

令和5年度 茨城県県南生涯学習センター

# 春・夏講座案内

申込期間 令和5年4月12日(水)～5月11日(木)

地域や社会を元気にしたい

あなたの学びを応援します

6月講座  
スタート

## 現代的課題対策講座

- |   |                             |
|---|-----------------------------|
| 1 | 食と健康を考える ～100歳レシピ、とっておきの時間～ |
| 2 | 動物福祉学入門 ～動物と共に生きる社会づくりの第一歩～ |
| 3 | スマートフォン・タブレット活用法 ～初・中級編～    |
| 4 | 学童期における発達障害の理解と支援           |

## 天章堂講座

- |   |                              |
|---|------------------------------|
| 5 | 刀剣の美を愛でる ～初めての日本刀～           |
| 6 | 古地図で巡る江戸の名所 ～セレブ女性の江戸日記 巻の1～ |

## キャリア支援セミナー

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| 7 | あなたの好きが“タネ”になる 初めてのプチ起業体験セミナー |
|---|-------------------------------|



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/>

ホームページ



## ① 食と健康を考える ～100歳レシピ、とっておきの時間～

担当講師 学校法人 中川学園 中川学園調理技術専門学校 校長 中川 純一 料理教室代表 中川 一恵

健康の源は食にあります。本講座では、人と食のかかわりを考えることから、郷土の食材と料理などを紹介し、長寿の健康に欠かせない栄養の役割について詳しく学びます。そして、100歳までの健康を作るきっかけを一緒になって考えていきましょう。

| 開催曜日 | 水曜日                                   | 講座内容（予定）                           |
|------|---------------------------------------|------------------------------------|
| 開催時間 | 10:00～12:00                           | ① 6 / 7 「人と食べ物」「茨城の食材」             |
| 募集人数 | 50名                                   | ② 6 / 14 茨城の素材を使ったバランスの良い食事        |
| 募集対象 | 心と体の健康支援活動や地域活動に興味関心のある方、実際に活動されている方等 | ③ 6 / 21 100歳までの健康で生きる基礎のカルシウムについて |
| 受講料  | 5,000円（材料費300円）                       | ④ 6 / 28 100歳まで健康に生きる減塩について        |
|      |                                       | ⑤ 7 / 5 「世界と日本の食文化」「茨城の郷土料理」       |



## ② 動物福祉学入門 ～動物と共に生きる社会づくりの第一歩～

担当講師 NPO法人 アニマルライツセンター 代表 岡田 千尋

ペット、展示動物、そして食べ物になる動物は、私たちの生活の中のあるあらゆる場面に関わっています。人が動物を利用する上で高いアニマルウェルフェア（動物福祉）を提供することは、最低限の倫理的な責任であると同時に、持続可能でエシカルな社会を作る助けになります。

本講座では、アニマルウェルフェアの基礎的な知識と犬や猫等のペットや動物園、畜産の現状と課題について学び、動物たちと共存し地球を分け合うためのエシカル消費についても考えていきます。

※エシカル消費とは、人・社会・地域・環境に配慮して消費すること。



| 開催曜日 | 木曜日                          | 講座内容（予定）                             |
|------|------------------------------|--------------------------------------|
| 開催時間 | 10:00～12:00                  | ① 6 / 8 「アニマルウェルフェアってなに？」基礎的な知識について  |
| 募集人数 | 50名                          | ② 6 / 22 「ペットと共生するために」現状と課題について      |
| 募集対象 | 社会貢献活動や持続可能な社会への取組に興味関心のある方等 | ③ 7 / 6 「動物園を考える」課題と影響について           |
| 受講料  | 5,000円                       | ④ 7 / 20 「畜産を取り巻く課題」現状と人権等の課題        |
|      |                              | ⑤ 7 / 27 「動物たちと地球を分け合うためのエシカル消費について」 |

## ③ スマートフォン・タブレット活用法 ～初・中級編～

担当講師 ひと・まねっとわーくプログラミング専門員 小平 文和

現代社会は、デジタル化がますます進み、スマートフォンやタブレットの活用が必須ともいえる状況になってきています。本講座では、日々の暮らしを豊かにすることはもちろん、自身の学習の場を広げるための、スマートフォン・タブレット活用法を学びます。

※①②ではiPad・iPhoneを使用します。（当センター iPad 借用可）

※③④⑤ではご自身のスマートフォン・タブレットで操作します。（らくらくフォンの場合は、当センター iPad 借用）

| 開催曜日 | 金曜日                    | 講座内容（予定）                             |
|------|------------------------|--------------------------------------|
| 開催時間 | 14:00～16:00            | 初級 ① 6 / 30 いつもは使わない、たくさんの機能を使ってみよう  |
| 募集人数 | 30名                    | ② 7 / 7 アプリを探して、インストールしてみよう          |
| 募集対象 | ・iPhoneやiPadの基本操作ができる方 | ③ 7 / 14 便利なアプリを使ってみよう               |
| 受講料  | 5,000円                 | 中級 ④ 7 / 21 ファイルやクラウドについて学ぼう         |
|      |                        | ⑤ 7 / 28 スマホやタブレット活用で学びの世界を広げよう（まとめ） |



※本講座では、クラウドアカウント作成のため、携帯電話番号が必要です。

## ④ 学童期における発達障害の理解と支援

担当講師 茨城発達臨床研究会 代表 加来 慎也

発達障害傾向のある子供たちは、適切な環境で育むことによって、発達上の偏りはあっても能力を十分に伸ばしていくことができます。

本講座では、学童期における発達障害の特性を理解し、その特性への対応方法を考えます。特に一斉授業の中でのサポートの方法や一人一人の潜在的な能力を引き出す方法について学びます。また、平成の時代以上に、令和で深刻化が危ぶまれている発達障害に関する諸問題について理解を深めていきます。

| 開催曜日 | 日曜日                                              | 講座内容（予定）                                      |
|------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 開催時間 | 10:00～12:00                                      | ① 6 / 4 「発達障害の理解 I」発達障害（ADHD、LD、ASD）の特性について   |
| 募集人数 | 50名                                              | ② 6 / 18 「発達障害の理解 II」発達障害（ADHD、LD、ASD）状態像について |
| 募集対象 | 小学校や特別支援学校の教員、児童館、放課後支援事業の指導員や支援者または支援に興味関心のある方等 | ③ 7 / 2 「発達障害の支援方法 I」環境因子を高める視点からの支援方法        |
| 受講料  | 5,000円                                           | ④ 7 / 16 「発達障害の支援方法 II」個体内因子を高める視点からの支援方法     |
|      |                                                  | ⑤ 7 / 23 「発達障害に関する諸問題の理解」二次障害や併存する障害等の理解について  |





# 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 刀剣の美を愛でる ～初めての日本刀～

担当講師 土浦亀城刀剣会 亀山 栄二 他

本講座では、鉄の最高芸術品と言われる《日本刀》を鑑賞するための基礎知識 ～日本の歴史における日本刀の変遷、日本刀に付随する拵えや鐔、目貫、縁頭などの刀装具など～ と、鑑賞するための基本的なマナーについて学び、日本刀の魅力と美について理解を深めます。親子参加や学生の参加も大歓迎です。

|      |                                                     |                                                                                                                   |
|------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 開催曜日 | 土曜日                                                 | 講座内容（予定）                                                                                                          |
| 開催時間 | 14:00 ～ 16:00                                       | ① 6 / 3 日本刀を鑑賞するための基礎知識<br>－ 種類、鑑賞マナー、手入れ方法                                                                       |
| 募集人数 | 50 名                                                | ② 6 / 17 日本刀の歴史<br>－ 姿の変化、刃文、地鉄                                                                                   |
| 受講料  | 3,500 円<br>（保護者との参加では小・中学生は無料）<br>学生 1,000 円（高校生以上） | ③ 7 / 1 日本刀の歴史的経過<br>－ 五ヶ伝含む古刀、新刀、新々刀<br>④ 7 / 15 刀装と刀装具について<br>－ 拵え、鐔、目貫<br>⑤ 8 / 5 日本刀の鍛錬<br>－ 宮下刀匠と郷土刀 － 水戸、土浦 |



## ⑥ 古地図で巡る江戸の名所 ～セレブ女性の江戸日記 巻の1～

担当講師 江戸文化研究家 菅野 俊輔

19世紀は全国的な旅行ブームとなり、伊勢参りの団体とは別に少人数の旅も盛んになったおかげで、大都市《江戸》も観光都市となり、全国から多くの旅人が訪れました。

時は天保12年、春閏1月。筑前の国（現福岡県）から4人の女性が伊勢参宮を目指して旅立ちます。途中厳島神社、金毘羅権現、大阪や大和を巡り、伊勢参宮を果たしたあと、相談して江戸へ。

本講座では、彼女たちの9泊10日の江戸見物を、旅日記と古地図、『江戸名所図会』の絵を用いて追体験します。

※後期講座では「江戸日記 巻の2」開講予定



|      |               |                                                                                                                          |
|------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 開催曜日 | 日曜日           | 講座内容（予定）                                                                                                                 |
| 開催時間 | 14:00 ～ 16:00 | ① 6 / 4 江戸滞在初日<br>日光道中の千住宿経由で江戸へ。浅草で観音などを見物。                                                                             |
| 募集人数 | 50 名          | ② 6 / 18 江戸滞在2日目 江戸の芝居町、堺町の中村座と葎屋町の市村座へ。                                                                                 |
| 受講料  | 3,500 円       | ③ 7 / 2 江戸滞在3日目 足を南に延ばして、本格的な江戸名所めぐりへ。<br>④ 7 / 16 江戸滞在4日目 馬喰町から永代橋の北新堀に宿替え<br>⑤ 8 / 6 江戸滞在5日目 江戸見物の再開。仲間旅でも別々の見物にいくことも。 |

## キャリア支援セミナー セカンドキャリア教育事業

### ⑦ あなたの好きが“タネ”になる 初めてのプチ起業体験セミナー

担当講師 株式会社 鶴と学び 代表 吉村 千鶴子

自分の人生の軸を大切にしながら夢や想いをカタチにするヒントを皆さんと一緒に考えていくキャリア支援講座です。人生100年時代、生き方や働き方が多様化し、終身雇用という概念も失われつつある今「起業」や「副業」というワードが注目を集めています。子育てや介護をしながら働きたい方、起業や副業に興味がある方、起業して間もない方が、プチ起業体験を通して、今後のキャリアを考える講座です。



|      |                     |                                                               |
|------|---------------------|---------------------------------------------------------------|
| 開催曜日 | 土曜日                 | 講座内容（予定）                                                      |
| 開催時間 | 10:00 ～ 12:00       | ① 6 / 3 自分らしい生き方・価値観を見直そう！                                    |
| 募集人数 | 30 名                | ② 6 / 17 マーケティングの基礎を学ぼう！                                      |
| 募集対象 | 18歳以上の方             | ③ 7 / 1 SNS や集客ツールについて学ぼう！（実技）                                |
| 受講料  | 3,000 円（学生 1,000 円） | ④ 7 / 15 心に刺さるキャッチコピー・チラシを考えよう（実技）<br>⑤ 10 / 7 イベント出店に向けて（実技） |

毎回11:30から  
“おしゃべりcafé”  
を開きます。  
（自由参加）

③～⑤の講座では、パソコン又はタブレットをご持参ください。レンタルを希望の方は応相談。

★10月29日（日）開催「つちうらであそぼ・まなぼ」というイベントで、講座の仲間と出店体験をします。

※ 各講座の詳細はホームページをご覧ください。



# 茨城県県南生涯学習センターからのお知らせ

県南生涯学習センターでは、下記の事業を実施します。皆様のご参加をお待ちしています。

## 地域の核となる人材・団体育成事業

### 【スキルアップ講座】

日 時：令和5年5月11日、5月25日、6月8日  
13:30～15:30 木曜日 全3回  
講 師：筑波大学 体育系 教授 齊藤 まゆみ  
定 員：35名(先着順)  
内 容：スポーツをととした障害者支援について、誰もが楽しめるアダプテッド体育の実技と基本的な安全管理等について学びます。  
※アダプテッド体育とは、個人の特性に合わせて創る体育・スポーツ活動  
詳細はHPをご覧ください。

## 地域連携協働事業創出事業

### 【第1回県南地区交流会議兼県域フォーラム】

日 時：令和5年6月11日(日)  
13:00～16:30(開場12:00)  
会 場：県南生涯学習センター 中講座室 1  
定 員：50名(先着順)  
内 容：地域防災について、ICT活用や地域協働等をテーマに職者の講話と参加者間の意見交換をします。  
詳細はHPをご覧ください。

## 小学生・中高生・大学生向け講座

### ✿ いばらき子ども大学県南キャンパス

小学4～6年生対象(7月から開講)

### ✿ ウララプログラミング教室

小学3～6年生対象(6月から開講)

### ✿ ヤングボランティア育成事業

中高生対象(7月開講)

### ✿ 課題解決チャレンジ事業(Youth challenge PJ)

高校生・大学生対象



## イベント

### ✿ つちうらであそぼ・まなぼ Vol. 6

土浦駅周辺の施設や店舗で開催します。  
家族や友だち、みんなで楽しめる企画が満載。  
詳細は6月下旬頃HPでご案内します。

実施日：令和5年7月30日(日) 会場：土浦駅周辺施設



## おもちゃ病院の案内

令和5年4月からおもちゃ病院は、毎月第4土曜日に開催することになりました。

日時：毎月第4土曜日

10:00～12:00(1回目：4月22日)

会場：県南生涯学習センター(ウララビル5F)

## 講座受講申込のてびき

### 申込期間

令和5年4月12日(水)～5月11日(木)

### 申込方法

#### 1 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



#### 2 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)

#### 3 通常はがき

令和5年5月11日(木)当日消印有効  
(往復はがきではありません)

記入例(表)

記入例(裏)

|                         |          |
|-------------------------|----------|
| 切手<br>63円               | 30000036 |
| 土浦市大和町9番1号<br>ウララビル5階   |          |
| 茨城県県南生涯学習センター<br>講座担当 行 |          |

|                                                           |
|-----------------------------------------------------------|
| ①いばらき生涯学習パスポート<br>(旧県民大学手帳)の番号(ID番号)<br>※/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<br>※複数申込可                                   |
| ③郵便番号・住所                                                  |
| ④氏名(フリガナ)・性別・<br>生年月日                                     |
| ⑤電話番号(携帯電話可)                                              |

### 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。

### 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支払いください。(学生の方は、講座当日現金でお支払いください。)
- (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。  
(講座詳細を十分にご確認の上お申し込みください。)
- (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。

### その他

- (1) 天候や講師の都合等、また感染症対策等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。
- (3) 平成23年から使用していた受講カード(愛美館カード)は、現在使っていません。お手元にあるカードは、当センターまでご持参ください。お預かりした500円を返却させていただきます。