



世田谷区は区内および隣接に17の大学・学部があります。各大学の専門性や特色を活かし、区内の様々な課題に区や地域と協働して取り組んでいます。今回は成城大学の紹介と地域と協力した取組みをご紹介します！



成城大学

経済学部[経済学科/経営学科] 文芸学部[国文学科/英文学科/芸術学科/文化史学科/マスコミュニケーション学科/ヨーロッパ文化学科] 法学部[法律学科] 社会イノベーション学部[政策イノベーション学科/心理社会学科]

各種教育研究センター[共通教育研究センター/データサイエンス教育研究センター/国際センター/キャリアセンター]

少人数ゼミナールと多彩な全学共通科目

成城大学は4学部11学科を擁し、人文社会科学領域の特色ある研究・教育を行っています。学びの軸となるのは、全学生必修の少人数ゼミナールです。学生各々の興味・関心を深く探究する場であり、学生同士が発表、議論を重ねることでコミュニケーション力やプレゼンテーション力を鍛える場ともなっています。

また、教養科目、リテラシー科目、国際交流科目、キャリアデザイン科目、データサイエンス科目、スポーツ・ウエルネス科目からなる豊富な全学共通教育科目を提供することで、専門分野以外にも目を向け、次世代で活躍するための多角的な視野、柔軟な思考力、実践的なスキルを養います。



感染予防にも配慮した快適なワンキャンパス

キャンパスは最寄り駅から徒歩4分ながら、緑豊かな落ち着いた環境です。コロナ禍以来、すべての教室でオンライン授業が行える機材を完備。学生たちが安心して学べる環境を提供しています。

さらに、2021年度よりフードトラックを導入。感染予防に配慮したオープンスペースでランチを取ることができます。そのほか、国際交流に利用するためのグローバルラウンジや、近年注目を集めるデータサイエンスを学ぶ専用教室など、学生生活に必要な施設がすべて一つのキャンパスに揃っています。



成城大学と成城の街

成城大学の母体である成城学園は1917年、澤柳政太郎によって創立されました。文部次官や東北・京都帝国大学総長などを歴任し、近代日本の教育制度確立に貢献した澤柳政太郎が「本当の教育」を目指して作った私立の小学校が成城学園の始まりです。

1925年、当時まだ雑木林の原野が広がっていた現在の地に学校が移転したことをきっかけとして、学園を中心とした街づくりがスタート。現在の成城の街が出来上がりました。



成城大学 生涯学習事業「成城 学びの森」

成城大学では、2006年より「成城 学びの森」の名称で、生涯学習支援事業を行っています。「成城 学びの森」は、「大学の知的財産を地域住民および市民一般へ還元し、地域における生涯学習の拠点となること」「参加者・受講生にリピーターとして期待をよせられるものとするだけでなく、地域住民と大学との交流の場として、また、社会人の大学院生、科目等履修生等として、発展的な学びの継続の起点となること」を目標として、「オープン・カレッジ」と「コミュニティ・カレッジ」(<https://ssl.smart-academy.net/seijo/>)の二つの事業を柱として展開してまいりました。2021年度からは、地域と連携したリカレント教育の一環として「ビジネスキャリアデザイン講座」を新たに開始いたしました。

オープン・カレッジ【無料】

「オープン・カレッジ」は、成城大学・成城学園、成城の地に緑のある方を講演者としてお招きして年に数回開催する講演会です。引き続き、従来の大教室での講演形式は実施せず、無観客型の「オンデマンド講演会」を実施しております。近年の講演会の模様は、[せたがやeカレッジ](#)からもご覧いただくことができます。

※せたがやeカレッジ指定講座として動画配信中
<https://setagaya-college.com/search.html?group=4&keyword=>



配信中

講師

香田 郡秀

Kunihide Koda 成城大学・成城学園剣道部師範 剣道範士八段



日本の伝統文化～剣道が世界に伝える精神とは～

2024年、日本の伝統文化である剣道の魅力が、世界に向けて今まで以上に大きく花開こうとしています。対人競技である剣道は、コロナ禍によって、その競技の実践において多大な試練を迎えました。しかし、様々な感染対策による競技ルールなどの見直しは、剣道の魅力をさらに高めるきっかけともなり、世界から剣道の発展、文化貢献に大きな期待が寄せられることとなりました。お互いを尊重し、敬い、感謝の気持ちを忘れない剣道精神。その為の稽古、試合、交流。剣道競技、剣道交流のあり方は、揺るぎない世界平和への羅針盤と言えるでしょう。37年の長きにわたり、日本学生剣道界の雄、筑波大学にて剣道指導にあたられた香田郡秀範士八段が、これまでの教育剣道実践の経験を踏まえ、今後、世界に向けた剣道文化の意義を語ります。

Profile

昭和32年長崎県生まれ。
長崎東高校から筑波大学に進み、長崎県高校教諭を経て筑波大学の教員となる。
主な戦績として、世界選手権大会個人優勝、全日本選手権大会3位、全国教職員大会優勝など。元筑波大学体育系教授、同大学剣道部長。(2023年3月退職)
2023年4月より成城大学ならびに成城学園剣道部師範就任。筑波大学名誉教授。

配信中

講師

井上 勇

Yu Inoue 中目黒「イル・ルポーネ」 三軒茶屋「ラルテ」オーナー兼シェフ



「ピッツアを通じて目指す想像を超えた顧客体験～ “ラルテの流儀”から学ぶ料理とブランディングと人材育成～」

- ①自己紹介
- ②幼少期～学生時代に食に携わるようになったきっかけ
- ③“サルバトーレ”、“イタリア修行”での学び/今に生きていること
- ④自身のお店を通じて顧客に伝えたい/感じてほしい思い
- ⑤お店作りの中でいかに“教育/育成”が大切か
- ⑥今の日本の教育に必要な考え方/取り入れるべき“ラルテの流儀”
- ⑦井上氏の今後の展望と思い

Profile

1974年、東京生まれ。19歳で「サルヴァトーレ」でのアルバイトからスタート。2004年に中目黒「イル・ルポーネ」をオープン。三軒茶屋に2号店「ラルテ」をオープン。2011年の日本初のナポリピッツァ職人コンテスト、ファンタジー部門（創作ピッツァ部門）で優勝。成城学園初等学校、中学校卒業

世田谷プラットフォーム事業

2023年度 ビジネスキャリアデザイン講座Ⅲ

「ビジネスキャリアデザイン講座」は、世田谷区内の6大学（国士舘大学、駒澤大学、昭和女子大学、東京都市大学、東京農業大学、成城大学）と、世田谷区が協働・連携している「世田谷プラットフォーム事業」の一つとして2021年度より開講している若手ビジネスパーソン向けの無料オンデマンド講座です。今年度は、ウェルネス系講座をテーマとし、全8講座を好評配信中です。スキマ時間を利用して身体の健康習慣を身につけましょう！

好評配信中!



オンデマンド型
動画配信

受講無料

— オンデマンド講座のご案内 —

申込受付中

総論 成熟型社会におけるウェルネスの重要性について

講師 **山本 敦久** 成城大学 社会イノベーション 学部

成熟された現代の日本社会における、「ウェルネス(心・身体等の健康)」の重要性について今年度開講中の講座のご案内を交えながらご説明します。

自宅でできる簡単ヨガ～自分の身体と向き合おう～

講師 **國寶 真美** 成城大学 社会イノベーション 学部

ヨガでは、様々なポーズを取ることで柔軟性や体幹が鍛えられるとともに、呼吸を整え瞑想をすることで精神面でもリラックス効果やリフレッシュ効果が期待できます。本講義ではヨガの歴史や目的、効果を説明した後、実践編として自宅でできる簡単なヨガのポーズを紹介します。ヨガを通じて自分の身体と向き合う時間を作ってみましょう。

フレイルって何?フレイルチェックとトレーニング方法

講師 **永吉 英記** 国士舘大学体育学部

要介護につながる「フレイル」って何?フレイル度をチェックしてみましょう!フレイルチェックによって自分の要介護につながるリスクがわかります。フレイルにつながるリスクを知って、どのようなトレーニングや取組が必要かを学びます。

なりたい身体を獲得するためのセルフコンディショニング

講師 **曾根 良太** 東京農業大学国際食料情報学部

人生100年時代。長い人生を幸せに生き続けるためには、「健康寿命」を伸ばすということは重要な課題・目標となります。人間(ヒト)は、生物の中で唯一なりたい身体を獲得するために、自分の体型を意識的にコントロールすることができます。本講義を通して、体型をコントロール(維持・減量・増量)していくための基礎的な知識の習得を目指します。

ストレスマネジメント入門 —ストレスの「正体」を知り正しく付き合おう—

講師 **渡邊 浩司** 駒澤大学学生支援センター 回数/1回

ストレス社会を生き抜くためにはストレスというものの正体を正しく知り、対処法を身に付けることが必要です。ストレスフリーな生活を目指すことがストレスにならないよう、ストレスとの上手な付き合い方を学びます。ストレスの正体を知り、対処のバリエーションを理解し、自分に適した心身のリラクゼーション法を習得する、というのが達成目標です。ストレスに強いビジネスパーソンを目指しましょう。

自分でできる生活習慣の変え方!

講師 **星 玲奈** 昭和女子大学 食健康科学部 管理栄養学科

ダイエットしたいけど始められない、運動習慣を継続させたい!など、様々な望ましい生活習慣を獲得するにはどうすればよいのでしょうか。行動を変えるのに開発されたモデルである行動変容モデル(トランスセオレティカルモデル)を用いた、次のステージにステップアップできるアプローチ手法をお伝えします。

簡単Exerciseで、しなやかな身体を目指す

講師 **白川 哉子** 昭和女子大学 食健康科学部 健康デザイン学科

簡単で、ゆる～いexerciseを紹介しします。10分exerciseでしなやかなからだを目指しましょう。毎日必ずチャレンジすることで、しなやかな身体を手に入れましょう。ストレッチを中心に日常生活ではなかなか動かさな部位をゆる～く動かすことで、しなやかな身体を目指します。毎日チャレンジすることで、運動習慣の第一歩を踏み出すことができます。

ビジネスパーソンのためのコンディショニング

講師 **山田 盛朗** 東京都市大学 共通教育部

パソコンやスマホの操作の際には前かがみの姿勢になりやすくなります。その姿勢が長時間続くと頸部(首周辺)や肩関節周辺が緊張し、肩こり、巻き肩、腰痛などの不調が起こる可能性があります。姿勢に大きな影響のある胸郭・肩関節、股関節の運動を紹介します。また、画面を見続けることで疲労の蓄積しやすい「目」に着目し、リフレッシュのためのビジョントレーニングを紹介します。

世田谷PF事業「ビジネスキャリアデザイン講座Ⅲ」お申込方法

申込受付中

■申込方法 **インターネットでお申し込みください。**

お申込みサイト <https://ssl.smart-academy.net/seijo/>
(右記の2次元バーコードからもアクセスできます)



「世田谷」と入力

- STEP 1 講座の検索**
トップページの「講座を探す」の各種検索メニューから、フリーワード欄に、「世田谷」と入力し「検索」ボタンをクリックしてください。タイトル名後ろに「世田谷プラットフォーム事業」と記載のある「受講料0円」と表示のある講座が対象科目です。1講座より受講可能です。
- STEP 2 講座の申込み**
受講講座を決定されたら、講座名の横にある「受付中」のボタンを押してお申し込みください。
- STEP 3 申込みリスト**
申込み後、受講の申込みをした講座が表示されます。続けて他の講座を申込み場合は、「続けて他の講座を申込み」ボタンを押して、講座の検索、講座の申込みを繰り返してください。講座の選択が終了したら「次のステップに進む」ボタンを押します。
- STEP 4 会員登録・ログイン**
初めてのお申込みの方は、「登録画面へ」ボタンを押して、会員情報登録をします。**受講生登録・ログイン画面の後、お支払い方法のご確認画面がですが、「確認画面に進む」を押してください。(今回は、無料講座のため、受講料はかかりません。)**
- STEP 5 お申込み内容のご確認**
お申込み内容の確認画面が表示されますので、確認した後「申込」ボタンを押します。
- STEP 6 お申込み内容確認メール**
お申込み後、ただちにお申込み内容確認メールが届きますので、申込み内容をご確認ください。また、初めてのお申込みの方は、会員 号をご確認ください(メールに「お支払い方法」についての記載がございますが、今回は無料講座のため、無視してください)。*会員 号/パスワードでマイページにログインして、会員情報の確認やパスワードの変更ができます。
- STEP 7 配信開始**
配信開始後、マイページにログインし、受講するボタンを押すと、ご覧いただくことができます。

■お問い合わせ

 **「成城 学びの森」事務局** (成城大学 学長室内)

〒157-8511 東京都世田谷区成城6-1-20



TEL. **03-3482-9031** FAX. **03-3482-9467**
E-mail: manabi@seijo.ac.jp URL: <https://www.seijo.ac.jp>

*窓口受付時間/月～金 9:00～16:00・土 9:00～12:30 成城 学びの森

