

2020年度 東北女子短期大学 出前講座一覧

料理・手芸

講座名	講座内容	受講対象	定員	担当講師	申込番号
津軽の豊かな食文化	津軽の特徴的な食文化について、伝統食材や郷土料理を紹介しながらお話しします。	高校生一般	制限なし	北山 育子	01
「自炊力」を身につけよう	料理をもっと気楽に、楽しむことから始めましょう。和食の基本料理を中心に栄養バランスのよい食事を作ります。初めてでもおいしく作れます。	高校生 大学生	20名		02
伝えたい“津軽の食”	津軽の特徴ある食文化、郷土料理について解説し、季節の食材を中心とした調理実習をします。	高校生一般	30名	北山 育子 伏見沙也加	03
手作りで加工食品を作ろう① ～風味が違う2種類のソーセージ～	2種類の組み合わせの香辛料を使い、添加物を含まないソーセージを手作りします。ソーセージはホットドックにさせていただきます。	小学生 中学生 高校生 親子	30名	安田 智子 吉村小百合	04
手作りで加工食品を作ろう② ～牛乳から作る乳製品～	塩分量を好みで調節して、健康を考えたバターやカッテージチーズ、乳酸飲料のカルピスを手作りします。				05
ステキ女子は和食から ～和食の基本～	和食調理の基本を学びましょう。				06
おいしく作ろう Happy Lunch ～弁当の基本～	「3, 1, 2弁当箱法」を知っていますか？ 栄養バランスの良い弁当、キャラクター弁当に挑戦します。	中学生 高校生 親子	20名	安田 智子 中島 里美 宮地 博子	07
Let's try ! パーティメニュー	ピザは生地から発酵させ、トマトソースも手作りします。プリンアラモードやカラフルサラダで食卓を彩るパーティメニューを作りましょう。				08
つまみ細工をしてみませんか	つまみ細工は、正方形の布を折りたたんで作ります。ブローチや蝶ピンなどを製作します。	高校生一般	20名	宮野 洋子	09
一目刺しをしてみませんか	刺し子の技法のひとつである一目刺しをカラフルな糸で製作します。				10

## 健康・保健・幼児体育

講座名	講座内容	受講対象	定員	担当講師	申込番号
ノロウイルスの予防と対策	過去の事例を紹介し、ノロウイルスの予防と対策について解説します。要望があれば、嘔吐物の処理方法について演習を行います。	保育所職員 福祉施設職員	制限なし	中島 里美	11
離乳食の進め方 ～家庭で活かせるアドバイス～	月齢に合わせた離乳食の進め方の基本と、離乳食を食べさせる時に気をつけたいことを解説します。	保育所職員			12
保育所におけるアレルギー対応	保育所におけるアレルギー対応ガイドラインについて解説し、ロールプレイングを通してアレルギー対応について理解を深めていただきます。	保育所職員			13
教育現場での熱中症「0」を目指して	熱中症対策について、WBGT（暑さ指数）を基に解説します。また脱水症対策についても解説します。	教職員 保育所職員	20名	宮地 博子	14
天野式幼児リトミック（初級編）	天野式幼児リトミックについて学び、実際に楽しみながらやってみよう！	高校生 保育者	20名	田中 恵	15

## 実用・教養

講座名	講座内容	受講対象	定員	担当講師	申込番号
マーケティングってなんだろう？	なぜ、あの商品は売れるのに、この商品は売れないのか？ その謎に迫ってみよう！	高校生 一般	制限なし	兼平 拓道	16
行動経済学ってなんだろう？	なぜ、人は500円のジュースを買ってしまうのか？ そんな私たちの奇妙な行動を考えてみよう！				17
はじめてでもできる！ これであなかもExcelマスター	あなたの体重・血圧等、身近な数値データを使って、Excelの基本的な機能と操作方法をわかりやすくマスターできます。	高校生 一般	20名	玉利 朱里 佐藤ゆかり	18
もっと知ろう！ 医療保険制度のしくみ	保健制度を賢く活用しましょう。日本の医療保険制度のしくみをわかりやすく解説します。	高校生 一般	20名	小野美沙子	19

※ 上記講座を希望される際は、利用予定日の1ヶ月前までにお申し込みください。

※ 材料費・保険料は受講者負担となります（講座によっては傷害保険の加入が必要となります）。

申込み・問い合わせ先

〒036-8503 弘前市上瓦ヶ町 25 番地

東北女子短期大学 地域文化センター 出前講座係

TEL 0172-32-6151 FAX 0172-32-6153

E-mail tibunsen@toutan.ac.jp URL <http://www.toutan.ac.jp>