

# 第11回

# 畿央大学公開講座

無料

日時:平成 25 年 1 月 26 日(土)

講座A 13:30~15:00

講座B 15:30~17:00

会場:畿央大学 KB04 講義室

真美ヶ丘ニュータウン内(近鉄五位堂駅徒歩 15 分)



## メインテーマ「こころを元気に！」

辛い時にはギュッと痛くなったり、嬉しいことがあるとウキウキ弾んだり・・・十分わかっているつもり自分の「こころ」ですが、本当にそうなのでしょうか。畿央大学では人間理解を深めるためにも心理学を重視して取り組んでいます。心理学ご専門のお二人の先生に、「こころ」の秘密、「こころ」の扱い方について語って頂きます。

### 『こころ up 作戦』

日々の天気が変わるように、こころにも晴れの日もあれば土砂降りの日もあります。なるべくおだやかな天候が続くように、荒れた天候になってもできるだけ被害が少なくすむように、そしてすぐに回復できるように、自分でコントロールできるといいですね。毎日を生き生きと楽しく前向きに過ごすことができるこころのコツについてお話しします。



健康科学部理学療法学科  
教授 東山 明子

#### 講座A

受付 13:00~

13:30-15:00

### 『上手なコミュニケーション』

毎日楽しくコミュニケーションをしていますか？人はひとりでは生きてゆけません。ココロを健康に保って明るい毎日を送るためには、他人とうまく付き合っていく必要があります。でもどうすればよいのでしょうか。心理学でわかっていることを実生活に生かすために、夫婦関係・親子関係を中心とした人間関係作りのコツをお話しします。



教育学部現代教育学科  
准教授 粕井 みづほ

#### 講座B

受付 15:00~

15:30-17:00

#### ■ 申込方法

- 官製ハガキ・E-mail・Faxのいずれかで、(1)希望される講座(公開講座A・B)複数可  
(2)お名前(ふりがな) (3)年齢 (4)〒、住所 (5)電話番号(連絡先)  
(6)メールアドレスを明記の上、2013年1月20日(日)までにお申し込みください。

#### ■ 宛先

〒635-0832 奈良県北葛城郡広陵町馬見中4-2-2 畿央大学企画部公開講座係  
E-mail: uketsuke@kio.ac.jp / Fax: 0745-54-1600

《問合せ先》 TEL:0745-54-1601 / 畿央大学企画部 水野・増田

