

天章堂公開講座 第2弾 THE RAKUGO (落語)

「年の瀬に、一席いかが?～笑って越そう、令和の年末～」

出演 若手落語家 解説 瀧口 雅仁 「オフィスぼんが」代表

今年もいろいろありましたね。そんな一年の締めくくりに、落語で心もスッキリさせてみませんか?

「年の瀬に、一席いかが?～笑って越そう、令和の年末～」は、笑い与人情味あふれる話芸を楽しむ公開講座です。年末のひととき、笑いとともに一年を振り返りましょう。どなたでもお気軽にご参加いただけます。

◇12月17日：水曜日
◇開催時間：14:00～16:00
◇受講料：1,000円
◇定員：200名

秋・冬講座申込のてびき

1 申込期間

令和7年8月5日(火)～9月5日(金)

2 申込方法

① 電話・来所 午前9:00～午後8:00(最終日午後5時締切)
休館日：毎月曜日(祝日の場合は翌火曜日)

② 通常ハガキ 令和7年9月5日(金) **当日必着**
(往復ハガキではありません)

③ WEB 専用申込フォーム(最終日午後5時締切)
※登録完了のお知らせメールが届かない場合は、
県南生涯学習センターにご連絡ください。

講座申込フォーム



記入例(表)

切手	3000036
土浦市大和町9番1号 ウララビル5階	
茨城県県南生涯学習センター 講座担当 行	

記入例(裏)

① いばらき生涯学習パスポート (旧県民大学手帳)の番号(ID番号) ※パスポート(手帳)をお持ちの方
② ご希望の講座番号・講座名 ※複数申込可
③ 郵便番号・住所
④ 氏名(フリガナ)・性別・ 生年月日
⑤ 電話番号(携帯電話可)

3 受講者の決定

- (1) 定員を上回った講座は、当センターのシステムで厳正な抽選を行い受講者を決定します。
- (2) 申込者には、当落にかかわらず郵送にて結果をお伝えします。
- (3) 受講決定通知書(払込取扱票を同封)は複数の講座分を一括して郵送します。

4 受講料等

- (1) 受講料は前納制になります。決定通知書に同封した払込取扱票により、講座初回日の一週間前までにお振込みください。
- (2) 受講料納入後は、原則として返金できません。あらかじめご了承ください。
- (3) 受講料の他、教材費、テキスト代、保険代等については、別途受講者負担となります。

5 その他

- (1) 天候や講師の都合等、その他やむを得ない事情で講座日程や内容が変更になる場合があります。ご理解をお願いします。
- (2) お申し込みの際にいただいた個人情報については、本講座の運営以外には使用いたしません。



特定非営利活動法人 ひと・まちなっとわーく

茨城県県南生涯学習センター

〒300-0036 茨城県土浦市大和町9番1号 ウララビル5階

TEL. 029-826-1101(代)

FAX. 029-826-1728

ホームページ: <https://www.kennan.gakusyu.ibk.ed.jp/>



講座室・多目的ホールをご利用ください。

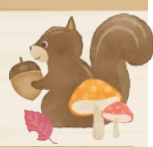
学習・研修会、サークル活動、発表会、企業研修等様々な
目的で利用いただけます。

※利用規約・料金・予約方法等、詳細はホームページをご覧ください。

アクセス抜群!

充実の施設!

フリースペースも充実!



令和7年度 茨城県県南生涯学習センター

秋・冬講座案内

申込期間 令和7年8月5日(火)～9月5日(金)

自分発見!

「学びがつなぐ新しい自分と社会」

10月講座
スタート

天章堂公開講座 第2弾

THE RAKUGO (落語)

※詳しくは裏面を

注目

現代的課題対策講座

- 1 思春期における発達障害の理解と支援
- 2 運動とライフスタイル改善から目指す予防戦略
～フレイル・ロコモ症候群・認知症予防の健老学～
- 3 いまここに生きる力
～マインドフルネス×心理学で整える心と脳～
- 4 暮らしの中の多文化共生
～とらににいる世界のだれかと～

セカンドキャリア教育事業

県南生涯学習センターやる気応援プロジェクト
9 ファイナンシャルプランナー資格取得を目指して

天章堂講座

- 5 江戸のくずし字で読む《十返舎一九》
- 6 落語の楽しみ方と味わい方 Part2
- 7 再発見・茨城の民俗
～身近にあった祭り・行事、風習と信仰
- 8 テノール歌手から学ぶ! もっと上手に歌うコツ

地域の核となる人材・団体育成事業

「つちうらであそぼ・まなぼ Vol.11」
11月23日(日)実施予定



茨城県県南生涯学習センター



1 思春期における発達障害の理解と支援

募集人員：50名

担当講師	① 藤森 幸子 こどものカウンセリングルームつわ室長 ③ 高橋 陽子 ダンウェイ株式会社代表取締役社長	② 関野 亜沙美 学校心理士（茨城支部） ④ 佐々木 銀河 筑波大学 人間系 准教授 ⑤ 加来 慎也 茨城発達臨床研究会代表
多感な思春期、特に中・高校生においては、誰にとっても悩みが多い時期ですが、発達障害を持つ子にとっては、その特性やそれまでの養育環境の影響などから、より難しい課題や二次障害と呼ばれる問題を抱える子が少なくありません。本講座では、思春期、特に中・高校生における発達障害の理解と支援、対応方法について学んでいきたいと思います。		
講座内容（予定）		
①10/25	思春期における発達障害の理解と対応	
②11/ 1	高等学校における特別なニーズを有する生徒への対応について	
③11/15	障害が重い子でも、活躍できるダイバーシティ構想～一人一人の可能性を信じて～	
④11/29	発達障害のある高校生の進路と大学における支援環境	
⑤12/ 6	社会で活躍する大人になるために、思春期に何をすべきか	
開催曜日	土曜日	開催時間 10:00～12:00 受講料 3,000 円

2 運動とライフスタイル改善から目指す予防戦略
～フレイル・ロコモ症候群・認知症予防の健老学～

募集人員：50名

担当講師	谷口 圭佑 アール医療専門職大学 リハビリテーション学部理学療法学科 講師
加齢に関する悩み事の1位としては健康不安があげられます。近年、病気になる前段階として“フレイル”や“ロコモ症候群”が取り上げられますが、“具体的な対策がわからない”不安があると言われています。本講座では、理学療法士の視点から運動を中心にライフスタイルの改善方法を提案し、実践的に学ぶことを目的としています。身体面をはじめ、栄養、脳機能、心理面等、幅広い視点からライフスタイル改善を目指す講座です。	
講座内容（予定）	
①10/ 2	概念（ロコモ、フレイル）と早期発見に関する知識
②10/ 9	フレイル予防に向けた総合的予防戦略&予防実践
③10/16	ロコモ予防に向けた予防戦略&運動器強化に向けた予防実践
④10/23	認知症予防に向けた予防戦略&予防実践（運動と脳トレ）
⑤10/30	ライフスタイル改善と運動の効果 まとめと予防運動
開催曜日	木曜日
開催時間	14:00～16:00
受講料	3,000 円
保険料	250 円

3 いまここに生きる力
～マインドフルネス×心理学で整える心と脳～

募集人員：50名

担当講師	伊藤 やすお 一般社団法人日本ハピラボ協会 代表理事 心理カウンセラー
ストレスや人間関係に揺れる現代社会を、しなやかに生きるために必要なのは「いま・ここ」に意識を向ける力。マインドフルネスと心理学を組み合わせた5日間の講座で、心と脳を整えながら、自分らしく穏やかに生きる力と豊かな人間関係を築く知恵を学びます。初めての方でも安心してご参加いただけます。毎回、実践ワークも行います。	
講座内容（予定）	
①10/12	脳からストレスを手放す心理学 ～自分を癒すマインドフルネス
②10/19	心と体を調えるマインドフルネス ～幸せを育む呼吸と瞑想
③10/26	心のクセに気づくと、生きやすくなる ～固定観念をゆるめる
④11/ 9	私の心のトリセツ ～エコグラムで知る自分のコミュニケーション傾向
⑤11/16	話す前に、聴くチカラ ～人間関係がうまくいくアクティブリスニング
開催曜日	日曜日
開催時間	10:00～12:00
受講料	3,000 円

4 暮らしの中の多文化共生 ～となりにいる 世界のだれかと～

募集人員：50名

担当講師	①⑤ 瀬尾 匡輝 茨城大学 地域未来共創学環 准教授 ③ ブラニク ヨゲンドラ 茨城県立土浦第一高等学校校長 ④ 橋本カミラ 公立中学校ポルトガル語指導支援員	② 仙波 美哉子 ひたちなか市国際交流協会副会長 ／ 倉持 功 公立中学校日本語指導支援員
現在、日本で生活する外国人の数は年々増加し、多様な背景を持つ人々との共生が日常となりつつあります。実際に地域で活動する外国人支援の事例を紹介しながら、文化の違いによる誤解や困難をどう乗り越えるか、共生のために私たちにできることは何かを参加者の皆さんと一緒に考えます。国際交流や多文化共生に関心のある方、外国人とのコミュニケーションを深めたい方、地域での支援活動に関心のある方など、どなたでもご参加いただけます。一緒に、多文化共生の未来を築く一歩を踏み出してみませんか？		
講座内容（予定）		
①10/ 3	茨城の多文化共生を考える ～現状と課題～	
②10/10	文化の違う人がともに生きる地域づくり～ひたちなか市国際交流協会の場合～	
③10/17	多文化共生に向かって生きる ～運命の国 日本～	
④10/31	私の多文化共生ライフ ～4か国話話者の多文化共生～	
⑤11/ 7	日本語で繋がる絆	
開催曜日	金曜日	開催時間 14:00～16:00 受講料 3,000 円

天章堂講座

「天章堂講座」は、江戸後期に活躍した学者、沼尻墨僊（ぬまじりぼくせん）が土浦市に開いた塾「天章堂」に由来します。

5 江戸のくずし字で読む《十返舎一九》

募集人員：60名

担当講師	菅野 俊輔 江戸文化研究家
江戸の町に暮らす人々の生活ぶりや町の様子を【出版物】から探ります。作者は十返舎一九。デビューは薦屋重三郎の耕書堂です。本講座のテキスト『初登山手習方帖』は榎本吉兵衛の豊栄堂から出版されました。江戸のこともたちは、読み書きを学ぶため寺子屋に通いますが、親の期待どおりに学習に励んでくれません。こどもの姿を見た天神様、菅原道真公は、親のために一肌脱ぐことにします。果たして成果はありや…。※くずし字に慣れ、絵解きをしながら19世紀の版本を楽しむことが目標です	
講座内容（予定）	
①10/ 5	十返舎一九についての話と1枚目、序文の初見読み
②10/19	2枚目、3枚目の読み
③11/ 2	4枚目、5枚目の読み
④11/16	6枚目、7枚目の読み
⑤11/30	8枚目、9枚目の読み
⑥12/ 7	10枚目、11枚目の読み
⑦12/21	12枚目、13枚目の読み
⑧ 1/18	14枚目、15枚目、16枚目（最終）の読み
開催曜日	日曜日
開催時間	14:00～16:00
受講料	4,000 円

6 落語の楽しみ方と味わい方 Part2

募集人員：60名

担当講師	瀧口 雅仁 「オフィスぼんが」代表
今、改めて注目されている、日本を代表する伝統芸能である「落語」。「あんなことを知っていたら、もっと楽しめるはず!」ということは、まだまだあるはず。この講座では、残された数多くの映像や音を通して、落語の楽しみ方と味わい方に迫っていきます。そして、講義の中で、落語の主な舞台である江戸の文化や風俗、落語の決まり事についてもお話していきます。奥深くて幅広い落語の世界を体感してみませんか。（各回で扱う落語の演台や予定は変更されることがあります）	
講座内容（予定）	
①10/ 8	もう一度知りたい落語の基本～「たらちね」「たぬき」から知る落語の決まり
②10/22	落語を彩る季節の噺～「真景累ヶ淵」や「牡丹燈籠」などの怪談を味わう
③11/ 5	落語が歩んだ近代史に迫る～禁演落語の世界。「明烏」や「蛙茶番」が禁じられたわけ
④11/19	講談から移された人情噺を楽しむ～落語と似た芸である講談から移された落語を楽しみます
⑤12/ 3	落語に描かれた茨城の姿と年末風景～落語の中での舞台や登場人物の描かれ方に迫ります
開催曜日	水曜日
開催時間	14:00～16:00
受講料	3,000 円

7 再発見・茨城の民俗 –身近にあった祭り・行事、風習と信仰

募集人員：60名

担当講師	①④ 萩谷 良太 土浦市立博物館 学芸係長 ②⑤ 森戸 日咲子 茨城県立歴史館 史料学芸部学芸課 学芸員 ③ 野田 礼子・石原千尋 土浦市立博物館 学芸員
私たちの暮らしの中に息づく年中行事や祭礼、信仰のかたちは、古くから受け継がれてきた人々の祈りや願いの表れでもあります。四季にあわせた折々の行事、人生の節目に行われる儀礼、神々や先祖への祈りと感謝。世代を超えて受け継がれてきた暮らしのなかの伝統文化と、その歴史をふりかえる講座です。茨城県下の民俗を中心に話を進めます。土浦市立博物館で開催される企画展「土浦花火百年」の見学会も予定しています。この講座では、民俗学の視点から「日本人らしさ」の根底にある精神や暮らしの知恵に迫ります。各テーマを通じて、現代に生きる私たちが見失いがちな「価値あるもの」を見つめ直す機会としたいと思います。	
講座内容（予定）	
①10/ 9	年中行事とくらしのリズム（年中行事）
②10/23	ご先祖さまと供養（葬送儀礼、盆行事）
③10/30	花火と慰霊（土浦花火百年、博物館見学展示）
④11/ 6	信仰の聖地を旅する人々（鹿島信仰、大山詣）
⑤11/20	神をまつる、賑やかな祭礼（山車・祭礼絵巻）
開催曜日	木曜日
開催時間	10:00～12:00
受講料	3,000 円

8 テノール歌手から学ぶ！もっと上手に歌うコツ

募集人員：60名

担当講師	上原 正敏 二期会会員 アミーチ・デッラ・リリカ顧問 ピアノ伴奏：鈴木 裕美
しっかり声を出して歌うことは、アンチエイジングに効くと言われて久しいですが、正しく歌わないと喉を壊したり体を痛めたりと逆効果！この講座では、ヨーロッパでも歌っていたプロのオペラ歌手が、効果的に声を出すコツや歌をうまく歌える裏技等をご指南いたします。	
講座内容（予定）	
①11/ 5	まずプロの歌を聴く！
②11/12	知っている曲で声の出し方を学ぶ
③11/26	カンツォーネを歌おう！
④12/ 3	懐かしい歌を歌おう！
⑤12/10	人前で歌おう！
開催曜日	水曜日
開催時間	14:00～16:00
受講料	3,000 円

セカンドキャリア教育事業

9 ファイナンシャルプランナー資格取得を目指して

募集人員：30名

担当講師	辻 章嗣 ウイングF P相談室
人生100年時代を迎え、ファイナンシャルプランナー（F P）が活躍する場が増えています。本講座では、F P 3級資格（初級）を取得するために必要な基礎的知識を学びます。F P 資格を取得することで、キャリアアップを図るとともに自分自身のライフプランに役立てることができます。さあ、F P 資格に挑戦しましょう!!	
講座内容（予定）	
①10/ 4	「オリエンテーション」「ライフプランニングと資金計画」
②10/11	「リスク管理」「金融資産運用①」
③10/18	「金融資産運用②」「タックスプランニング」
④11/ 8	「不動産」「相続と事業継承」
⑤11/15	実技試験の概要と模擬体験
開催曜日	土曜日
開催時間	14:00～16:00
受講料	3,000 円