



いこまい
セミナー

いこまいセミナー

2019
前期

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

いこまいセミナーとは？

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめでも、ひとりでも大歓迎!学年や学部の垣根を越えて、色んな体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績：のべ137名

日時: 水曜12:30-14:00 (一部変更あり)

場所: 岐阜大学の各施設

対象: 全学生・全教職員

定員: 各回10名程度

当日の飛込参加、途中入退室OK!

日時	タイトル	担当
5/15	ペアヨガ: Relax & Communication	石垣倫子
5/22	相手を惹きつける スライドの作り方	堀口拓治
5/29	「疑う」スキルを身につけよう	高口僚太郎
6/ 5	ハラルフードを知って食べてみよう	Ezrin・高田
6/12	「計画の立て方」を計画的に学んでみる	川上・奥村
6/19	岐阜の夏の準備を始めよう: 熱中症・虫・ケガ	保健師

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: ○月○日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)



いこまい
セミナー

いこまいセミナー 2019 前期 第1回

Communication

Skill

ペアヨガ : Relax & Communication

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

5/15(水) 12:30-14:00

場所: 保健管理センター(変更の可能性あり)

対象: 全学生・全教職員

定員: 約10名(先着順)

当日の飛び込み参加
途中入退室もOK!

いこまいセミナーとは?

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめてでも、ひとりでも大歓迎! 学年や学部の垣根を越えて、色々な体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績: のべ137名

ヨガは本来1人で静かに自分を見つめるものですが、今回は、いくつかのポーズをペアになって体験します。**深いリラックス体験**と、**身体を使ったコミュニケーション**を試してみましょう。1人でも友だちを誘っての参加でも大歓迎! 同性でペアを作るので安心して参加してください。



yoggy : 石垣倫子(保健管理センター・ヨガ講師)

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: 5月15日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)



いこまい
セミナー

いこまいセミナー 2019 前期 第2回

Skill

Manor

相手を惹きつける スライドの作り方

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

5/22(水) 15:00-16:00

場所: アカデミック・コア

対象: 全学生・全教職員

定員: 約10名(先着順)

当日の飛び込み参加
途中入退室もOK!

いこまいセミナーとは?

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめでも、ひとりでも大歓迎! 学年や学部の垣根を越えて、色んな体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績: のべ137名

「このスライドは分かりやすい!」

一度はそう言われたいと思いませんか?

文字の大きさ、図や表の見せ方などの工夫で、聞き手を惹きつけられるスライドの作り方を教えます!

※今後、講義でスライドの作り方を教わることは(多分) ないです。

プレゼンター: 堀口拓治(自然科学技術研究科・環境社会基盤工学専攻2年)

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: 5月22日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担 当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)



いこまい
セミナー

いこまいセミナー 2019 前期 第3回

Communication

Skill

Manor

「疑う」スキルを身につけよう

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

5/29(水) 12:30-14:00

場所: サポーターズルーム(大学生協向かい)

対象: 全学生・全教職員

定員: 約10名(先着順)

当日の飛び込み参加
途中入退室もOK!

いこまいセミナーとは?

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめでも、ひとりでも大歓迎! 学年や学部の垣根を越えて、色々な体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績: のべ137名

上手な人付き合いと良い研究、この2つに共通するのが思い込みや当たり前を「疑う」ことです。コミュニケーションのエキスパートが、他者や世界の見る目を変える「疑う」スキルの**マル秘テクニック**を伝授します!

コミュニケーションが上手になりたい!、**調査・研究をしなければ!** そんなみなさんの参加をお待ちしています。

レギュラトリー・サイエンス・エキスパート:
高口僚太郎 (サポートルーム)

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: 5月29日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)



いこまい
セミナー

いこまいセミナー- 2019 前期 第4回

Communication

Skill

Manor

ハラルフードを知って食べてみよう

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

6/5(水) 12:30-14:00

場所: サポーターズルーム(大学生協向かい)

対象: 全学生・全教職員

定員: 約10名(先着順)

当日の飛び込み参加
途中入退室もOK!

いこまいセミナーとは?

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめてでも、ひとりでも大歓迎! 学年や学部の垣根を越えて、色んな体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績: のべ137名

ハラル(Halal)フードってどんなものか

知っていますか? 今回は**留学生**がハラルの秘密を紹介してくれます。そしてマレーシアの伝統的なお菓子**オンデ・オンデ(onde-onde)**を食べながら、イスラム文化体験・交流しましょう。…実は今年の6月5日はムスリムにとって、とても大切な日なのです。**スペシャルイベント**も用意しているのでお楽しみに!

担当: エズリン(工学部2年・マレーシア出身)
高田麻紀(保健管理センター・管理栄養士)

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: 6月5日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)



いこまい
セミナー

いこまいセミナー- 2019 前期 第5回

Communication

Skill

「計画の立て方」を計画的に学んでみる

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

6/12(水) 12:30-14:00

場所: サポーターズルーム(大学生協向かい)

対象: 全学生・全教職員

定員: 約10名(先着順)

当日の飛び込み参加
途中入退室もOK!

いこまいセミナーとは?

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめてでも、ひとりでも大歓迎! 学年や学部の垣根を越えて、色々な体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績: のべ137名

勉強や論文作成、また休日の過ごし方など、色々な場面で「**計画**」を立てることがあります。計画がうまくいった、いかなかった、さまざまな経験があることでしょう。

今回は“**旅行に行く**”ことをテーマに、より**計画通りに実行できる「計画の立て方」**を学んでみましょう。

案内人: 川上ちひろ(医学教育開発研究センター)
奥村真衣(人材開発部職員育成課)

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: 6月12日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)



いこまい
セミナー

いこまいセミナー 2019 前期 第6回

Skill

Manor

岐阜の夏の準備を始めよう：熱中症・虫・ケガ

「いこまい(行こまい)」とは、東海地方の方言で「行ってみよう」を意味します。

6/19(水) 12:30-14:00

場所: サポーターズルーム(大学生協向かい)

対象: 全学生・全教職員

定員: なし

当日の飛び込み参加
途中入退室もOK!

いこまいセミナーとは?

日常・学修・就活に役立つスキルアップや、交流を目的とした少人数制のグループプログラムです。はじめてでも、ひとりでも大歓迎! 学年や学部の垣根を越えて、色んな体験をしたい皆さんの参加をお待ちしています。迷ったら、いこまい!!

※2018年度参加者数実績：のべ137名

外で活動する皆さん、**岐大に潜む夏の危険**を知っていますか?

今まで看護師が見た様々な夏の出来事を交えて、**熱中症、虫、ケガから身を守る方法**を伝授します!

自己健康管理能力を高めて
元気に夏休みを迎えましょう☆



保健管理センター看護師：

宮本由紀子・中村紗矢香・後藤真紀

申し込み方法(メールにて先着順)

宛先: ikomai@gifu-u.ac.jp

件名: 6月19日プログラム申込

本文: 学籍番号、氏名、学部、電話番号
を記入して送信
(受付完了メールを返信します)

問合せ先: ikomai@gifu-u.ac.jp

担 当:

堀田亮(保健管理センター)

川上ちひろ(医学教育開発研究センター)

高口僚太郎(サポートルーム)

ポスター作成: 加藤司(教育学研究科修了生)

2018年度
いこまいセミナー
の様子
(全15回 延べ137名参加)



プレゼン



農場体験



災害のリアル



化学的なコーヒー



医療実習体験



ヨガ・アロマ



留学生交流



調理