

令和5年度長野県シニア大学学習計画表

1年生

長野 学部

回	月日 (曜日)	講座科目 午前 (10 ~ 12)	種類	講師 (職・氏名)	講座科目 午後 (~)	種類	講師 (職・氏名)	備考 (会場)
	4/26 (水)	入学式 始業式	他		HRオリエンテーション(生活班・自治会作り)	他		長野保健福祉事務所3階会議室
1	5/17 (水)	仲間づくり(健康交流)① 体を動かし、心を動かす、人間関係づくり(アイスブレイク)	趣	長野県レクリエーション協会 竹中 雅幸	全学部共通教養講座 平等な会話＝等話	教	尚綱学院大学教授 松田 道雄 事務局	長野保健福祉事務所3階会議室
2	5/31 (水)	(教1) 手話で話そう はじめの一歩 コミュニケーションの取り方色々	教	社福 長野県聴覚障がい者協会	(教2) 異文化とのコミュニケーション	教	長野保健医療大学 春原 るみ	長野保健福祉事務所3階会議室
3	6/7(水)	地域づくり① 人生100年未来 地域づくりて？！	域	ジャーナリスト 内山 二郎 Co 戸田・齋藤	(教3) 歴史&仲間づくり&健康交流 善光寺七福神巡り 外廻	教	長野市ガイド協会	長野保健福祉事務所3階会議室
4	6/21 (水)	地域づくり② 人生棚卸(自分マニュアル) 自己リベアを考える	域	ジャーナリスト 内山 二郎 Co 戸田 齊藤	仲間づくり(実技)①	趣	歴史を学ぶ：宮下健司 太極拳：小川隆江 俳句：東福寺碧水 手話を学ぶ：長野県聴覚障がい者協会 手作りウクレレで演奏 スマホをより身近に	長野保健福祉事務所3階会議室 賛助会サロン室
5	7/5(水)	(教4) 地域災害に打ち勝つ日頃のヒント(地域互助)	教	県社協 山崎 地域活動者 **様	地域づくり③ 多様な活躍シニア大学08紹介 いろいろな活動があるよ！	域	シニア大学08活動者 Co 戸田・齋藤	長野保健福祉事務所3階会議室
6	7/19 (水)	(教5) 森の癒しを生活に取り入れましょう	教	森林メディカルトレーナー 吉村妙子	仲間づくり(実技)②	趣	歴史を学ぶ：宮下健司 太極拳：小川隆江 俳句：東福寺碧水 手話を学ぶ：長野県聴覚障がい者協会 手作りウクレレで演奏 スマホをより身近に	長野保健福祉事務所3階会議室 賛助会サロン室
7	8/2(水)	(教6) 睡眠の心理学 眠りを心理学からとらえ、学びます	教	清泉女学院大学：人間学部 教授 寺門正顕	地域づくり④ 私たちの地域参加計画(計画作り)	域	フリージャーナリスト 内山二郎 Co 戸田 齊藤 事務局	長野保健福祉事務所3階会議室
		地域づくり フィールドワーク 自主活動	他	自主活動 8月から24年1月	地域づくり フィールドワーク 自主活動	他	自主活動 8月から24年1月	その他
8	8/30 (水)	(教7) 事故から学ぶ 「いろいろな事故を分析、原因を探りそこから学べる教訓を知る」	教	公立諏訪東京理科大学 今村 友彦 教授	仲間づくり(実技)③	趣	歴史を学ぶ：宮下健司 太極拳：小川隆江 俳句：東福寺碧水 手話を学ぶ：長野県聴覚障がい者協会 手作りウクレレで演奏 スマホをより身近に	長野保健福祉事務所3階会議室 賛助会サロン室
9	9/6(水)	(教8) やさしい日本語 地域に暮らす海外の方々と縁側経験	教	地域日本語教育コーディネーター (信大講師) 岡宮 美樹	(教9) 2019水害『復活の味噌』にかけける想い	教	飯島美香 & 小川醸造場	長野保健福祉事務所3階会議室
10	9/20 (水)	(教10) 哲学カフェ ワークショップ有り	教	長野県立大学 馬場智一	仲間づくり(実技)④	趣	歴史を学ぶ：宮下健司 太極拳：小川隆江 俳句：東福寺碧水 手話を学ぶ：長野県聴覚障がい者協会 手作りウクレレで演奏 スマホをより身近に	長野保健福祉事務所3階会議室 賛助会サロン室
11	10/4 (水)	仲間づくり(健康交流)② 1,2年合同で運動会「一致団結！はりきってクラスマッチ」 長野運動公園総合体育館(東和田)	趣	北信教育事務所及びボランティア	仲間づくり(健康交流)③ 1,2年合同「いつまでも若々しく・美姿勢になろう」(実技あり) 長野運動公園総合体育館(東和田)	趣	健康福祉広域支援協会 理学療法士 中村 崇	長野運動公園総合運動場体育館
12	10/18 (水)	仲間づくり(健康交流)④長野市立博物館 長野を知る 博物館入場料実費	趣	長野市立博物館 学芸員 陶山 徹 研究員 竹下 多美	仲間づくり(健康交流)④長野市立博物館 長野を知る 博物館入場料実費		1日長野市立博物館にて実施	長野市立博物館
13	11/1 (水)	(教12) (公開) ナガノワインによる地域活性化	教	長野県 & ワイナリー関連者	(教13) (公開) 元ゼロ戦パイロット記録映画「原田要平和への祈り」	教	宮尾哲雄監督講演	長野保健福祉事務所3階会議室
14	11/22 (水)	(教14) シニアX若者＝未来 同じ時を同じ星で生きる？！世代間交流型	教	長野保健医療大学 春原 るみ	仲間づくり(実技)⑤	趣	歴史を学ぶ：宮下健司 太極拳：小川隆江 俳句：東福寺碧水 手話を学ぶ：長野県聴覚障がい者協会 手作りウクレレで演奏 スマホをより身近に	長野保健福祉事務所3階会議室 賛助会サロン室
15	12/6 (水)	(教15) ちょっと話したくなるクラシックのお話と実演	教	ピアニスト 中川 真由美	仲間づくり(実技)⑥	趣	歴史を学ぶ：宮下健司 太極拳：小川隆江 俳句：東福寺碧水 手話を学ぶ：長野県聴覚障がい者協会 手作りウクレレで演奏 スマホをより身近に	長野保健福祉事務所3階会議室 賛助会サロン室
	12/20 (水)	賛助会グループ紹介 (案)	他	賛助会長野支部	クリスマス会 音楽カフェを楽しもう	他	シニア大学44期生音楽カフェチーム	長野保健福祉事務所3階会議室
16	1/31 (水)	地域づくり⑤ 人生100年未来 グループ発表準備	域	ジャーナリスト 内山 二郎 Co 戸田 齊藤	地域づくり⑥ 人生100年未来 グループ発表会	域	ジャーナリスト 内山 二郎 Co 戸田 齊藤	長野保健福祉事務所3階会議室
	2/7 (水)	(特別公開) 1年生で企画した学習会AM or PM	他	自治会 学生自主企画学習講師考えて実施	(特別公開) 1年生で企画した学習会AM or PM	他	自治会 学生自主企画学習講師考えて実施	長野保健福祉事務所3階会議室
	2/21 (水)	『卒業式および1年生終業式』	他	長野市 芸術館 ホール				長野保健福祉事務所3階会議室