



学園だより



◆平成30年度 淡路文化会館「いざなぎ学園」 第11回講座

平成30年9月12日（水）、第11回講座を行いました。

午前は、専門講座として、歴史文化コースは歴史研究家の黒田先生に、健康環境コースはおさるの健康の里の植田先生にお越しいただきました。

午後は、サークル活動Bを行いました。



歴史文化コース

「大河ドラマシリーズ② 西郷隆盛」

歴史研究家 黒田美江子 氏

健康環境コース

「笑い与健康（ラフターヨガ）」

おさるの健康の里 植田 弘一 氏

◎学園生の感想から

<歴史文化コース>

今日の講義を楽しみにしていました。講座の中で「歴史は命、命は歴史」という言葉が大変印象に残りました。少しでも歴史に興味を持って勉強しようと思います。

<健康環境コース>

心と身体はセットであり、笑うことにより免疫力がつくことを知りました。「笑いは最高の薬」であることがわかりました。ラフターヨガの体験もできて良かったです。