

時間の有効活用：無料の e-ラーニング受講の勧め

千葉県連所属、財団スタッフ（学術・研修担当）

医学博士 橋爪 武司 gptqj197@ybb.ne.jp

はじめに

健康生きがいつくりアドバイザー（AD）の皆さん、いかがお過ごしでしょうか。新型コロナウイルス特措法に基づく緊急事態宣言を受けて外出を控え、それでなくても有り余る時間をいかに使うか悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。

余暇と言うにはあまりにも多くの時間であり、テレビは新型コロナウイルス関連か再放送、ボケっと過ごすのはもったいなく、運動不足気味もあって認知症、生活不活発病などの発症リスクが高まっています。

外出自粛下で更に増えた時間の有効活用として、小生がチャレンジしている、一人でも学べる「無料の e-ラーニング受講の勧めに」について紹介します。

1. 地方創生カレッジ
2. Gacco
3. JMOOC—無料で学べる日本最大のオンライン講座（MOOC）
4. その他

1. 地方創生カレッジ

地方創生とは、2014年9月に発足した第二次安倍改造内閣がかかげる重点政策の一つで、地方の人口減少に歯止めをかけ、首都圏への人口集中を是正し、地方の自律的な活性化を促すための取り組みを指す。国内の各地域・地方が、それぞれの特徴を活かした自律的で持続的な社会をかたちづくること、魅力あふれる地方のあり方を築くこと、が掲げられている。

1) 地方創生カレッジ事業

地方創生カレッジ事業は、平成27年12月に公表され、国が行う支援の方向性を示す「地方創生人材プラン」に基づき、公益財団法人日本生産性本部を補助事業者として採択され、実施されている。

**いつでも学べる。
リアルに活かせる。**

地方創生カレッジでは、地方創生の本格的な事業展開に必要な人材を育成・確保するため、実践的な知識を e-ラーニング講座で提供するほか、地方創生の有識者を交えた交流掲示板や、各地で地方創生に取り組む実践事例やお役立ち情報の特集等を通じて、知恵の共有を図っています

・地方創生の本格的な事業展開に必要な人材を育成・確保するため、実践的な知識を各種講座で提供しています。

・「産業振興・生産性向上」、「観光地づくりとマーケティング」、「商品・サービスの販売開拓」のほか、「SDGs」や「インバウンドマーケティング」など、今注目の講座も多数配信。

・eラーニング講座で身につけた知識やスキルは、「地方創生 連携・交流ひろば」の掲示板を活用することで理解が深まります。さらに、実践事例や参加レポートから地方創生のヒントを見つけることができるでしょう。

2) 地方創生カレッジの内容、

eラーニング講座：既に170講座が開講、受講者は2万人を超えている。

専門編 [基礎知識・スキルを深め、役割・分野に応じて要請される専門性（他分野の知識も含む）を追求]、と基盤編（地方創生関連事業を担う人材が基盤として備える必要のある知識、スキル、概念を学ぶ）からなる。

専門編の主な内容として、分野別プロデューサー（観光・DMOなど）、総合プロデューサー（総合戦略の策定・管理など）、地域コミュニティーリーダー（まちづくり・ひとづくり・しごとづくり事例）からなる。

基盤編の内容として、事業戦略の策定、データ分析、会計学・財務諸表の読み方、地域活性化のためのマーケティング、地域創生の意義・理念、官民連携、事業マネジメント、リーダーシップ、対話手法からなる。

カリキュラムの概要については、[地方創生ホーム](#)、[URL](#)でのチェックが可能である。

(3頁：地方創生カレッジの講座概要) (<http://chihouseusei-college.jp>)

3) 各講座の概要

講座の多くは4分割からなり、7分割のものもある。DVDにおける説明・解説は4~5時間のもが多く、2時間、7時間のものもある。DVDで使用したppt.等の資料のほとんどはダウンロードできるが、できないものもある。DVD視聴のチェックがあるものもある。各講座は既に全てが用意されているものから、間隔をあけて受講するものがある。

3) 確認テスト・総合テスト

各講座では分割毎の確認テストがあり、確認テストに合格すると総合テストへと進める。4項目又は5項目から正解の1項目を選び出すものから、正解の全ての項目を選び出すものなど多岐にわたっている。次に進める合格点は60、70、75、80点、100点満点など講座により異なる。テスト難易度は、比較的簡単なものからかなり難解のものまでが含まれる。2回または3回チャレンジでき、合格点に満たない場合は、再度DVD視聴学習から始めることが義務付けられている。

総合テストでは、確認テスト同様選択性の問題に加え、レポート提出が義務づけられている講座があり、他人の5レポートの評価・自分のレポートの自己評価が義務付けられているものもあり、総合点を超えれば修了証書がメールで送られてきてダウンロードできる。

地方創生カレッジの講座概要

専門編

基盤的知識・スキルを深め、役割・分野に応じて要請される専門性(他分野の知識も含む)を追求



基盤編

地方創生関連事業を担う人材が基盤として備える必要のある知識、スキル、概念を学ぶ



4) 地方創生カレッジ受講実績記録

2016年度には43講座(各ジャンル3講座)、2017年度には100講座を超える講座が開講されており、現在も開講が続いている。ジャンルに関係なく開講された興味のある講座を受講しており、現在、150講座を超えて修了証書を取得している。総視聴時間は1000時間を超えており(健康的とは言えないが)、専門編・基盤編両編をほぼクリアしたことになる。

最近受講し修了証を習得した講座一覧

- ・地域にも企業にもメリットのあるインターンシップとは
- ・地域創生を支える新しい働き方とライフデザイン
- ・デジタルが社会・経済・産業・地方を変える
- ・事例から学ぶ～男女とも子育て世代の活躍を推進する働き方改革
- ・地方企業で活躍する働き方
- ・子育て世代の新しいワークスタイルと地方創生
- ・多文化共生の地域づくり～新たな在留資格と現場の課題～
- ・地方公共団体と大学の連携入門講座
- ・Society5.0の実施に向けた教育～「未来の教室」取り組み事例・Edtech等先進事例から学ぶ

現在の社会に流れている情報の90%は、ここ2年以内の情報と言われる。すなわち2年間新情報を収集し取込まなければ、過去の人になってしまう懸念があるということである。

新しい働き方とライフデザイン、新しいワークスタイル、Society5.0など今時の、個人的には興味のある講座が開講されています。

.....

2. Gacco

gaccoとは、大学教授をはじめとした一流の講師陣による本格的な講義を、誰でも無料で受けられるウェブサービスです。(会員登録66万人。)

- ・本格的な大学レベルの講義

ビジネス直結の講座から知的好奇心を満たす講座まで。様々なジャンルの講師が本格的な講義を繰り広げます。講座は大学や企業に提供いただいております、無料で学ぶことができます。

- ・深く学べる

掲示板で、同じ講義を受講する仲間と熱いディスカッションが繰り広げられます。時には講師も参加し、議論をまとめます。まさにゼミ活動。深い学びを得ることができます。

- ・努力の証し

クイズやレポートを提出し、所定の基準を満たすと修了証※(電子ファイル)が発行されます。がんばった努力の証しになります。

※受講した講座の修了証であり、大学の単位、公的資格等を証明するものではありません

話題のコンテンツ

-
-
-



-
- [統計学 I : データ分析の基礎](#)



- [Web・インターネットの基礎知識～新たな常識とルールを学ぶ～](#)



- [現代に生きる子どもの心理学](#)

gacco が提供する新しい学びのスタイル

- ・オンライン講義

インターネット上の講義動画を視聴します。一つの動画の長さは 10 分程度。ネットで学びやすいよう工夫されています。

- ・外出先、スキマ時間に

スマホ・タブレットで受講も可能。いつでもどこでも学ぶことができます。相互採点

gacco では、レポート課題がある講座もあります。数百人～数千人もの受講者がいるため、レポートは 講師ではなく採点基準に基づき、受講者同士で評価をします。他の受講者のレポートを採点することで、自分とは異なる考え方に接したり、新たな気づきを得たりすることができる、gacco ならではの採点方式です。

- ・対面授業

gacco では、オンライン講座と対面授業を組み合わせた講座もあります。講義動画の視聴やクイズ・レポート等で基本的な内容を学んだ後、対面授業において講師や受講者同士の議論を通じて発展的な内容を学びます。

(2020年近々開講の gacco 関連講座)

- 4月15日 スマート IoT システムビジネス入門
仕事を通じて成長する 実践 ビジネス入門
- 4月16日 統計学 I : データ分析の基礎
- 4月22日 クラウド基盤構築演習
アーキテクチャ・品質エンジニアリング

5月19日 社会人のためのデータサイエンス入門

6月 3日 IoT とシステムズアプローチ

6月10日 組込み・リアルタイムシステム
推論・知識処理・自然言語処理

7月 8日 機械学習

これだけは知っておきたい公衆無線 LAN セキュリティ対策を受講、修了証の発行はないが、先着受講修了で宮田 健著 Q&A で考える セキュリティ入門 (インプレス) をゲットした。

放射線・放射能の科学を受講済み、最終レポートの採点も満点の評価、修了証の発行を待っている。

.....

3. JMOOC—無料で学べる日本最大のオンライン講座 (MOOC)

無料で学べる日本最大のオンライン大学講座

誰でもどこでも 広く学べる 深く学べる

JMOOC (日本オープンオンライン教育推進協議会) は、大学や企業が提供する全ての MOOC 講座を公開し、日本における MOOC の普及に取り組んでいます。教養・実務・資格取得など幅広い講座をオンラインで受講でき、修了証も取得できます。総べ 340 講座・登録会員 100 万人。

<https://www.jmooc.jp>

JMOOC (ジェイムーク) って?

Japan Massive Open Online Courses 日本のたくさんの (人々のための) 開かれた (無料の) インターネット上の講座

オンライン学習サービス「MOOC」の日本版

JMOOC は「オンラインで公開された無料の講座を受講し、修了条件を満たすと修了証が取得できる」MOOC (MOOCs) という教育サービスの日本版です。

修了証取得まで、すべて無料

JMOOC の講座は一部のオプションを除き、修了証の取得まで無料で受講できます。インターネット環境と学びたい気持ちさえあれば誰でも受講できるのです。学びの機会は平等にあります。

大学受験を控える高校生、学び直したいすべての方々に

JMOOC は、個人が意欲的に学ぶことを支援するとともに、個人の知識やスキルを社会的な評価へ繋げていくことを目指しています。現在 10 代から 80 代まで幅広い年代の方々が受講しています。

JMOOC 開講中の講座一覧

- ・品質管理 2020
- ・安全学入門 2020
- ・統計学入門 2020
- ・微積分 2020
- ・コンピューターの仕組み I 「理論回路編」 2020
- ・プロジェクトマネジメント入門 2020

4. その他

1) スマホで学べる！在宅医療

(公財)在宅医療助成 勇美記念財団 e-learning (無料) スマホで学べる！在宅医療について在宅医療の実践に求められる知識や技術の普及のため、一步踏み込んで学習したい医療従事者のための映像教材です。

1テーマは15分程度で作成されており、パソコン・スマートフォンからも視聴でき、いつでも学習できるようになっています。

第1章 在宅医療総論

第2章 在宅医療の臨床課題 I 生活機能障害と在宅医療 II 在宅急性期の課題

第3章 在宅における治療技術

第4章 各疾患の進行期の医学的管理

第5章 在宅緩和ケア

第6章 小児の在宅医療

詳しくは、[URL](http://www.zaitakuiryo-yuumizaidan.com/textbook/)をご覧ください。修了証の発行はありません。

<http://www.zaitakuiryo-yuumizaidan.com/textbook/>

2) Amazon 出品大学

無料で学べるオンライン講座 ビジネスを伸ばすためのコツを公開中

Amazon 出品大学とは？

Amazon でビジネスを伸ばすためのコツ、様々な機能の活用方法、新しいサービスの情報などを学べるオンライン講座です。Amazon 出品サービスの出品者様であれば、すべて無料でご利用になれます。

各講座はPDF または動画でご覧いただけます。新しい講座は随時追加の予定です。

<https://services.amazon.co.jp/seller-university.html>

おわりに

まずは暇つぶしも良いので積極的に受講し、知らなかったことを知る喜び、学ぶ面白さを実感して戴ければと考えます。更には、今後のAD活動に役立てて頂ければ幸いです。