

	日時	場所	講座名	企業・講師/講座内容
1	4月27日(水) 15:00-	横浜校舎 (オンライン/ オンデマンド 配信併用)	マルチ商法対策講座 ハイブリッド開催	<b>講師</b> 穴沢大輔先生(本学法学部消費情報環境法学科教授) 受講生 法学部消費情報環境法学科4年生 マルチ商法をはじめ、悪徳業者からの勧誘方法や対策を学びます。
2	6月1日、8日、 6月15日、22日(水) いずれも15:00-	横浜校舎	マインドフルネス講座	<b>一般社団法人マインドフルネス瞑想協会認定講師 金田 絵美講師</b> <b>一般社団法人マインドフルネス瞑想協会認定講師 関口 奈央講師</b> 『マインドフルネス』を知っていますか？瞑想などの実践を通して自己理解を深め、感情の調整能力や判断力の向上といった効果が期待できると言われています。企業研修やプロスポーツのトレーニングにも取り入れられています。『講義+実践』の本プログラムは、静かに自分と向き合い、自分自身をより深く知るきっかけとなるでしょう。
3	①6月6日(月) 16:00-16:40 ②6月9日(木) 12:40-13:20	オンライン配信	熱中症対策講座	<b>(株)ヒューマンハート</b> 体が暑さに馴れる前の時期が、最も熱中症に罹りやすいといわれています。命に係わる熱中症の危険とその予防のために、効果的な水分補給や体力づくりなどの具体的な対策を学びます。また、マスク着用時の熱中症対策についても学びます。
4	7月13日(水) 14:00-15:00	横浜校舎	応急救護講座	<b>戸塚消防署</b> AEDの使用法や心肺蘇生法を実戦形式で学びます。
5	7月14日(木) 14:30-15:30	白金校舎	応急救護講座	<b>高輪消防署</b> AEDの使用法や心肺蘇生法を実戦形式で学びます。
6	10月19日(水) 15:00-16:30	学外	【校外学習第一弾】 戸塚の「隈研吾」作品を見に行こう	<b>訪問先: Murasaki Penguin Project Totsuka</b> 戸塚駅近くの小さな空き地に建てられた“△のシルエット”を持つ建物は、保育所とパフォーマンスアーツ&マルチメディア施設の二つの顔を持っています。建物の外観や内部の見学を楽しむ時間と、『建てた人達』の仕事についても知る事ができるプログラムです。
7	10月26日(水) 13:00~16:30	学外	【校外学習第二弾】 SDGsと私たちの生活 『ゴミ』の行方を追いかけてみよう	<b>訪問先: 株式会社マルコ 追浜工場(横須賀市浦郷町)</b> 私たちの生活と切っても切れない存在であるごみの行き先を、普段は入れないゴミ処分場を訪問し、話を聞きながら考えるプログラムです。
8	11月9日(水) 14:00-	学外	【校外学習第三弾】 技術の進歩が未来を変える 最新の『日本の技術』を体験しよう	<b>訪問先: 大成建設技術センター</b> 災害に強く環境に影響の少ない技術を研究&実験するための研究施設です。日本の一流企業の『ラボ』を訪問し、最新の科学と技術について説明を受けながら見学できるプログラムです。
9	11月9日(水) 13:30開場 14:00開演-15:40	白金校舎	落語講座	<b>講師: 春風亭柳枝 講師</b> 本学OBの真打の落語家を講師にお招きし、落語についての歴史などの講義とともに落語1席を披露していただきます。
10	12月21日(水) 13:30-	オンライン配信	ライフプラン講座	<b>講師: 日本生命保険相互会社</b> 将来に向けて、金融リテラシー(お金の知識・判断力)を身につけることを目的とします。
11	12月21日(水) 15:15-16:15	白金校舎	パーソナルカラー講座	<b>講師: 株式会社カラースペース・ワム</b> 第一印象における色の重要性などをレクチャーいただき、自身にぴったり合う色=パーソナルカラーを学びます。
12	12月19日(月) 13:00-14:30	横浜校舎	クイズで楽しむ文学の 「恋愛」名場面集! 講座	<b>講師: 畠山達先生(本学文学部フランス文学科教授)</b> 「恋愛」を描いた文学作品の名場面を一緒に読みながら、クイズ形式の問題を出します。最高得点をとった人にはもしかしたら賞品があるかも? 文学に興味がある人、恋愛ってどんな風に文学で描かれているのか興味がある人、クイズなら参加したい人、是非ご参加ください!
13	1月18日(水) 12:45-14:15	横浜校舎	アロマヨガ講座	<b>(株)ヒューマンハート</b> アロマの香りの中でヨガを行い、ココロとカラダをリラックスさせます。ストレスや疲れの溜まりやすい定期試験前に実施予定です。
14	1月20日(金) 12:45-14:15	白金校舎	アロマヨガ講座	<b>(株)ヒューマンハート</b> アロマの香りの中でヨガを行い、ココロとカラダをリラックスさせます。ストレスや疲れの溜まりやすい定期試験前に実施予定です。
15	3月20日(月) 13:00~15:00	横浜校舎	かんたん和菓子講座	<b>鎌倉創作和菓子 手秘 講師: 御園井裕子 講師</b> 和菓子の文化も学びながら、ひとりで簡単にできる和菓子を作ります。