

自主企画講座

★記載は自主企画講座のみとなります、大学連携講座は大学の発表と併せて掲載させていただきます。

講座名	講座内容	開催日程
三田の芝桜と高輪の歴史散歩	あたり一面をピンクに染める芝桜が、高層ビルの間で咲き誇ることをご存じでしょうか。田町駅から徒歩わずか数分という場所に咲く芝桜を見て、驚きませんか。その後、数々の歴史に彩られた高輪をゆっくり散策します。田町駅→元和キリシタン遺跡→芝桜の庭園(高層ビルの庭がピンクに染まる)→浜海寺(最初のフランス公使宿館跡)→亀塚公園(旧華頂宮邸。亀塚、ヒオトープ)→三田台公園(旧華頂宮邸。伊皿子貝塚)→高輪望族邸(旧高松宮邸。上皇陛下ご夫妻の仮住まいの地)→大石良雄等自刃の跡の碑→泉岳寺(浅野内匠頭夫妻、赤穂浪士などが眠る)など→16:00都営浅草線泉岳寺駅解散予定※一部、入らない場所があります	令和6年4月10日(水)14:00～16:00
水族館のサメ・エイ類	沖縄から講師とシブカツの会場をオンラインで繋ぎ講座を実施します！ジンバエガメ・マンタを中心に、サメ・エイ類の基礎知識を解説します。併せて、水族館の飼育管理技術を用いて明らかになった最新の研究成果を紹介します。	令和6年4月16日(火)14:00～15:00
話題の新名所「麻布台ヒルズ」を探索	計画から30年以上の年月をかけて完成した麻布台ヒルズは、計画の経緯とともに、日本一高いビルを含む複合施設として、大きな話題を呼んでいます。話題の新名所である麻布台ヒルズを、一緒に探検に行きませんか。六本木一丁目駅→アークヒルズ(ヒルズの原点)→スペイン大使館→スウェーデン大使館→麻布台ヒルズ(2023年開業。日本一高いビル)→虎ノ門ヒルズ(2023年秋に全面開業)など→16:00東京メトロ日比谷線虎ノ門ヒルズ駅解散予定 ※一部、入らない場所があります	令和6年5月8日(水)14:00～16:00
サメ・エイ類の繁殖	沖縄から講師とシブカツの会場をオンラインで繋ぎ講座を実施します！サメ・エイ類はとても多様な繁殖方法を持っています。水族館が取り組み、サメ・エイ類繁殖プロジェクトについて紹介します。	令和6年5月14日(火)14:00～15:00
人生100年時代「フレイル予防対策のための食生活と運動習慣」	我が国の高齢化は世界で最も早いペースで進んでいるといわれています。今まで生活習慣病予防の取り組みから早期介護予防であるフレイル予防が大きな課題になっています。生活習慣病は代謝に関わる病気であり、発症後も様々な薬剤による重症化予防が可能である一方、加齢に伴う心身機能低下については筋肉の減弱がかなり進んだ後では一定の限界があります。フレイル予防対策として「しっかり噛んで」「しっかり歩き」「そして「人との繋がり」(社会参加)を維持することが大切です。今回は「一日3食/365日、年間で1000回以上」とる食生活の大切さ、低栄養対策としてのバランス食などに着目し、皆様のすこやかな高齢期を目指す講座としてお伝えします。フレイル予防に必要な簡単な体検もお伝えします。※四季それぞれの野菜、果物の健康情報も併せてお伝えします。	令和6年5月22日(水)14:00～15:30
カジノで日本は置うか	2016年のいわゆる「IR推進法」成立以降、日本の各地ではIR、統合リゾートの建設計画が立てられ、2023年4月に、いよいよ大阪に最初のIRを建設することが決まりました。では、皆さんはIR、その中核であるカジノの内容や得失を、具体的にどこまでご存じでしょうか。本講では、IRまたカジノについて、善悪などの先入観を持たずに、経済的側面から検討して行きます。	令和6年5月25日(土)13:30～15:00
東洋医学で解決！「むくみと夏バテ予防健康講座	東洋医学的観点から梅雨のむくみ、夏バテを予防する家庭でケアできる方法を分かりやすくお伝えします。効果的なツボ、舌の観察、食養生、漢方薬で未病予防を実践しましょう。 元気で長寿！生涯現役をともに目指しましょう。	令和6年5月29日(水)15:30～17:00
明治天皇ご夫妻ゆかりの皇清田と明治神宮	明治天皇ご夫妻をお祀りする明治神宮には、明治天皇が、昭憲皇太后のために整備された御苑があります。この御苑では、約150種1500株の花菖蒲が迎えてくれることでしょう。と一緒に、明治神宮の森をゆっくり散策しませんか。代々木駅→神社本庁→明治神宮(宝物殿、拝殿、御苑「明治天皇が昭憲皇太后のために整備された庭園で、約150種1500株の花菖蒲が咲き誇る」など)→16:00JR山手線原宿駅解散予定 ※一部、入らない場所があります ※入苑料は個人払い	令和6年6月6日(木)14:00～16:00
サメ・エイ類の進化	沖縄から講師とシブカツの会場をオンラインで繋ぎ講座を実施します！サメ・エイ類は4億年の進化の歴史を持つと言われていて、彼らの進化のプロセスを紹介しながら、魚類全体の進化について概説します。	令和6年6月13日(木)14:00～15:00
シャッキとましいな姿勢！～筋躍をゆるめてシットピクス🍷👉	シットピクス(R)より伸ばす、縮める、ひねる、そらすトレーニング・ストレッチを繰り返す事により『キレイな所作、日常で快活に動ける身体作り』を目指します。ただ鍛えるだけではなく、美しい姿勢を身につけます。美容系解剖学を学びながら今話題のSITbics.(シットピクス🍷)トレーニングを取り入れます。大好評シブカツ第4弾講座になります。お楽しみに！	令和6年6月20日(木)14:00～15:00
インフレーションとデフレーション	コロナ禍が収まったと思ったら、今度はインフレーションが襲ってきました。しかし、それまでの日本では、バブル崩壊以降約30年に渡り物価が緩やかにしか上昇せず、下落する、つまりデフレーションになった時期もあります。なぜインフレやデフレになるのか、インフレが持続する欧米諸国に対し、なぜ日本は緩やかにしか上昇しないのか。本講では、これらの論点について、まず歴史＝データから把握し、次にメカニズムを説明していきます。	令和6年6月22日(土)、29日(土)13:00～15:00
スーパー台風、首都圏直撃！東京はどうなる？	各自治体とも、台風に伴う暴風対策は薄いようにも見えますので、大雨のみならず、暴風で、都内はどうなるのか？危険性を、わかりやすく紹介していきます。 また、講座内に、加納の防災ワンポイントアドバイス のコーナーを設けて 今回の、伝言ダイヤルの使用方法を紹介致します。	令和6年6月25日(火)14:00～15:00
話題の新名所「千客万来」と豊洲市場	紆余曲折の末に開業したことも話題の「豊洲 千客万来」。豊洲場外 江戸前市場の他、千客万来足場庭園などにご案内します。また、豊洲市場の屋上緑化広場からは、入居が始まったHARUMI FLAGを覗いてみましょう。ゆりかもめ市場前駅→「豊洲 千客万来」(2024年2月開業。豊洲場外 江戸前市場、千客万来足場庭園など)→豊洲市場(青果棟、水産卸売場棟、水産仲卸売場棟・屋上緑化広場から、HARUMI FLAGやレインボーブリッジを一望)→豊洲ぐるり公園→魚河岸水神社など→16:00市場前駅解散予定※一部、入らない場所があります	令和6年7月4日(木)14:00～16:00
防衛政策1	日本の防衛政策に関する内容をお話する予定です。	令和6年7月23日(火)14:00～15:30
新一万円札の顔 渋沢栄一の生涯	今年の7月に、約20年ぶりに新しいお札が発行される予定です。新一万円札の顔に採用されたのは、「日本資本主義の父」といわれる渋沢栄一です。豪農の家に生まれて、91歳で亡くなった渋沢栄一の波乱万丈の人生をお話します。	令和6年8月1日(木)14:00～15:30
お魚をおいしくお届けする冷凍技術 大間のマクロと地中海のマクロの鮮度はどうが上がる？	鮮度とは何か？について、具体的な比較で考えるとともに、環境に優しくかつ美味しくお魚を冷凍する技術についてお話しします。	令和6年8月7日(水)14:00～15:00
金融犯罪の手口と対策	自分は騙されないと考えていても後を絶たない金融犯罪の様々な手口と、被害を防ぐ対策について、動画視聴を交えて学びます。	令和6年8月21日(水)14:00～15:30
防衛政策2	日本の防衛政策に関する内容をお話する予定です。	令和6年8月27日(火)14:00～15:30
新一万円札の顔 渋沢栄一と兜町	徳川家の家臣として明治時代を迎えた渋沢栄一は、静岡藩の運営に尽力した後、明治政府に仕えます。ただし、政府を数年で辞め、実業家への道を歩み始めます。渋沢栄一が設立した日本初の銀行設立の地や、渋沢栄一の邸宅跡などをめぐります。茅場町駅→銀行発祥の地(渋沢栄一が設立した日本初の銀行設立の地)→東京証券取引所(渋沢栄一の出願で設立した日本初の公的な証券取引機関)→日証館(渋沢栄一邸跡)→兜神社→日本橋郵便局(郵便発祥の地)→日本橋→日本銀行→日本銀行貨幣博物館(「新しい日本銀行券」展覧会など)→常盤橋→常盤橋公園(渋沢栄一像)など→16:00東京メトロ三越前駅解散予定※一部、入らない場所があります	令和6年9月4日(水)14:00～16:00
がすてなーに ガスの科学館見学会	都市ガスの供給の流れや災害時に備えた地震防災対策、多様な発電方法など、暮らしを支えるエネルギーについて体験型の展示物を通して考えるきっかけをつくります。また、クイズホールではLNG基地の映像等を用いたクイズを通し、ライフラインのひとつである都市ガスへの理解を深めていきます。	令和6年9月18日(水)14:15～16:00

大学連携
6月開催【國學院大学】

講座名	講座内容	開催日程
「死者と生きるー私たちは死といかに向き合ってきたのかー」(京谷区生涯活躍推進課)	本講座では、これまで日本社会の中に存在してきた死生観について、とりわけ「死者との向き合い方」から考えてみたいと思います。人々が「死」をいかに捉え、死者との間にいかなる秩序を築いてきたのかを知ること、は、反転して、私たちの「生」のあり方を照射することにもつながるでしょう。古代から現代に至るまで、人々の生活や社会のなかで育まれてきた「死者との向き合い方」を、多様な学問の観点からお話しいただきます。	令和6年6月7日/6月21日/7月5日 /10月4日/11月8日(金)

追加予定講座(記載内容は調整中です。変更になる場合がございます。)

講座名(仮)	講座内容	日程
国立印刷局	【予定】 お礼の製造過程から偽造対策技術の紹介をします。	未定
大奥と御用商人	【参考】※下記は昨年実施内容 御用商人とは幕府・諸大名・武家、朝廷・公家、社寺などに入入りし、御用を伺い品物を納めることを許された商人を指します。幕府(將軍家)の御用といっても一通りではありません。江戸城には本丸、西丸などの御殿が存在し、それぞれに御用が発生し、表(男性)と大奥(女性)でも分かれていました。三井越後屋と道具商山田屋の事例から、大奥と御用商人の関係をみていきます。	未定
歌舞伎体験	【参考】※下記は昨年実施内容 「歌舞伎」を身近に体験し、心身ともに日々の生活を豊かにする特別講座です。 1、わかりやすい「歌舞伎」の解説。 2、歌舞伎のお役の台詞体験。 3、歌舞伎独特の動きを模倣することで、身体の正しい動かし方を学ぶ「歌舞伎体験」体験。	未定
東京ジャーマイ訪問講座	【参考】※下記は昨年実施内容 東京ジャーマイは、気軽にイスラム教の文化に触れることができる貴重な場所です。幾何学模様の彫刻が施された扉を開ければ、そこには美しい世界が広がります。 「美しいモスクがなぜ渋谷に」といった礼拝堂の歴史、アートや建築、「チューリップはトルコの花」などの話を中心に学びます。 また、今回はランチとして、トルコで活躍されているシェフを招待し、本場のトルコ料理を楽しみながら講師の解説付きで「トルコの食文化」について学ぶことができます。	未定
明治神宮内ガイドツアー	【予定】 明治神宮内の各所を解説を交えながら、散策します。	未定
オーロラから知る宇宙環境の不思議	【参考】※下記は昨年実施内容 北極や南極で見られるオーロラの最大の魅力は、地上にしながら宇宙空間にいる気分を味わうことができることです。オーロラは高度100km以上の宇宙空間と呼ばれる場所で起こっており、急に明るくなり、激しく渦巻くオーロラ爆発が起こると、その光の渦の中に吸い込まれてしまうような不思議な感覚になります。最近ではオーロラ観光が盛んですが、オーロラの研究によって太陽から地球までの宇宙空間の変動の様子がわかってきました。宇宙環境変動を知することは、宇宙飛行士の安全や人工衛星の運用にとっても大切です。この講義では、オーロラ観光に必要な宇宙天気予報、オーロラの研究から解明された地球周辺の宇宙環境変動、木星・土星オーロラなど、最新の研究成果をやさしく紹介します。	未定
第五福竜丸展示館見学	【予定】 ボランティアガイド、学芸人による展示解説と展示物の見学を実施します。	未定
印刷の歴史	【予定】 はじめに印刷の歴史を学び、博物館内にて実物を鑑賞しながら解説を聞きます。	未定
資産運用セミナー	【予定】 主にNISAを中心としたセミナーを開催予定です。	令和6年6月11日(火)14:00～15:00
コスモプラネタリウム講座	【参考】※下記は昨年実施内容 コスモプラネタリウム渋谷にて、実際にプラネタリウムを見ながら星空解説員による講座を行います。 今回はハチコウ大学生のために、冒頭の投影では聞くことができないお話や投影を用意いたしました。当日の星空解説と黄道12星座の成り立ちから88星座までの歴史、宇宙の構造についてお話しします。	未定