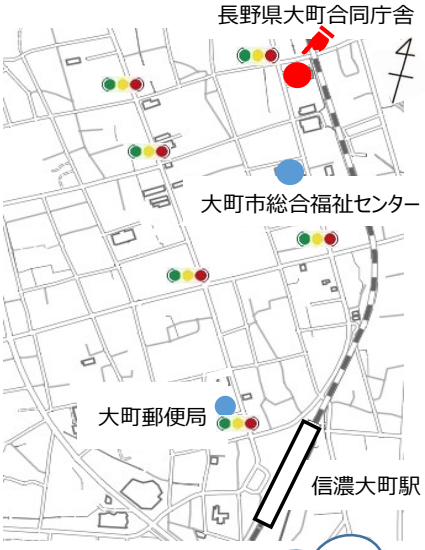
長野県シニア大学
大北学部

令和６年度の学生を募集します！

生きがいづくりや健康づくりを進め、様々な知識の習得と
地域活動のきっかけづくりを行う場です。
新しい仲間と楽しい時間をつくってみませんか？！



【募集定員】　４０人（２年制）

【主会場】　長野県大町合同庁舎
〒398-8602　大町市大町 1058-2
JR大糸線信濃大町駅下車徒歩15分

【授業日】　年間１５日ほど（６０時間 目安）
（水曜日を基本として計画しています。）

幅広い
講座内容！

新しい知識を
吸収しよう！

元気いっぱい
グループ活動！

自分づくり

仲間づくり

地域づくり

クラブ活動で
楽しい体験を！

地域を見つめて
みよう！

みんなで
レクリエーション！

講座紹介

予定している講座内容を一部ご紹介！

教養講座

天正寺ご住職　市川 秀乗　先生 「おき忘れた こころ」
フリージャーナリスト　内山 二郎　先生 「人生棚卸し」
松本歯科大学教授　増田 裕次　先生 「カムカム健康プログラム・歯の健康の大切さ」
池田町ALT　ランドル・ミドルブルック　先生 「日本に来て思うこと・感じること」
信濃木崎夏期大学（各々、希望する講座を聴講します。）

クラブ活動

山野草・絵手紙・伝筆・山と自然を楽しもう・森の楽校・キーボード・ドローン、など。
（毎年度、希望を募ってから開講クラブを決定しています。）

健康講座

助産師・健康運動指導士　根本 薫　先生 「転ばぬ先の体操」
ニュースポーツ 「スマイルボウリング」「チャンスボール」「マレットゴルフ」

地域づくり講座

NPO地域づくり工房 代表理事　傘木 宏夫　先生 「地域活動の進め方・地域おこし」
地域社会活動　テーマ・計画づくりとフィールドワーク
ボランティア活動実習

下記では令和5年度に行なわれた講座内容をご覧いただけます。
https://www.nicesenior.or.jp/daigaku/index/

【お問合せ先】
長野県シニア大学大北学部事務局
〒398-8602　大町市大町1058-2　大町保健福祉事務所福祉課内
TEL　0261-23-6507　　FAX　0261-23-6509