

令和8年度 丹波OB大学 特別・教養講座 講師紹介

※やむを得ない事情で講師、講座内容を変更する場合がございます。予めご了承ください。

特別講座(13:00～14:20)

(敬称略)

日 時	講 師	内 容
4月 22日(水) 13:00～14:20	多川 響子 ピアニスト 京都情報大学院大学教授	音楽は世界の共通言語 音楽を通して人間の悲しみや喜び、絶望や希望を表現した作曲家たち。ピアノの実演奏を交えながら作品の成り立ちや背景をご紹介します。 また、IT専門の大学院で「音楽」の講義をすることになったきっかけや内容などもお話しします。
8月 19日(水) 13:00～14:20	下村 健一 白鷗大学特任教授 元TBS報道局アナウンサー 元内閣審議官	令和8年度 丹波OB大学 地域公開講座 情報に惑わされないための《4つのハテナ》 TVやネットでフェイクも含めてさまざまな情報が飛び交う現代社会。惑わされず生き抜くために、今日から未確認情報に遭遇したらまずこの《4つのハテナ》を呪文のようにつぶやこう！小学5年国語教科書(光村図書)掲載の「想像力のスイッチを入れよう」でその使い方を子供達に伝授する筆者が、年代を超えた全国行脚で丹波の森にやって来ます。
11月 11日(水) 13:00～14:20	近兼 拓史 日本映画監督協会理事 映画監督 映画館「エビスシネマ」支配人	「映画による丹波の町興し」 ～丹波の子どもたちが世界に羽ばたける夢を～ 「映画による丹波の町興し」をスローガンに2017年に青垣町に映画スタジオ設立。2018年に映画「恐竜の詩」全国公開。2020年に映画館「エビスシネマ」開館。そして2021年より丹波国際映画祭を開催。次に目指すのは何なのか。

教養講座(10:30～11:50 13:00～14:20)

(敬称略)

日 時	講 師	内 容
7月 8日(水) 13:00～14:20	永山 宗史 丹波市立植野記念美術館 学芸員	身近な丹波の現代美術 兵庫県立丹波の森公苑内の作品を中心に 「美術は心の豊かさを育む」という通説のとおり、美術作品を目にすると人は視覚的な刺激を受けて感性が豊かになります。柏原高校の元美術教諭・山本茂斗萌(もとめ)の絵画など、身近にある丹波の美術を紹介します。
9月 2日(水) 10:30～11:50	藤原 真紀 ダンスインストラクター 但馬ダンスフェス実行委員会 実行委員長	懐かしさが元気の秘訣！ 懐メロでちょいトレのすすめ ”認知症予防”何から始めればいいのか？ まずは仲間と“がははっ！”と笑って、懐メロにあわせて動いてみる。心地よさをぜひ実際に体験してください！
10月 7日(水) 10:30～11:50	上田 博司 シニアアクセス代表 元世界保健機関(WHO)専門官 兵庫県歯科医師会嘱託	高齢社会における口腔保健 高齢になると、口の機能低下が栄養不足や誤嚥の原因となり、全身の健康にも影響します。「オーラルフレイル」という概念のもと、口の健康を見直し、元気に暮らすためのヒントを様々な調査結果も交えて紹介します。
12月 16日(水) 10:30～11:50	田中 公教 兵庫県立大学自然・環境科学研究所 准教授	丹波の恐竜 約1億1000万年前の生命 丹波地域からは、恐竜をはじめとした様々な太古の生きものたちの化石が発見されています。本講演では、丹波地域の化石や発掘調査についてお話しします。
(令和9年)2月 10日(水) 10:30～11:50	荒木 謙 元兵庫県立明石南高校 野球部監督 前 兵庫県立柏原高等学校 教諭	無名校の甲子園 奇跡！素人監督の挑戦 第61回全国高等学校野球選手権大会に”無名校”の明石南高校が出場した。マスコミはそれを「奇跡」と報じた。一体何が奇跡をもたらしたのか。

令和8年度 丹波OB大学 専門講座 講師紹介

※やむを得ない事情で講師、講座内容を変更する場合がございます。予めご了承ください。

専門講座(10:30～11:50)

(敬称略)

日 時	健康福祉コース	地域文化コース	生活創造コース
令和8年 7月 8日(水) 10:30～11:50	つなぐ課担当者 神戸ヤクルト販売㈱ 腸内環境を大切に作る大人暮らし ～日々を元気で楽しく過ごすために～ 腸内環境は、私たちが日々を元気で楽しく過ごすための鍵です。バランスの取れた食生活などを心がけ、腸を整えることが、健康維持と活動的な毎日に繋がることを考えます。	山内順子 丹波市文化財保護審議委員会 副会長 氷上郷土史研究会会長 旅人「はる」が持っていた偽の 往来手形 往来手形は江戸時代のパスポート。偽造するのは罪ですが、それを持たざるを得なかった人々の悲哀や、病に倒れた旅人を助けた丹波の人々の優しさもお伝えします。	田久 朋寛 大道芸人 健康・生きがいづくりアドバイザー 健康と生きがいづくりに役立つ 笑いの力 温かい笑いを地域全体に広げていくことが、一人ひとりの健康・生きがいづくりに役立ちます。笑いとの健康の関係について、学術的な知見も交えながらお話しします。大道芸や笑いの体操の実演もあります。
8月 19日(水) 10:30～11:50	安達 則子 保健師(元丹波市健康課長) 健康の源は「良質な睡眠」から ～睡眠と健康の深い関係について～ 人生の3分の1を占める睡眠時間。この時間を良質なものにすることができれば、身体的・精神的な健康はもちろんのこと、パフォーマンスを向上させることができます。たかが睡眠、されど睡眠、睡眠の奥深さを知っていただきます。	林 真一郎 大阪芸術大学 教授 フリーアナウンサー 漂流する地域の「ことば(方言)」 ～国語元年からこれまでとこれから～ かつて五国で構成された兵庫。それぞれに文化や気候、言葉がありました。しかし、地域を結ぶ手段は大きく変化、同時に言葉(方言)も変わりました。地域文化を象徴する方言はどうなるのか。今とこれからを考えます。	柴原 万里子 終活ライフケアプランナー さくらプランニング代表 終活セミナー ～終活で心にゆとりをイキイキと～ 終活は自分も周りの人までもしあわせにできる活動です。セミナーを通じて、終活の必要性と終活を進めることで心にゆとりができ、イキイキとした人生が送れる！！という気づきを促します。
9月 16日(水) 10:30～11:50	山口 宏茂 一般社団法人日本健康倶楽部 和田山診療所診療所長 検査数値の少し変わった見方 お伝えします 血液検査のちょっと変わった見方、考え方を人間ドック専門医が分かりやすく解説します。	堀川 裕貴 県立篠山東雲高等学校 教諭 日本一小さい農業高校 ～地域で学び、地域と生きる～ 兵庫県の最東端に位置する本校の取り組みや生徒の学習の様子をご紹介します。また、本講座は受講者の皆様と対話しながら実施したいと考えております。農業高校に対する思いや地域の困りごとなどをお聞かせください！	ピーター ハーモン(井谷 宗巖) 陶芸家 翻訳者 茶人 ランナー 随分変化しました、私も、日本も ～日本に生きて45年～ 45年前の私と今の私が、別人のようですが、日本の社会もびっくりするほど変わり続けています。私の今まで辿ってきた道を説明しながら、愛する陶芸の世界を中心にその変化を見ていきます。
11月 11日(水) 10:30～11:50	小西 晶子 チェアエクササイズインストラクター ～いすを使って無理なくできる 笑って楽しく健康づくり～ 「心と体と脳のいつまでも元気体操」 体の声を聞きながら体と心と脳を整える体操です。いつまでも歩ける体、膝痛や腰痛の予防改善に役立つ体ほぐし、ストレッチ、有酸素運動、筋トレ。心や脳が元気になる呼吸法や脳トレを「笑い・ふれあい」を大切にご紹介します。	松下 正和 神戸大学 地域連携推進本部特命教授 「丹波志」にみる丹波の特産物 江戸期の地誌『丹波志』を手がかりに、栗や黒豆だけではなく様々な特産物を紹介しながら、現在につながる丹波の歴史と生活文化に迫ってみたいと思います。	樗木 真美 コミュニティFM805たんば ラジオパーソナリティー あなたもラジオパーソナリティーになれます ～地域に暮らすあなたに関わってほしいのです～ あなたも「地域のためのラジオ放送局」のパーソナリティーになって、地域の魅力を発信してみませんか。地元の生活に密着した情報をラジオの電波に乗せて届けるための基本的な話し方をお伝えします。
令和9年 1月 20日(水) 10:30～11:50	安達 瑞樹 曹洞宗如意山 長楽寺 住職 「笑うみんなが観音さま」 ～美容と健康に効くか効かないかは、 あなた次第の法話～ 節分を迎える度に「あ～また、歳を取った。そんなに豆、食べられへんわ～」と思われる方も多いのでは。今回は歳と豆を数える前に、皆さまとご一緒に今を笑顔で過ごす教えを学びます。	菊川 裕幸 神戸学院大学 講師 氷上回廊が育んだ生物多様性と 放置竹林解消に向けた取組 丹波市には水分れという全国的にも珍しい中央分水界があり、氷上回廊という低地帯の一部になっている。その地学的特性や生物多様性について触れるとともに、丹波篠山市での放置竹林解消に向けた取り組みを紹介する。	高橋 祐樹 ライフキネティック公認 パーソナルトレーナー ライフキネティック「失敗を楽しむ」 ～「脳トレ」×「運動」を組み合わせた新しいエクササイズ～ ドイツ発祥の脳科学に基づいた介護予防トレーニング「できそう」で「できない」動きを取り入れながら「眠っている能力」を最大限引き出します。失敗したほうが脳に刺激がいく。もし、成功すれば新たな課題を足し、様々な体験に挑戦してください。