



公益財団法人いきいき埼玉

公益財団法人いきいき埼玉  
生涯学習担当 村形、天野  
TEL 048-728-7113 FAX 048-728-7130  
〒362-0812 伊奈町内宿台 6-26  
埼玉県県民活動総合センター内  
ホームページ: <https://www.iki-iki-saitama.jp/>

## <報道発表資料>

令和3年10月29日

### 「身近なストレスのコントロール」など2講座をオンラインで 開催します ～埼玉県県民活動総合センター 生涯学習講座～

公益財団法人いきいき埼玉では、県民の皆様に多様な学習機会を提供するため、次の生涯学習講座を実施します。

生涯学習講座では、ソーシャルディスタンスの確保、消毒及び換気など新型コロナウイルス感染防止対策を徹底し、受講生の皆様に安全な学びの場を提供してまいります。

#### 1 開催講座

##### (1) 身近なストレスのコントロール【オンライン講座】

- 日 程 令和4年1月9日～1月30日  
日曜日(全4回) 10:30～12:00
- 場 所 ZOOMを使用したオンライン講座  
会場ライブビューイング: 県民活動総合センター(伊奈町内宿台6-26)  
※本講座は、受講形式が2種類ございます。お申込み時にオンラインか会場ライブビューイングのどちらかをお選びください。
- 講 師 大石 和男 氏(立教大学教授)
- 受講料 6,100円(教材費込)
- 定 員 50名(ZOOMオンライン35名、会場ライブビューイング15名)
- 内 容 日常でのストレス場面における共通した反応や、個人差に注目しながら、ストレスにどう対処していくかを学びます。

##### (2) 鎌倉殿とその時代—武士・武家文化の胎動期—【オンライン講座】

- 日 程 令和4年1月22日～2月26日(2月5日を除く)  
土曜日(全5回) 14:00～15:40
- 場 所 ZOOMを使用したオンライン講座  
会場ライブビューイング: 県民活動総合センター(伊奈町内宿台6-26)  
※本講座は、受講形式が2種類ございます。お申込み時にオンラインか会場ライブビューイングのどちらかをお選びください。
- 講 師 佐多 芳彦 氏(立正大学教授)
- 受講料 7,600円(教材費込)
- 定 員 50名(ZOOMオンライン35名、会場ライブビューイング15名)
- 内 容 日本の歴史における初期の武士について、文献史料・絵画史料を用いて、政治・文化の両面からわかりやすく解説し鎌倉武士について理解を深めます。

#### 2 申込み・問合せ

令和3年11月1日(月)から電話・来館またはインターネットで予約  
公益財団法人いきいき埼玉 生涯学習担当(埼玉県県民活動総合センター内)  
電話 048-728-7113  
ホームページ <https://www.iki-iki-saitama.jp/kenkatsu/>