

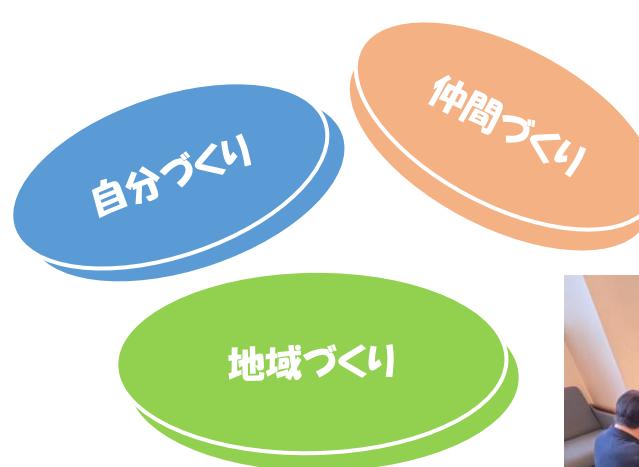
長野県 シニア大学 大北学部

令和8年度の学生募集中！
人生100年時代！ 健康長寿を目指して
あなたを 待っています！

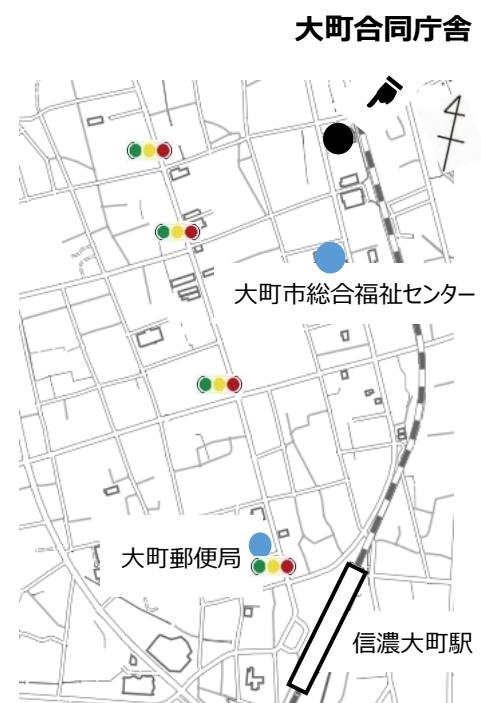
**【募集定員】 40人（2年制）先着順
締切：令和8年3月31日（火）**

**【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】 1日4時間×年間15日目安
水曜日を基本として計画しています。**



ウラも



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」
- ・大町警察署 「防犯・防災・交通安全」
- ・松本歯科大学 増田 裕次教授「カムカム健康プログラム・歯の健康の大切さ」
- ・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

- ・絵手紙・書道・伝筆・ドローン・写真、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」
- ・歩行ケア協会 野澤 秀隆 先生
「より良い歩行で健康促進」
- ・「ボッチャ」



地域づくり講座

- ・北アルプス地域振興局 「地域の課題を知る」
- ・地域ボランティア体験



ホームページはこちらからも

【申込み・お問合せ先】

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

