

# 令和6年度(2024年度) くまもと県民カレッジ主催講座(前期)受講生募集

託児あり ●1歳以上で就学前までのお子様には、託児をご用意しています。(夜間講座を除く)  
※託児を希望される方は、受講申込時にお申込みください。

※感染症拡大防止対策のため、必ず、本リーフレット裏面の【受講における留意事項】をご一読ください。

## 熊本学(史跡)コース 教材費 1,500円

**10:00~11:30** ※5/17・6/14は10:00~11:40

昨年、山都町の「通潤橋」が国宝に指定され、菊池市の「菊池氏遺跡」については国史跡指定に決定しました。改めて、熊本県の史跡が注目されています。

本講座は、地域に愛され語り継がれてきた熊本が誇る史跡をピックアップし、それぞれの歴史や関連資料を紹介しながら、熊本の史跡を学びます。熊本の宝の価値・魅力を再発見できること、間違いなしです!  
※第4回講座は現地集合・解散、別途入館料200円必要。

## 残し 伝えたい 私たちの宝 ~史跡からわかるこれまでの歩みとその価値~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	熊本の史跡について ~近年の史跡の動向は~	熊本県教育庁教育総務局文化課 参事 木庭 真由子	5/17(金)	会議室1
2	中世の遺跡「菊池氏遺跡」 ~450年続いた菊池一族の足跡~	菊池市教育委員会 歴史教育専門員 西住 欣一郎	5/24(金)	
3	祝!国宝!「通潤橋」 ~熊本の宝から日本の宝へ!近世石橋の傑作~	山都町教育委員会 主任学芸員 西 慶喜	5/31(金)	現地学習 ジェーンズ邸
4	復旧完了した熊本県最古の洋風建築物(現地学習) ~ジェーンズ邸の歩みとその価値~	熊本市文化市民局文化財課 文化財保護主任事 松永 直輝	6/7(金)	
5	国宝!青井阿蘇神社の今 ~水害からの復興~	青井阿蘇神社 宮司 福川 義文	6/14(金)	会議室1

## 友好台湾コース 教材費 1,500円

**10:00~11:30** ※5/21・6/25は10:00~11:40

TSMCの熊本県進出をきっかけとして、台湾との経済的・文化的交流が深まり、今後さらにによりよい関係づくりが求められています。

本講座では、台湾の歴史や日本とのつながりを正しく理解し、これからの関係づくりについて学びます。文化体験や交流活動等を通して、更に「台湾」を身近に感じてみませんか。

## 身近な国!「台湾」の魅力! ~交流からはじめる「朋友」(友だち)づくり~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	台湾と日本(熊本)の関係 ~歴史から見る深いつながり~	尚綱大学 現代文化学部 准教授 村島 健司	5/21(火)	会議室1
2	台湾の魅力! ~台湾お国自慢を熊台湾コミュニティ紹介~	くまもと県民カレッジ在職者/クエアイト 運営メンバー 邱 桂芬	5/28(火)	
3	台湾で敬愛される熊本人 ~日台の架け橋「志賀哲太郎」~	郷土史家 増田 隆策	6/4(火)	
4	台湾を身近に感じよう! ~楽しむ文化体験・交流活動~	台熊友好会 運営メンバー 徐 秋美 松岡 光希	6/18(火)	
5	台湾を楽しむ! ~プラン作成「わたしの〇〇旅」~	㈱三普旅行社 九州支社 部長 伊東 靖之	6/25(火)	

## コミュニティビジネスコース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※6/21・7/19は14:00~15:40

「コミュニティビジネス」とは、子育て支援や災害対応など、みんなが暮らしやすいまちをつくるための活動のことです。

本講座では、県内の事例紹介と、活動を継続させるための資金調達や事業計画等の具体的な方法について学びます。

親子が楽しめるイベントをやってみよう!多様な世代が気軽に集まる居場所を作りたいなど、あなたの「やってみよう!」を応援する講座です。

## あなたの一歩が 地域を変える ~アイデアを活かしてよりよいまちをつくる~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	地域課題を「自分事」に ~コミュニティビジネスとは~	東海大学 文理融合学部 教授 萩野 誠	6/21(金)	会議室7
2	県内の事例に学ぶ1 ~和顔愛語、枠を超えた保育の未来~	㈱りあんじゅ(びちゅ保育園) 代表取締役(園長) 坂田 美和	6/28(金)	
3	県内の事例に学ぶ2 ~のあそびlaboの4年間~	(一社)のあそびlabo 代表理事 中村 光成	7/5(金)	
4	コミュニティビジネスのための資金調達 ~補助金・クラウドファンディング等~	(一財)くまもと未来創造基金 加藤みづな 宮原 美智子	7/12(金)	
5	夢実現に向けて ~企画から実践へのワークショップ~	熊本県立大学 名誉教授 森 美智代	7/19(金)	

## 孫育てコース 教材費 1,200円

**10:00~11:30** ※6/20・7/11は10:00~11:40

核家族化が定着して長年経ち、子育てのしにくい世の中と言われる近年だからこそ、祖父母の存在がより大切になっています。

本講座は、おじいちゃん・おばあちゃんだけでなく、かわいい孫も子育て世代もうれしい、みんなが笑顔になる講座です。今後の孫育てにぜひ活かしてみませんか。

## 孫を育てるヒント 盛りだくさん! ~共有する「楽しい孫育て」へ~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	「こどもまんなか熊本」の実現を目指して ~熊本のこれからの担うこども達のために~	熊本県子ども未来課	6/20(木)	会議室2
2	子どもたちを取り巻く環境 ~「孫育て」の不易と流行~	認定こども園わらべ 幼児教育アドバイザー 池田 洋子	6/27(木)	
3	よりよいコミュニケーションとは ~ハバ・ママとの丁度良いキョリ~	NPO子育て談話室 理事長 柴田 恒美	7/4(木)	
4	「子育て支援」の現場から ~元気をもらえる「ちよっといい話」~	子育てユニット	7/11(木)	

## くまもと防災コース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※5/23・6/20は14:00~15:40

熊本地震から9年経ち、時間の経過と共に「あの日」の記憶や私たちの防災意識は薄れがちになっています。

本講座では、熊本地震の教訓を後世に伝える「記憶の回廊」の拠点施設と連携した内容に加え、避難所や自主防災組織運営のヒント、ペットを連れた避難のポイント等についても学びます。

※「現地学習」は現地集合、現地解散となります。

## わたしたちのまちは みんなで守る ~日頃のつながりが非常時の安心に~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	県防災センター(現地学習) ~防災リーダーの役割~	熊本県危機管理防災課	5/23(木)	現地学習 県防災センター
2	地域コミュニティの底力 ~避難所運営のノウハウ~	NPO益城いすけプロジェクト 代表理事 吉村 静代	5/30(木)	会議室7
3	オレンジビブスが安心の印 ~井戸端会議が支える自主防災~	黒髪校区第4町内自治会 自主防災クラブ 会長 兼弘 誠	6/6(木)	
4	そなえよう!みんなとペットの災害対策 ~熊本地震の経験を活かして~	九州医療科学大学 教授 加藤 謙介	6/13(木)	
5	震災ミュージアムで振り返る「あの時」 ~熊本地震から得られた教訓とは~	熊本県観光国際政策課	6/20(木)	現地学習 震災ミュージアム

## 科学技術コース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※5/20・6/17は14:00~15:40

現在、熊本県では、大手半導体工場の建設が進み、世界からも注目を集めています。

本講座では、半導体の仕組みや開発の歴史から、国が進める半導体生産の状況について幅広く学びます。極小サイズの半導体にかかる我が国の未来について考えてみませんか?

## 今こそ学ぶ「半導体」~半導体産業から見える新たな世界~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	私たちの生活を支える半導体 ~こんなところにも半導体~		5/20(月)	会議室7
2	半導体って何? ~歴史から作り方まで~	熊本大学半導体デジタル研究教育機構 半導体部門長-教授	5/27(月)	
3	産業のコメ「半導体」 ~半導体と世界経済~	飯田 全広	6/3(月)	
4	熊本県の半導体産業について(仮)	熊本県商工労働部	6/10(月)	
5	セミコン熊本の歴史的変革 ~急成長する熊本の半導体産業~	熊本県産業振興 顧問 今村 徹	6/17(月)	

## 健康(睡眠)コース 教材費 1,500円

**19:00~20:30** ※5/15・6/12は19:00~20:40

「人生の3分の1は睡眠」と言われ、質の高い睡眠はよりよい人生につながります。また、睡眠不足や質の悪い睡眠は、成長や健康、生活全般に大きな影響を与えていると言われています。

本講座では、睡眠の意味や体への影響を学ぶとともに、質の高い睡眠を得るための方策を考えます。健康づくりの第一歩を、質の高い睡眠から始めてみませんか。

## 「眠活」で健康増進 ~よりよい眠りをあなたに~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	なぜ眠るの? ~睡眠のフ・シ・ギ~	久留米大学医学部神経精神医学講座 講師 比江嶋 啓至	5/15(木)	会議室7
2	心地よい眠りのために① ~最新寝具情報~	三年坂阿波屋 社長 安達 千代太	5/22(木)	
3	心地よい眠りのために② ~睡眠の悩み解消します~	ムーンムーン(株) 睡眠改善課長 丸山 晴美	5/29(木)	
4	各年代で直面する睡眠課題とその対処法 ~よい睡眠のための生活づくり~	くわみず病院 副院長(睡眠センター長) 福原 明	6/5(木)	
5	質の高い睡眠作りと維持のために ~今日からできること~	久留米大学医学部神経精神医学講座 助教小浦 冬馬 職加藤 隆郎	6/12(木)	

## バラエティコース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※6/19・7/17は14:00~15:40

生涯学習とは、自己の啓発や生活の向上のために、自らの必要に応じて、適した手段や方法を選び、生涯を通じて行う学習のことです。

本講座は、「くまもと県民カレッジ認定講師」10名が講師を務めます。それぞれの講師の知識や経験に基づいた、学びあり、笑いあり、涙ありのバラエティ豊かな講座をお楽しみください。

## 生涯学習「宝箱」! ~くまもと県民カレッジ認定講師10名によるバラエティ講座~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	①米粉を食卓に!!	くまもと県民カレッジ認定講師 福田 信子	6/19(木)	会議室1
2	②笑顔と感謝で悪性リンパ腫(癌)克服	くまもと県民カレッジ認定講師 高木 正三		
3	③様々な多様性を知ろう・性的話はみんなの話	くまもと県民カレッジ認定講師 水間 義仁	6/26(木)	
4	④天使の命繫がって	くまもと県民カレッジ認定講師 宮本 儀子	7/3(木)	
5	⑤秋から始める、我が家の地産地消	くまもと県民カレッジ認定講師 國本 聡子		
6	⑥ブルーベリーの育て方	くまもと県民カレッジ認定講師 矢野 博	7/10(木)	7/10(木)
7	⑦多文化共生理解のために~同じ漢字でも意味が違う~	くまもと県民カレッジ認定講師 田中 美君		
8	⑧日本の伝統を学ぶ きものに込められたもの	くまもと県民カレッジ認定講師 小田 佳生留	7/17(木)	
9	⑨笑顔あふれるレクリエーション	くまもと県民カレッジ認定講師 岡田 富子	7/17(木)	
10	⑩フラで幸せホルモンアップ	くまもと県民カレッジ認定講師 渡邊 貴美子		

## 講師養成コース 教材費 1,500円

**10:00~11:30** ※5/18・6/15は10:00~11:40

平成25年からスタートしたくまもと県民カレッジの名物コースです。自分が学んだことや身に付けていることを生かして、地域の公民館等で講師として活動されたい方、必見です。

本コースでは、講座企画の方法や効果的な手法等を学ぶとともに、実際に模擬講座をとおして、講師としての力を養成します。

後期に開催予定の「講師認定コース」にもつながる講座です。講師デビューに向けてチャレンジしたいあなた、さらにレベルアップを目指すあなたを応援します。

## 講師養成講座2024 ~あなたの「好き」を生かして 新しいステージへ~

回数	内容	講師	開催日	会場
1	今、求められる講師とは ~生涯学習講師入門~	熊本大学 名誉教授 古賀 倫嗣	5/18(土)	会議室2
2	講師に必要なプレゼン力 ~伝えたいことを、より効果的に伝えるために~	内閣府地域活性化伝道師 CPD代表 三角 幸三	5/25(土)	
3	講師に求められるファシリテーション力 ~学びを楽しみ、学びを深める参加型プログラム~		6/1(土)	会議室2
4	期待に応える講座の組み立て方 ~よい講座は準備が9割~	(株) adapt next. 代表取締役 熊野 たまみ	6/8(土)	
5	やってみよう 模擬講座 ~踏み出そう 講師への第1歩~		6/15(土)	

## パレアおためしコース 教材費 1,500円

**1~5** 自分で選んだ講座  
※「講師養成コース」を除く

【受講までの流れ】「パレアおためしコース」申込み  
→事務局から受講決定通知と希望講座調査票が届きます。  
→希望講座を記入のうえ事務局に返送してください(FAX可)。  
→事務局で調整後、受講講座を5月13日(月)頃までにお知らせします。  
※希望講座が集中した場合は、抽選となります。

パレアにきなっせ! ~県民カレッジ初心者クラス~  
初めて県民カレッジを受講する方で「コースを絞り切れない」という方は、対象のコースの中から1~5講座を選んで受講できます。※過去に県民カレッジを受講された方は除きます。

## 開講式 《聴講無料・託児あり・要事前申込》

日時 令和6年(2024年) 5月13日(月) 13:30~15:40  
場所 くまもと県民交流館パレア10階 パレアホール  
日程等 13:00 受付 13:30 開会  
●講演(定員250人) 主催講座に申込みれない方も、講演の聴講ができます。ただし、事前申込が必要です。応募多数の場合は抽選となります。  
「生きる力~ステージ4のがんを乗り越えて~」 講師 小山 和作氏(日本赤十字社熊本健康センター-名誉所長)  
●受講生ガイダンス ●連絡等 15:40 閉会  
申込 主催講座申込ハガキまたは、電話、FAX、メールのいずれかで申込みください。(申込締切:4月23日(火)必着)

熊本県生涯学習推進センター  
TEL.096-355-4312 FAX.096-355-4318  
メール: manabi@k-parea.net  
※受講決定については、ハガキで5月7日(火)頃までにご連絡します。



会議室7の講座イメージ

## 主催講座受講申込書

1.開講式・講演申込 ※○をつけてください。  
( ) 申込みます ( ) 申込みません

2.希望コース ※○をつけてください。

受講のお申込は、おひとり2コースまでとします。  
但し、「パレアおためしコース」は1コースのみの申込とします。

( ) 熊本学(史跡)コース	( ) 科学技術コース
( ) 友好台湾コース	( ) 健康(睡眠)コース
( ) コミュニティビジネスコース	( ) パラエティコース
( ) 孫育てコース	( ) 講師養成コース
( ) くまもと防災コース	( ) パレアおためしコース

氏名	ふりがな	年齢
住所	(〒 - )	
TEL	(日中に連絡がつく番号)	
Mail		
託児申込 ※名前(ひらがな)・年齢(〇歳〇ヶ月)・性別を記入してください。 ( )		

※申込は、4月23日(火)までに当センター必着 ※いただいた個人情報、くまもと県民カレッジの講座並びに関連事業以外の目的には使用しません。