

## 第21回つくば人間学講座

(今回から通しナンバーにしました)

日 時 平成11年5月8日(土曜日) PM. 2~4

場 所 つくばインフォメーションセンター3F大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1 TEL52-6789)

毎回入場無料

テーマ あなたは姿勢がいいですか? 背中を丸めていませんか?  
「正しい姿勢は人生を変える」

講 師 筑波大学体育学系教授

浅見高明先生

外国の街を歩く時、気がつくとなかがみにセカセカ歩くのが日本人。欧米の人々は美しい姿で堂々と歩いています。欧米の人々だって皆背の高い人ばかりではありません。私達とあまり変わらない人もいます。また日本人でも若者達は欧米人に劣らない背の高い人々も沢山出てきています。背の高さだけでは姿勢の良し悪しは計れないようです。「姿かたち」に「勢い」が加わったのが姿勢だと浅見先生はおっしゃっていらっしゃいます。良い姿勢は若いうちから努力によって培われるものだと思います。何が良い姿勢なのか? 浅見先生のお話をお聞きして、「明るい勢いのある人生」が送れたらと思います。……いかがでしょうか?

主 催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会

事務局 つくば市生活文化係

### 次回予告

講 師 未 定

日 時 平成11年7月10日(土曜日)

場 所 つくばインフォメーションセンター3F大会議室

馬主車場が混雑いたします。お早めどうぞ!!

## 第22回つくば人間学講座

(今年度から通しナンバーにしました)

日 時 平成11年7月10日(土曜日) PM. 2~4

場 所 つくばインフォメーションセンター3F大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1 TEL52-6789)

毎回入場無料

テーマ 「介護保険・現場からの報告」

講 師 神立病院看護部長 介護支援専門委員(ケア・マネージャー)  
広 瀬 幸 子 氏

平成12年4月から、いよいよ介護保険制度が実施されることになりました。難問山積のスタートのようです。介護保険の保険料を称して人頭税だという人もいます。また保険料額は、夫々の自治体の「ふところ具合」により2000円台から数千円迄と、かなりの格差もあるそうです。そのうえ受けられる介護の内容も私達にとっては、具体的に理解出来にくいのも現実です。しかし「介護保険」は今や、他人事では済まされない目前に迫った重要な問題です。日々現場からの「生の声」に接していらっしゃる講師を囲み、現場だからこそ見える疑問点、問題点等をお聞きしながら、改めて勉強しませんか！

主 催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市生活文化係 電話36-1111(代)

### 次回予告

講 師 未 定

日 時 平成11年9月11日(土曜日)

場 所 つくばインフォメーションセンター3F大会議室

< 駐車場が混雑します。お早目にどうぞ!! >

## 第23回つくば人間学講座

日 時 平成11年9月11日(土曜日) PM. 2~4

場 所 つくばインフォメーションセンター3F大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1 TEL52-6789)

毎回入場無料

テーマ 2002年小沢征爾シュターツ・オーパーの音楽監督に就任!  
音楽の都ウィーン事情  
「ウィーン我が宿——  
昔モーツァルトが住んでいた！」

講 師 前つくば国際音楽祭プロデューサー (第10回迄)  
オーストリア名誉十字勲章(文化勲章に当たる)受賞者  
井阪 紘 氏

ヨーロッパにもアジアにも、古い歴史と文化を誇る都市は沢山あります。例を挙げたら枚挙にいとまがないことでしょう。そのような都市の中で世界一の音楽の都として、自他共に許し、現在も音楽で沢山の観光客を集めているウィーンは、やはり特異な存在ではないでしょうか！ モーツァルトが住んでいた家・ベートーベンが住んでいた部屋・ブルックナーが作曲した建物・シュトラウスの等々、ウィーン市内には彼等の足跡がいたるところにあります。700年にわたり、ウィーンを中心にヨーロッパを席捲したハプスブルク家の権力と財力に、沢山の芸術家が吸い寄せられるように集まり、夫々の花を咲かせ消えて行ったのです。講師の井阪氏は20年来お仕事のため一年の内100日はウィーンにいらっします。しかもそのお宿(NOSSEK)は、昔モーツァルトが住んでいました。音楽と歴史が息づく街ウィーンを存分に語っていただきましょう！そして意外や意外ウィーンとつくばは無関係ではなさそうです！

主 催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市生活文化係 電話36-1111(代)

<馬主車場が混雑いたします。お早目にと"うそ"!!>

## 第24回つくば人間学講座

日 時 平成11年11月13日(土曜日) PM. 2~4

場 所 つくばインフォメーションセンター3F大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1 TEL52-6789)

毎回入場無料

テーマ 地価下落中! バブルの時の半値! いや三分の一!  
「土地の値段」

講 師

不 動 産 鑑 定 士  
高 橋 敏 夫 氏

バブルがはじけ、日本人を大きく狂わせた土地神話は崩れました。そして、不況から脱し切れない今。数年前購入した家のローンが支払い切れず、家を売却してローンの残金を払いたくても、地価の下落で売るに売れぬという苦境にある人々が多いと聞きます。他方では、マイホーム取得の夢を実現したいと思う人々も沢山います。庶民にとって土地とは何なのでしょう。そして反面「安く買って高い資産価値を持ってほしい」という矛盾した気持ちを持つのもまた人々の本音のようです。

地価は今後どう変わるのでしょうか? 更に地価はどのように決まるのでしょうか? 20世紀も終わろうとしている今だからこそ、日本中を翻弄し狂気に追い込んだ「地価」を改めて検証してみる必要があるのではないのでしょうか!

主 催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会

事務局 つくば市生活文化係 電話57-9029

### 次回予告

日 時 平成12年2月12日

駐車場が混雑いたします。お早目にとぞ!!

# 第25回つくば人間学講座

毎 回 入 場 無 料

日 時 平成12年2月12日(土) 午後2時から4時  
場 所 つくばインフォメーションセンター大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1つくばセンタービル2階)  
テーマ 学校ってナーニ?  
「登校拒否・学級崩壊 子供の心が知りたい」  
講 師 シューレ大学・放送大学講師 朝倉景樹 氏

子供達が学校へ行かない。家庭内で暴力を振う。思いがけない「子供達の叛乱」に、親達はとまどいうるたえ、大きな社会問題になったのが今から15年位前でした。親はわが子をもて余し、手に負えなくなり、すがり着いた「場所」の一つがスパルタ教育でした。

その後も子供の「登校拒否」は「いじめ問題」等と共に、親や教師達を翻弄し続け、決定的な解決の処方箋も見出せないまま現在に至っています。

ところがここ2、3年さらに大人達を驚かせる現象が子供達の世界で起こっています。学級崩壊です。教育現場では、学級経営ができず、自信を失い教師をやめる人々も出てきています。登校拒否と学級崩壊とは無関係でしょうか? 子供達がなぜ「叛乱」を起こすのか? 大人達の迫られている意識の変革とも関係がありそうです。登校拒否の子供達・その親達と接し、学級崩壊の現場も直接見聞きした講師の話の聞き、今私達は自分自身の生き方をも考える必要があるのではないのでしょうか?

主 催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市 市民活動課 生活文化係  
電話番号0298-57-9029

＊ ＊ お 知 ら せ ＊ ＊

駐車場は中央第1～4、南1～4駐車場(有料)をご利用下さい。

また、土曜日は駐車場が混雑いたしますので、お早めにお越し下さい。

# 第26回つくば人間学講座

毎 回 入 場 無 料

日 時 平成12年5月13日 (土) 午後2時から4時  
場 所 つくばインフォメーションセンター大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1つくばセンタービル2階)

テーマ 貴方の皮下脂肪はどの位？骨の状態は大丈夫？  
「健康的にヤセル方法」

講 師 神立病院理事長 平塚 進 先生

肥満を嫌うのは若い女性だけではありません。私達は健康な日常生活を送るために、自分の身体に余計な脂肪をためないこと!! これが必要条件になってきています。

しかし、太らないための無理なダイエットは健康を損ねる危険があります。健康的に食べて、健康的に体脂肪をとる方法はないものでしょうか？

サラリーマンの生き残り作戦にも健康管理は欠かせません。年々増加する高齢者も自分で健康管理が求められています。平塚先生のお話をうかがい勉強してみませんか!!

主 催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市 市民活動課 生活文化係  
電話番号0298-57-9029

\*\* お 知 ら せ \*\*

駐車場は中央第1～4、南1～4駐車場(有料)をご利用下さい。

また、土曜日は駐車場が混雑いたしますので、お早めにお越し下さい。

# 第27回つくば人間学講座

毎回入場無料

日時 平成12年7月8日(土) 午後2時から4時

場所 つくばインフォメーションセンター大会議室 (予定)  
(つくば市吾妻1-10-1 つくばセンタービル2階)

テーマ 茨城県は地震多発地域です！活断層はあるのかな？  
「どうなっているの？…つくばの地下事情」

講師 建設省国土地理院  
環境地理情報企画官 宇根 寛 先生

1995年1月17日。リアルタイムで報道される阪神淡路大震災の惨状に、日本中の人々がテレビの画面に釘付けになり。そして、それが神戸から淡路島にも及ぶ活断層のズレによるものだという事とも私達は知りました。

それから4年余を経て、昨秋、台湾中部地域で再び活断層による大地震が発生したのです(その直前トルコでも大きな地震がありました)。

現在では、活断層が「どこに」「どのように」存在するのは、専門機関で極力、情報公開の徹底に努力しているとのことです。更に、アメリカでは活断層の上には家の建築等が禁止されている所もあると聞いております。

茨城は地震がしばしば起こります。地下にエネルギーがたまらないから大地震は起きにくいという方もありますが どうなのでしょう？

勿論、地震の発生は活断層のズレだけではありません。有珠山の例のように火山の噴火もあれば、地下プレートが原因することもあるようですが…。

私達の住んでいるつくば周辺の地下はどうなっているのでしょうか？活断層はあるのでしょうか？つくばの地下事情を知りたいものです。

主催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市 市民活動課 生活文化係 (TEL: 0298-57-9029)

＊ ＊ お知らせ ＊ ＊

駐車場は中央第1～4、南1～4駐車場(有料)をご利用下さい。  
土曜日は駐車場が混雑いたしますので、お早めにお越し下さい。

# 第28回つくば人間学講座

毎回入場無料

日時 平成12年9月9日（土）午後2時から4時

場所 つくばインフォメーションセンター大会議室（予定）  
（つくば市吾妻1-10-1つくばセンタービル2階）

テーマ 一億総ストレス時代！ 大人も子供もストレス漬け！  
「ストレスを上手に解消する方法」

「日本は財政危機を脱した」と政府は云っております。  
しかし、庶民からみるとなかなか先が見えてきません。  
今、勤めている会社が、将来共に安全で、自分の生活安定を望めるのか？  
今までの生き方で、果たしてこれからも通用するのだろうか？  
リストラの波をかぶりはしないだろうか？  
日々の仕事のストレスの他に、世相の変わり目故の不安が、さらに人々のストレスを増幅しているようにも思えます。  
そして、核家族育ちの親達は、自分の子供をどのように扱い、育てたらよいか悩んでいます。  
有り余る物質社会の中で、生活は益々便利に豊かになってきているのに、日本人は体中にストレスをため、必死しい日々を送っています。  
もしも、体や心にためているストレスをうまく解消出来たら、サラリーマンの「過労死・自死」も、子供たちの「いじめ」や、「17歳の少年達の反乱」も変わってくるのではないのでしょうか？  
親の幼児虐待も減少する……とも考えられないのでしょうか？  
まず「ストレス解消法」を勉強することからはじめましょう。  
暗い日常が少し違った色に見えてくるかもしれません。

主催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市 市民活動課 生活文化係 (TEL: 0298-57-9029)

＊ ＊ お 知 ら せ ＊ ＊

駐車場は中央第1～4，南1～4駐車場（有料）をご利用下さい。  
土曜日は駐車場が混雑いたしますので、お早めにお越し下さい。



# 第29回つくば人間学講座

毎回入場無料

日時 平成12年11月11日（土）午後2時から4時

場所 つくばインフォメーションセンター大会議室  
（つくば市吾妻1-10-1つくばセンタービル2階）

テーマ “聞いてみませんか？ 介護保険 現場の生の声を！”  
「介護保険 現場からの報告～パート2」

講師 神立病院看護部長・ケアマネージャー

## 広瀬幸子氏

介護保険制度がスタートして5ヶ月が経過しました。はっきりとした「見える絵」もないまま、不安を抱えた混乱の船出でした。そして10月からは第1号被保険者からの保険料の徴収もはじまります。

社会の急速に進む高齢化・少子化現象の中で、安心して「老い」を迎えるための制度であった筈ですが、実状はどのようになっているのでしょうか？

行政の対応もまちまちのようですし、民間企業は新しい活動展開の市場と意気込みをみせていることも事実です（反対に思惑違いもあったようですが…）。

日本人は本当に安心した老後を送れるのでしょうか？ お金のない高齢者は十分な介護を受けられず、家族に押しつけられたり、捨てられたりすることはないのでしょうか？

制度スタート5ヶ月の現場からの生の声をお聞きして、共に私達も考えてみませんか！

主催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会

事務局 つくば市 市民活動課 生活文化係（TEL：0298-57-9029）

＊ ＊ お知らせ ＊ ＊

駐車場は中央第1～4、南1～4駐車場（有料）をご利用下さい。

土曜日は駐車場が混雑いたしますので、お早めにお越し下さい。

# 第30回 つくば人間学講座

毎回入場無料

日時 平成13年2月10日（土）午後2時から4時

場所 つくばインフォメーションセンター大会議室  
（つくば市吾妻1-10-1つくばセンタービル2階）

テーマ 体と心のセルフ・リフレッシュは？  
「ストレスを上手に解消する方法 ～パート2」

講師 元筑波大学教授（臨床心理学）  
松原達哉先生

第28回（前々回）の人間学講座では、大人も子供もストレス漬け！何とか「ストレスを上手に解消する方法」はないだろうか？ということで、筑波技術短期大学の西條一止先生のお話をお聞きしました。西條先生は、漢方医学の立場から「体にためてしまったストレス」をどのようにしたら解消できるか具体的に教えて下さいました。

さて、今回は方向を変えてメンタルな方面から“ストレスをためない方法・ためたストレスをどうしたらよいか？”を臨床心理の立場から松原先生に教えていただくとうと本講座を企画しました。第28回講座の西條先生のお話と、今回の松原先生のお話から、私たちが心身共にセルフ・リフレッシュ法を発見出来たら、21世紀も少し明るい幕開けになりはしないでしょうか！

心のストレスの悩み、疑問、質問をお持ちの方どうぞ沢山ご参加下さい。松原先生のお話を聞いてご遠慮なくご質問歓迎です。ご来場をお待ちしています。

主催 つくば市・つくば人間学講座実行委員会  
事務局 つくば市 市民活動課 生活文化係（TEL：0298-57-9029）

＊ ＊ お 知 ら せ ＊ ＊

駐車場は中央第1～4、南1～4駐車場（有料）をご利用下さい。  
土曜日は駐車場が混雑いたしますので、お早めにお越し下さい。