

令和元年度長野県シニア大学北信学部学習計画表（1学年）

回	月日 (曜日)	講座、講師名		会場	講座、講師名		会場	
		午前時間9:40~11:40			午後時間1:00~3:00			
	5/9(木)	入学式		飯山庁舎	オリエンテーション、自治会について		飯山庁舎	
1	5/16 (木)	教養講座「学部長講話」		飯山庁舎	社会活動講座「素敵な仲間づくり！」 北信レクリエーション協会 佐藤由姫		飯山庁舎	
2	6/7 (金)	教養講座「森林セラピー体験・(ポールウォーキングの基礎知識を知ろう)」 なべくら高原森の家インストラクター、(長野県健康増進課)					現地	
3	6/21 (金)	教養講座「認知症の理解と上手な付き合い方」 社会福祉法人にこにこ会代表 小島つる江	飯山市 公民館	教養講座「身近にある美術館」(206号室) 飯山市美術館係長 井端伸介			飯山市 公民館	
4	7/5 (金)	教養「高齢者の健康～元気な老人をめざして～」 飯山赤十字病院名誉院長 古川賢一	飯山市 公民館	教養講座「アサーショントレーニング」 内山二郎			飯山市 公民館	
5	7/19 (金)	教養講座 「地域のつながり～信州型コミュニティスクール～」 北信教育事務所主事 岡田絵美	飯山市 公民館	実技・選択講座 ①	※各実技講師		飯山市公民館 (飯岳職業訓練校)	
6	8/20 (火)	8/9が 8/20に変	社会活動講座 計画Ⅰ「テーマ別のグループ分け、グループ討議」 小林博明、シニア活動推進コーディネーター、市町村ボランティアコーディネーター				飯山庁舎	
7	8/30 (金)	教養講座「食を見直そう」(調理実習) 北信保健福祉事務所栄養士、松本大学生	飯山市 公民館	実技・選択講座 ②	書道:坂井正一 絵手紙:佐藤洋子 コーラス:小林和人 パソコン:池田孝雄 郷土史:田中秀穂		飯山市公民館 (飯岳職業訓練校)	
8	9/6 (金)	社会活動講座 パラスポーツを体験してみよう! 「ボッチャ」 北信教育事務所主事 窪田聡史	飯山市 公民館	実技・選択講座 ③			飯山市公民館 飯岳職業訓練校	
9	9/27 (金)	社会活動講座 計画Ⅱ「計画の視覚化・発表」 小林博明、シニア活動Co、市町村ボランティアCo	飯山市 公民館	実技・選択講座 ④			飯山市公民館 飯岳職業訓練校	
10	10/2 (水)	1・2学年合同講座「午前:スポーツ/午後:第39回北信学部運動会」 北信教育事務所主事 窪田聡史、レクリエーションインストラクター 佐藤由姫、健康運動指導士 鈴木弘美					中野市北 部公民館	
11	10/11 (金)	実践活動月間(9月～11月) 各グループの計画日程		現地	実技・選択講座 ⑤	※各実技講師		飯山市公民館 飯岳職業訓練校
12	10/25 (金)				実技・選択講座 ⑥			飯山市公民館 飯岳職業訓練校
13	11/8 (金)	【公開講座】教養講座『シニアのおしゃれ!』 岡学園トータルデザインアカデミー理事長 岡正子	飯山市 公民館	実技・選択講座 ⑦	飯山市公民館 飯岳職業訓練校			
14	11/22 (金)	【公開講座】教養講座 手話講座(入門編) 北信保健福祉事務所福祉課	飯山市 公民館	実技・選択講座 ⑧	飯山市公民館 飯岳職業訓練校			
15	12/4 (水)	1・2年合同実技・選択講座「発表会」 各実技講師		飯山庁舎	教養講座「クラシック音楽鑑賞講座」 オフィス響愛:菅井秀樹		飯山庁舎	
16	12/13 (金)	社会活動講座「社会参加活動まとめ、発表」 小林博明、シニア活動推進コーディネーター、市町村ボランティアコーディネーター					飯山庁舎	
17	1/17 (金)	年間まとめ		飯山庁舎	【公開講座】社会活動講座「タウンミーティング」		飯山庁舎	
	2/7 (金)	卒業式		飯山庁舎				

○教養講座:24時間 ○実技・選択講座:18時間 ○社会活動講座:20時間 ○その他:4時間

合計 66時間(17日)

令和元年度長野県シニア大学北信学部学習計画表（2学年）

回	月日 (曜日)	講座、講師名		会場	講座、講師名		会場
		午前時間9:40～11:40			午後時間1:00～3:00		
	5/9(木)	入学式		飯山庁舎	オリエンテーション、自治会		飯山庁舎
1	5/28 (火)	教養講座「水環境について」(仮題) 長野県薬剤師会 調整幹 新村美博		飯山庁舎	北信地区賛助会総会・講演会 作品展示		飯山庁舎
2	6/5 (水)			中野市中央公民館	教養講座「きのこ工場」見学		現地
3	6/19 (水)	栄村に行こう！ AM:歴史文化館「こらっせ」 昼 北野天満温泉 PM:講師:島田伯昭「ホテル」					現地
4	7/3 (水)	社会活動講座 計画I「テーマ別のグループ分け、グループ討議」 ジャーナリスト 内山二郎、シニア活動推進コーディネーター、市町村ボランティアコーディネーター					中野市中央公民館
5	7/17 (水)	教養講座「異文化の理解を深めて」(仮題) 国際交流員	中野市中央公民館	実技・選択講座 ①	書道:太田舛次 郷土史:岩戸貞彦 デジカメ:古田 格 コーラス:宮本久枝 パソコン:池田高雄	中央公民館 職業訓練センター	
6	8/7 (水)	教養講座「高齢者のスキンケア」(仮題) リハビリテーションセンター看護師 植木敬子	中野市中央公民館			実技・選択講座 ②	中央公民館 職業訓練センター
7	8/21 (水)	教養講座「これだけは知っておきたい ～相続・遺言及び成年後見について～」 司法書士 高野哲浩	中野市中央公民館			実技・選択講座 ③	中央公民館 職業訓練センター
8	9/4 (水)	社会活動講座 計画II「計画の視覚化・発表」 内山二郎、シニア活動Co、市町村ボランティアCo	中野市中央公民館			実技・選択講座 ④	中央公民館 職業訓練センター
9	9/18 (水)	【公開講座】教養講座「東山魁夷と信州」 (一財)長野県文化振興事業団 伊藤羊子	中野市中央公民館			実技・選択講座 ⑤	中央公民館 職業訓練センター
10	10/2 (水)	1・2学年合同講座「午前:スポーツ/午後:第39回北信学部運動会」 北信教育事務所主事 窪田聡史、レクリエーションインストラクター 佐藤由姫、健康運動指導士 鈴木弘美					中野市北部公民館
11	10/9 (水)	実践活動月間(9月～11月) 各グループの計画日程	現地	実技・選択講座 ⑥	※各実技講師	中央公民館 職業訓練センター	
12	10/23 (水)			実技・選択講座 ⑦		中央公民館 職業訓練センター	
13	11/6 (水)	社会活動講座 パラスポーツを体験してみよう！ “ボッチャ” 北信教育事務所主事 窪田聡史	中野市中央公民館	実技・選択講座 ⑧		中央公民館 職業訓練センター	
14	11/20 (水)	社会活動講座「シニアの居場所と出番の場 ～長野県長寿社会開発センター賛助会を知ろう～」 北信地区賛助会・事務局	中野市中央公民館	実技・選択講座 ⑨		中央公民館 職業訓練センター	
15	12/4 (水)	1・2年合同実技・選択講座発表会 各実技講師	飯山庁舎	教養講座「クラシック音楽鑑賞講座」 オフィス響愛:菅井秀樹		飯山庁舎	
16	12/18 (水)	【公開講座】社会活動講座「社会参加活動まとめ、発表」 内山二郎、シニア活動推進コーディネーター、市町村ボランティアコーディネーター					飯山庁舎
17	1/15 (水)	【公開講座】社会活動講座「自治会企画講座」	飯山庁舎	社会活動講座「今後について」卒業式練習		飯山庁舎	
	2/7 (金)	卒業式		飯山庁舎			

○教養講座:18時間 ○実技・選択講座:20時間 ○社会活動講座:24時間 ○その他:4時間
合計 66時間(17日)