

# 令和6年度 屋久島町生涯学習講座 開催案内

【定員】各講座 20 人（先着）

【受講料】無料

【申込期限】8/23（金）

## 《 呼吸法で心と体を整える健康ヨガ&ヨガ哲学 》

★講師：ゴーシュ 直子 先生（森林浴瞑想プログラム考案者）

★時間：15:00～16:30

★会場：尾之間中央公民館 和室

★対象：健康な毎日を送りたい成人の方



回	期 日		内 容
1	9/21(土)	6	12/10(火)
2	9/24(火)	7	12/14(土)
3	10/19(土)	8	12/17(火)
4	10/22(火)	9	12/21(土)
5	12/7(土)	10	1/11(土)

ヨガのポーズに呼吸を合わせて動いていく健康ヨガです。  
※1回の参加でも可能ですが、5回以上参加されると効果が上がります。  
※日程は変更になる場合があります。

健康な毎日を送るために、セルフケアは欠かせません。自分を大切に、自分と向き合う時間を作り、自分を整えていきましょう。

《準備》

動きやすい服装、水分補給用飲み物、タオル、敷物（ヨガマット、タオルケット等）

## 《 そうだったのか！屋久島なるほど講座 》

★講師：小原 比呂志 先生（屋久島アカデミー代表理事）

★時間：10:00～11:15, 19:30～20:45（同じ内容を1日2回開催）

（フィールドワーク時は10:00～16:00の1回）

★会場：役場本庁2階会議室（フィールドワークの場所は別途お知らせします）

★対象：高校生以上



回	期 日	会 場	内 容
1	9/12(木)	2階会議室	「スギ」台風で鍛えられた銘木屋久杉は、日本の贅沢の象徴だった！
2	9/26(木)	2階会議室	「コケ」日本の心を癒すコケの風景…なぜこれほどまでに豊かなの？
3	10/10(木)	2階会議室	「照葉樹」屋久島の裏山の森は、日本最大の貴重な照葉樹林？
4	10/31(木)	西部林道	「フィールドワーク」世界遺産の森をゆく ～西部林道に詳しくなろう～
5	11/28(木)	2階会議室	「里の植物」里の周りは亜熱帯～ガジュマルとアコウ、クワズイモ～

私たちが暮らす屋久島は、知れば知るほど面白い！屋久島大学主宰の小原氏が、屋久島をさまざまな切り口で解説します。屋久島初心者の方も、いろいろと見てきたという方も、お気軽にご参加ください。

《準備》

筆記用具、ノート

※ フィールドワークに参加される方は、保険料200円が必要です。フィールドワーク当日集金します。

## 《 英会話講座 ～ESD English～ 》

★講師：アンドリュー ソル 先生（屋久島町ALT）

★時間：19:00～20:30

★会場：役場本庁2階会議室

★対象：中学3年生以上



回	期 日	内 容	回	期 日	内 容
1	9/10(火)	基礎英語	6	10/15(火)	SDGsに関する英会話①
2	9/17(火)	様々な場面で使える英会話①	7	10/22(火)	SDGsに関する英会話②
3	9/24(火)	様々な場面で使える英会話②	8	10/29(火)	SDGsに関する英会話③
4	10/1(火)	様々な場面で使える英会話③	9	11/5(火)	SDGsに関する英会話④
5	10/8(火)	様々な場面で使える英会話④	10	11/12(火)	SDGsに関する英会話⑤

ESDとは、『持続可能な発展のための教育』を意味する英語『Education for Sustainable Development』の頭文字をとった略語です。SDGsに向けた英語で楽しみましょう。

《準備》 筆記用具、ノート