医師はある妊婦と子供を救うのですが、今までの町の人々の不可解な態度の理由を知り、町を離れる決意をします。

第5回: 7月5日(土) 15:00~16:30

『大草原の小さな家』のエピソードより(5)

物語を最後まで鑑賞し、英語やアメリカのコミュニケーションスタイルや価値観について触れます。感動的な最後はきっと英語とアメリカドラマがもっと好きになるでしょう。時間があれば、他の英語のTVドラマも取り上げます。

コース 13 : 創造性を高める「自分ごと」としての認知科学

講師 藤川 真美乃 (元信州大学 全学教育機構 特任助教)

創造性(クリエイティビティ)は、予測不可能な時代においても、心を強く保ち、身を助けることができるスキルです。この講座では、芸術作品やエンターテインメントの作品を通じて、創造性を高める工夫を学びます。心が惹かれる作品には、鑑賞者に対する「予測の裏切り」・「視点の操作」などに基づく工夫が多くみられ、認知科学の知見と関係があります。また、「自分ごと」として身につける学習体験は、教科書に合わせた学習法より記憶しやすいとされています。最終日に向けて、ご自身の好みのジャンルのもので、何か作品(短い文章でも構いません)を作り、お互いの創造性を鑑賞する時間を持ちます。

第1回: 5月10日(土) 15:00~16:30

絵画にみられる創造性

だまし絵や絵画には、固定観念にとらわれないものがあります。「知覚」と創造性の関係を体験的に理解します。

第2回: 5月24日(土) 15:00~16:30

音楽にみられる創造性

音楽を聴いて予測通りの進行が見られたとき、あるいは予測が裏切られた時に、感動がうまれることがあります。「感情」と創造性の関係を体験的に理解します。

第3回: 6月7日(土) 15:00~16:30

漫才・ユーモアにみられる創造性

思わず笑ってしまう時は脳で何が起きているのでしょうか。実は「お笑い」には「共感」が技術的に多く使用されています。「共感」と創造性の関係を体験的に理解します。

第4回: 6月21日(土) 15:00~16:30

推理小説・映画にみられる創造性

推理小説のキーマンや映画の結末が予想を超えていることがよくあります。「他者視点」と創造性の関係を体験的に理解します。

第5回: 7月5日(土) 15:00~16:30

創造性を発揮する

好きなジャンルで創造性を発揮する作品を作ります。お互いの作品にどんな魅力があるかを見つけることで、この講座のまとめの会にしたいと思います。

コース 14：信州の地形・地質と鉄道

～鉄道風景に秘められた自然の事情～（大塚コース）

講師 大塚 勉（信州大学 特任教授）

※日曜日開催で、申込方法等が他の講座と異なります。

鉄道で移動するとき、信州の変化に富んだ車窓の風景は、私たちを楽しませてくれます。今回は、そのような鉄道風景の中に立ち、いつもとは違った視点で、地形・地質を考えます。

鉄道は、地形を読み、地質の状況を判断して建設されてきました。とりわけ山がちな信州では、山地の崩壊や地すべりと戦い、急勾配を克服し、輸送が実現しています。ちょっと気になる鉄道の施設や車窓に目をやると、特徴ある地形や地質のようすが見えてきます。

この講座では、初日の冒頭に教室で現地の地形・地質について学んだうえで、マイクロバスで現地を訪れます。現地見学は日帰りです。野外での行動には危険はありませんが、不整地や未舗装の道を歩くこともありますので、動きやすい服装とはき慣れた靴でご参加ください。雨天でも実施します。

第1回：5月11日（日）

地すべりと鉄道（講義＋日帰りの現地見学）

9:00～10:00 教室で講義 その後バスに乗車

17:30頃 松本駅帰着、その後信大に帰着

- 1、地すべり土塊を乗り越える鉄道（篠ノ井線、松本市平瀬川東）
- 2、篠ノ井線旧線と地すべり（篠ノ井線旧線、安曇野市明科潮沢）
- 3、地すべりの上にあるスイッチバックと棚田（千曲市八幡娵捨）

第2回：5月25日（日）

崩壊と段丘崖を克服する鉄道（日帰りの現地見学）

9:00 松本駅アルプス口に集合 バスに乗車 18:00頃 松本駅で解散

- 4、佐野坂の崩壊と青木湖（大町市青木湖及び白馬村佐野坂、大糸線）
- 5、上流に向かって段丘崖を下る鉄道（松本市波田、上高地線）
- 6、赤木-沢渡 JR 最急勾配区間と段丘地形（伊那市西春近、飯田線）

（両日とも、計画作成後の現地の状況の変化によって、内容や訪問順序が変更されることがあります。）

【定員について】

20名（第1回目と第2回目はセットになります。）

【受講料以外の費用について】

受講料以外にマイクロバス・高速代（参加者で均等割）・保険料などをご負担ください。

定員いっぱい（20名）のお申し込みの場合、お一人様のご負担額は約9,700円（2回の合計、昼食代は含まず。）となります。金額の詳細は事前にご連絡しますので、第1回目の講座のときにご用意をお願いします。なお、参加費には当日の旅行保険の費用が含まれています。

■ 受講料 (コースによって、別途テキスト代が必要になる場合があります。)

コース1～コース13	6,400円
コース14 (大塚コース)	7,400円 (別途交通費等 約9,700円)

■ 時間別コース表

開講時間	コース名
10:00～11:30	<ul style="list-style-type: none"> ・総合人間科学研究の最前線 (オムニバス) ・生成AIを活用できる毎日 (鈴木) ・日本は「会計」の力がすごかった PART1 (田村) ・Learning English through Extensive Reading (ブライアリー) ・基礎から学ぶ発達心理学 (横嶋)
13:00～14:30	<ul style="list-style-type: none"> ・「シンデレラ」のルーツを探る! (株丹) ・やさしい英語でひらく絵本の扉 (近藤) ・異文化コミュニケーション入門 (仙石) ・「学び」をデザインする ～生涯学習を楽しむための心理学～ (藤川) ・省エネ住宅: 持続可能で経済的な設計 (ブライアリー) ・フランス詩歌の魅力 (吉田)
15:00～16:30	<ul style="list-style-type: none"> ・アメリカのTVドラマをスクリプトと映像で楽しむ (近藤) ・創造性を高める「自分ごと」としての認知科学 (藤川)

■ 日程表

開講日時	10:00～11:30	13:00～14:30	15:00～16:30
5月10日 (土)	オムニバス・鈴木・田村・ブライアリー (English)・横嶋 (第1回)	株丹・近藤 (絵本)・仙石・藤川 (学び)・ブライアリー (住宅)・吉田 (第1回)	近藤 (TVドラマ)・藤川 (認知) (第1回)
5月24日 (土)	オムニバス・鈴木・田村・ブライアリー (English)・横嶋 (第2回)	株丹・近藤 (絵本)・仙石・藤川 (学び)・ブライアリー (住宅)・吉田 (第2回)	近藤 (TVドラマ)・藤川 (認知) (第2回)
6月7日 (土)	オムニバス・鈴木・田村・ブライアリー (English)・横嶋 (第3回)	株丹・近藤 (絵本)・仙石・藤川 (学び)・ブライアリー (住宅)・吉田 (第3回)	近藤 (TVドラマ)・藤川 (認知) (第3回)
6月21日 (土)	オムニバス・鈴木・田村・ブライアリー (English)・横嶋 (第4回)	株丹・近藤 (絵本)・仙石・藤川 (学び)・ブライアリー (住宅)・吉田 (第4回)	近藤 (TVドラマ)・藤川 (認知) (第4回)
7月5日 (土)	オムニバス・鈴木・田村・ブライアリー (English)・横嶋 (第5回)	株丹・近藤 (絵本)・仙石・藤川 (学び)・ブライアリー (住宅)・吉田 (第5回)	近藤 (TVドラマ)・藤川 (認知) (第5回)
5月11日 (日) 9:00～	※日曜開催 大塚 (第1回、教室での講義+日帰りの現地見学)		
5月25日 (日) 9:00～	※日曜開催 大塚 (第2回、日帰りの現地見学)		

■ 開講場所

信州大学 全学教育センター 共通教育第1講義棟（松本キャンパス）
〒390-8621 松本市旭3-1-1

■ 申込方法

「コース1～13」・「コース14 大塚コース」は、申込方法が異なります。

< 「コース1～13」の申込方法 >

(1) 申込方法

「土曜市民教養教室専用の振込用紙」での入金をもって申込みとなります。

※その他の入金方法をご遠慮ください。

(2) 受講料の入金

振込用紙記載の希望するコース番号に丸印をして、郵便局・ゆうちょ銀行からお振込みください。
振込手数料は各自でご負担ください。

(3) 申込（受講料入金）期限

2025年3月21日（金）

◎ 「土曜市民教養教室専用の振込用紙」の請求方法

ハガキかFAXで、①郵便番号と住所 ②氏名 ③電話番号 ④「土曜市民 振込用紙希望」と明記の上、「信州大学 学務部学務課教務グループ」（〒390-8621 松本市旭3-1-1 FAX:0263-37-3779）宛に請求してください。

< 「コース14 大塚コース」の申込方法 > ※ バス利用のため、定員20名

(1) 応募方法

ハガキ裏面に①郵便番号と住所 ②氏名 ③電話番号 ④「2025年度土曜市民 大塚コース希望」と明記の上、「信州大学 学務部学務課教務グループ」（〒390-8621 松本市旭3-1-1）宛にお送りください。ハガキ以外による受付はしていません。

応募期限 2025年2月21日（金）（必着）



(2) 受講者の決定

定員は20名です。応募多数の場合は抽選で受講者を決定し、結果は応募者全員に3月11日（火）までに郵送でご連絡します。



(3) 受講料の入金

当選者には「大塚コース専用の振込用紙」を同封して郵送しますので、郵便局・ゆうちょ銀行から受講料を振り込んでください。入金をもって申込みとなります。振込手数料は各自でご負担ください。

- ・必要事項の記載がないハガキは、無効となる場合があります。
- ・残念ながら抽選に漏れてしまった方はキャンセル待ちとさせていただきます、欠員が出た際にはこちらから連絡する場合があります。

■ その他

- ・ご入金後の受講料は、自己都合のキャンセル等による返金はできませんのでご注意ください。
- ・各コースとも原則として6名以上の申込みで開講となります。最低開講人数に達しない場合は、開講しないことがありますのでご了承ください。その際は申込者に連絡し、受講料はご返金しません。
- ・期日までに申込手続きを完了した方には、4月末日までに「受講確定の案内」等を送付します。
- ・いただいた個人情報は、土曜市民教養教室の目的以外には使用しません。

■ 問い合わせ先（申込み等について）

信州大学 学務部学務課教務グループ 井上・中川

TEL: 0263-37-2870 FAX: 0263-37-3779 (受付時間: 平日 10時~15時)

〒390-8621 松本市旭3-1-1

■ 問い合わせ先（講義内容等について）

◎ 土曜市民教養教室 公開講座運営委員会

勝木 明夫 (代表) TEL: 0263-37-3062 (研究室) E-mail: akatuki@shinshu-u.ac.jp

小池 洋平 (副代表) TEL: 0263-37-3129 (研究室) E-mail: koike@shinshu-u.ac.jp