

## 令和7年度 すずか市民アカデミー「まなベル」 事業報告

令和7年度のすずか市民アカデミー「まなベル」は、全6回講座を開催し、のべ136名の方に受講いただきました。

### 講座①:移民史から学ぶアメリカスイス移民が築いた町 Wisconsin 州 New Glarus

日時:9月20日(土)13:30~15:00

会場:鈴鹿大学

講師:杉浦 恵美子 先生

受講者:12名

#### 講座内容:

スイス移民が築いた町 Wisconsin 州ニューグラーズの紹介を通して、アメリカ合衆国の人種・民族の多様性と移民の歴史について学びました。



#### 受講者アンケートより:

知らないことの知識が増えます。今後の講座も楽しみにしています。  
アメリカの知らないまち、ニューグラーズを知ることができ、良かったです。

### 講座②:「健幸」を引き寄せる「大腰筋トレーニング」のススメ

日時:9月23日(火・祝)13:30~15:00

会場:鈴鹿医療科学大学(千代崎キャンパス)

講師:伊藤 和寛 先生

受講者:48名

#### 講座内容:

「健康」で「幸せ」な人生を実現するために大切な筋肉である「大腰筋」の特性について解説いただくとともに、日常生活で取り入れやすいエクササイズを実践しました。



#### 受講者アンケートより:

丁寧に説明をいただきました。実技もあり、良かったです。大腰筋を鍛えることの大切さがわかりました。筋肉が落ちてきたのを実感しており、少しがんばりたいと思いました。

### 講座③:子どもの食について考えよう

日時:9月25日(木)10:30~12:00

会場:鈴鹿大学短期大学部

講師:乾 陽子 先生

受講者:9名

#### 講座内容:

乳幼児期の子どもの発達段階に応じた食事の工夫や、子どもに多い食事の課題、アレルギー等への対応について解説いただきました。



#### 受講者アンケートより:

とても身近に感じる内容でたいへん勉強になりました。ありがとうございました。たくさんの内容で、とてもよい学びになりありがたかったです。子どもの食事について、色々と工夫していきたいです。

#### 講座④:健康寿命を延ばすためには

日 時:11月15日(土)13:30~14:30

会 場:鈴鹿医療科学大学(千代崎キャンパス)

講 師:三浦 俊宏 先生

受講者:37名

##### 講座内容:

健康寿命に影響する要因について知るとともに、健康寿命を延ばすための方法について、食事や運動など様々な視点から学びました。



##### 受講者アンケートより:

昨年から参加していますが、とても楽しいので続けて欲しいです。今回の講座もとても参考になりました。日々の生活習慣の大切なことに気づかされました。

#### 講座⑤:無限に続く足し算「級数」の世界へ

日 時:11月22日(土)10:00~11:30

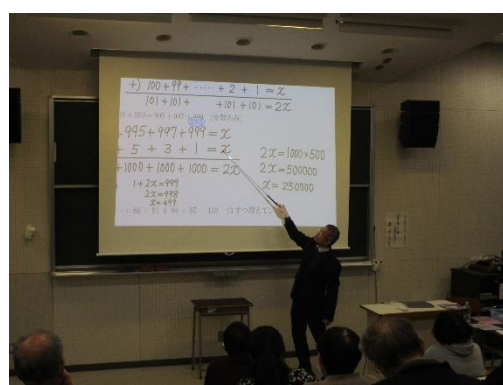
会 場:鈴鹿工業高等専門学校

講 師:川本 正治 先生

受講者:17名

##### 講座内容:

無限に足し算を続けると、実は「ある値」に近づいていくという、数列や級数の不思議な性質について、具体例を一緒に計算しながら学びました。



##### 受講者アンケートより:

少し難しかったですが、高校の時より数学に興味をもちました。最後にはよく見るときちんと完結していて驚きました。たいへんおもしろかったです。

#### 講座⑥:ガラスとは何か?~元素周期表からガラスの応用まで~

日 時:11月29日(土)10:00~11:30

会 場:鈴鹿工業高等専門学校

講 師:和田 憲幸 先生

受講者:13名

##### 講座内容:

日用品から先端科学への応用まで様々な形で利用されているガラスについて、元素周期表に基づき解説いただくとともに、作製過程の見学など実演も交えて学びました。



##### 受講者アンケートより:

身近な物の構成について触れることができ、有意義な時間でした。楽しい講座でした。実物を確認できたことや、学生さんの説明がたいへん興味深く、良かったです。