## 令和5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	講座、講師名		講座、講師名	
쁴	(曜日)	##注、###7 午前時間10:00~12:00	会場	午後時間13:00~15:00	_ 会場
	5/17 (水)			入学式 (オリエンテーション) 13:00~16:00	飯山庁舎
1	5/24 (水)	教養講座[学部長講話] 北信保健福祉事務所長	飯山庁舎	教養講座「アイスブレイクで仲間づくり」 北信教育事務所生涯学習課 土橋 裕樹	飯山庁舎
2	6/9 (金)			教養講座「対話の基本〜等話」 尚絅学院大学教授 松田 道雄	飯山庁舎
3	6/21 (水)	趣味・健康・交流講座 「ウォークラリーで楽しもう!〜地域探訪〜」 レクリエーションコーディネーター春原 輝明	中野市内		
4	7/5 (水)	地域づくり講座「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 菅原 勇介、飯山市 山田晃	飯山庁舎	教養講座「大人のための情報モラル講座」 ソフトバンク 千野 敬子	飯山庁舎
5	7/19 (水)	教養講座「人生棚卸」 フリージャーナリスト 内山 二郎	飯山庁舎	教養講座「人生100年時代! イキイキしたシニア期を過ごすために」 フリージャーナリスト 内山 二郎	飯山庁舎
6	8/2 (水)	地域づくり講座 計画 I 「午前:地域の課題を知り、地域活動の実践者から学ぶ/午後:グループ作り」 小林博明、シニア活動推進コーディネーター、市町村社協コーディネーター			
7	8/25 (金)			趣味·健康·交流講座 [1·2学年合同 趣味·選択講座①] ◆郷土史 極味·選択講座①]	飯山庁舎
8	9/6 (水)	教養講座「選んで!のせて!サッとわかる! 食生活の改善策」 健康づくり支援課、大学生		◆書道 趣味・健康・交流講座 [1・2学年合同 趣味・選択講座②] ◆音楽 小林 和人	飯山庁舎
9	9/20 (7k)	地域づくり講座 計画 II「計画の視覚化・発表」 小林博明、シニア活動推進コーディネーター、市町 村社協コーディネーター	飯山庁舎	<ul><li>◆絵手紙</li><li>佐藤 洋子</li><li>[1・2学年合同</li><li>趣味・選択講座③]</li><li>◆パソコン</li><li>池田 高雄</li></ul>	飯山庁舎
10	10/6 (金)			趣味・健康・交流講座 「1・2学年合同ボッチャ交流講座」 北信教育事務所生涯学習課 土橋裕樹	飯山市体育館(長峰運動公園内)
11	10/18 (水)		・ 「森林セラ の家インス		なべくら 高原森の 家
12	10/20 (金)			趣味·健康·交流講座 [1·2学年合同 趣味·選択講座講師	i 飯山庁舎
13	10/25 (7k)	教養講座「美術鑑賞」 飯山市美術館長 井端 伸介	飯山市 美術館	教養講座「和紙体験・彫金体験」 ・和紙体験: 飯山手すき和紙体験工房 ・彫金体験: 鷲森金具	飯山市公民館
14	11/1 (水)	地域づくり講座 「フィールドワーク」 (9月~11月)各グループごとの活動	現地		
15	11/10 (金)			趣味·健康·交流講座 【趣味·選択講座講師】 [1·2学年合同 趣味·選択講座⑤]   極口 和雄	飯山庁舎
16	11/15 (水)	教養講座「良質な睡眠について〜 スーッと寝付ける!朝までぐっすり!目覚めスッキリ!」 睡眠健康指導士 諏訪 直人	飯山庁舎	本書道   上	飯山庁舎
17	11/29 (水)	教養講座「特殊詐欺被害に遭わないために」 長野県民文化部くらし安全・消費生活課	飯山庁舎	趣味・健康・交流講座 [1・2学年合同 趣味・選択講座⑦」 ◆終手紙 佐藤 洋子 ・パソコン 池田 高雄	飯山庁舎
18	12/6 (水)	1·2学年合同 「趣味·健康·交流講座 学習発表会」 趣味·選択講座講師	飯山庁舎	1・2学年合同教養講座 「JICA海外協力隊の体験から」 JICA長野デスク 国際協力推進員 木島 史暁	飯山庁舎
19	12/20 (水)			・ ワークまとめ、発表」 ー、市町村社協コーディネーター	飯山庁舎
20	1/24 (水)	教養講座「年金のしくみ・受取りについて」 日本年金機構	飯山庁舎	年間まとめ、自治会総会	飯山庁舎
	2/9 (金)	卒業式	飯山庁舎		