

令和2年度(2020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、受講申込時に申込みください。

熊本学(祭り)コース 教材費 1,500円

10:00～11:30 ※5/22-7/17は 10:00～11:40

なぜ祭りは人の心を惹きつけるのでしょうか。力強い壮大な祭りもあれば、厳かな雰囲気に含まれた趣のある祭りもあり、それぞれに魅力があります。祭りは楽しいだけではなく人々のくらしに密着し、地域のつながりに重要な役割を果たしています。

本講座では、県内の伝統的な祭りの歴史とともに、そこに込められた人々の思いや願いについて学びます。一緒に郷土の祭りの奥深さを感じてみませんか。

地域に根ざしたふるさとの祭り ～守り続ける人々の願い～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	くらしの中に生き続ける熊本の祭り ～代々受け継がれる誇りと熱き思い～	熊本大学 名誉教授 安田 宗生	5/22(金)	会議室1
2	阿蘇神社御田祭(阿蘇市) ～青田をめぐる神幸行列～	阿蘇神社 権禰宜 池浦 秀隆	6/12(金)	
3	野原八幡宮風流(荒尾市) ～子どもが主役のまつり～	荒尾市役所 学芸員 福田 拓也	6/26(金)	
4	津森神宮お仏使祭(益城町、菊陽町、西原村) ～祭りの心を伝える、受け継ぐ～	津森神宮 宮司 甲斐 喜三男	7/10(金)	
5	栖本太鼓踊り(天草市) ～300余年受け継がれる郷土の遺産～	栖本町郷土芸能保存会	7/17(金)	

熊本学(城)コース 教材費 1,500円

10:00～11:30 ※5/26-7/21は 10:00～11:40

いつの時代にも築かれてきた砦。そして、時代や地域によって個性豊かな形がつけられ、役割も変化してきました。熊本では、鞠智城や堅志田城、人吉城、熊本城、八代城など、多くの城がつけられました。

本講座では、城は何のために、どのように築かれたのか、いにしへの指導者やそこに集う人々に思いを馳せながら、城の魅力に迫っていきます。聞いて、見て、話して鎧甲に身を固めた城を満喫してみませんか。

熊本のお城学 ～いつまでも語り続けたい お城の魅力!～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	城って何をすところ? ～役割と構造の変化～	熊本城調査研究センター	5/26(火)	会議室1
2	人々が集まる城下町 ～天下泰平 計画的なまちづくり～	肥後育育記念館 研究員 松崎 範子	6/16(火)	
3	江戸時代の不思議 熊本のお城事情 ～複数の城が存在した ヒ・ミ・ツ～	九州大学 学術研究者 花岡 興史	6/30(火)	
4	様々な城郭、石垣から見る城学 ～城主の思いを想像してみよう～	熊本城調査研究センター	7/7(火)	
5	熊本復興のシンボル 熊本城! ～400年の思いを受け継ぐ私たち～	熊本城調査研究センター	7/21(火)	

算数・数学コース 教材費 1,500円

14:00～15:30 ※5/19-7/28は 14:00～15:40

分数の掛け算・割り算、マイナス掛けるマイナスはプラス、因数分解などなど、小学校、中学校の算数・数学で早々につまずき、そのまま算数・数学と疎遠になってはや何十年、という大人の方は結構多いのではないのでしょうか。

本講座では、算数・数学が苦手な、学びなおしのきっかけをつかめない大人のために、実生活のために、人に自慢できる(かもしれない)算数・数学の基本を、楽しみながら学びます。

大人の算数・数学 再入門 ～苦手だった人限定講座～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	四則演算 再入門 ～パターンを見つけて、計算すると…～	熊本大学 准教授 宮脇 真一	5/19(火)	会議室7
2	図形問題 再入門 ～頭の中で動かしてみよう～	熊本大学 准教授 宮脇 真一	6/2(火)	
3	確率 再入門 ～く引き、先に引くか後に引くか、どっちが得?～	熊本大学 准教授 初原 幸二	6/23(火)	
4	統計学 再入門 ～開票率1%で当選確実の謎～	熊本大学 准教授 初原 幸二	7/7(火)	
5	微分・積分 再入門 ～世界はじでセキでできている～	熊本大学 准教授 吉村 昇	7/28(火)	

エコツーリズムコース 教材費 1,500円

19:00～20:30 ※5/21-7/16は 19:00～20:40

エコツーリズムとは、観光や旅行を通じて、自然保護や環境保全への理解を深めようという取り組みで、エコロジーとツーリズムを組み合わせた言葉です。自然や文化などの伝統と、観光業、地域経済の活性化を両立させるものとして、世界中で注目を集めています。

本講座では、熊本県下の価値ある自然環境や歴史文化を生かした、新たな観光、地域振興の在り方を一緒に考えてみませんか。

エコツーリズムでまちづくり ～熊本の自然・文化を生かす～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	日本のエコツーリズム ～自然と調和した観光開発の取組～	東海大学 教授 小林 寛子	5/21(木)	会議室7
2	熊本のエコツーリズム ～阿蘇のエコツアーから学ぶ～	東海大学 教授 小林 寛子 阿蘇山博物館 館長 池辺 伸一郎	6/4(木)	
3	実践エコツーリズム① ～地域の宝を探してみよう～	東海大学 教授 小林 寛子	6/18(木)	
4	実践エコツーリズム② ～地域の宝をどう生かす?～	東海大学 教授 小林 寛子	7/2(木)	
5	実践エコツーリズム③ ～エコツアー発表会～	東海大学 教授 小林 寛子	7/16(木)	

講師養成コース 教材費 1,500円

10:00～11:30 ※5/23-7/18は 10:00～11:40

平成25年から続く、講師養成コース!くまもと県民カレッジの名物コースとなりました。「自分の趣味や特技を教えたい」「自分の思いや経験を伝えたい」と思っている方必見!新しいことにチャレンジするチャンスです。

本講座では、分かりやすく伝えるコツや、魅力的な講座にするコツなど、講師としての基本的なスキルを学びます。「自分の活動の幅を広げたい」「だれかの力になりたい」という方を応援する講座です。

講師養成講座2020 ～伝えたいことをカタチにする～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	求められる生涯学習の講師とは ～様々な講師のカタチ～	内閣府活性化伝道師 三角 幸三	5/23(木)	会議室2
2	プロが教える話し方のコツ ～分かる・伝わる話し方～	オフィス コミュニケーションプラス 日本話し方協会講師 藤井 祥子	6/6(木)	
3	知れば納得 プレゼン資料のルール ～分かりやすい構成とストーリーの作り方～	熊本大病院 副診療放射線技師長 池田 龍二	6/20(木)	
4	講師としての1ランクUP ～マナー&コミュニケーション術～	いけだマナーアカデミー 代表 池田 充子	7/4(木)	
5	受講生が集まる講座とは ～講座企画と宣伝方法～	株式会社 談 プランナー 甲斐 由貴	7/18(木)	

福祉コース 教材費 1,500円

14:00～15:30 ※5/25-7/13は 14:00～15:40

高齢になれば介護を必要とする方が多くなってきますが、それぞれのご家庭によって介護の形は様々です。

本講座では、在宅介護に関する知識や技術を学んだり、介護の悩みを共有したりしながら、一人ががんばる介護から、みんなで支える介護について考えていきます。人とつながりながら、わが家に合った介護のカタチが見つかる講座です。

わが家の介護のカタチ ～一人でがんばる介護から、みんなで支える介護へ～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	誰でも通る道 ～これまでの介護、これからの介護～	熊本保健科学大学 教授 多久島 寛孝	5/25(月)	会議室7
2	わたしのワーク・ライフ・バランス ～介護と仕事と自分の時間～	九州看護福祉大学 教授 生野 繁子	6/1(月)	
3	高齢者とのコミュニケーション ～家族だからこそ難しい～	熊本保健科学大学 教授 中村 京子	6/15(月)	
4	できたらいいな、こんなこと ～負担のない介護技術と道具を教えます～	NPO法人みらいけあ 理事長 小林 智和	6/29(月)	
5	さまざまな介護のカタチ ～知っておきたい制度の利用術～	熊本県介護支援専門員協会 理事 西田 剛	7/13(月)	

子育てコース 教材費 1,500円

10:00～11:30 ※6/4-7/23は 10:00～11:40

脂肪分・糖分の取り過ぎや運動不足による小児肥満は増加傾向にあります。肥満は糖尿病・高血圧・動脈硬化等、生活習慣病発症のリスクを高めます。小児肥満の約7割が成人肥満に移行するとのデータもあり、幼少期の生活習慣は一生の健康を左右します。

本講座では、食習慣、運動習慣を中心に、幼少期から身につけておきたい生活習慣を学びます。わが子が将来にわたって健康な生活を送ることができるよう、一緒に学びましょう。

幼少期からの生活習慣病予防 ～子どもの健康を守りたいあなた必見～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	今と昔の生活習慣 ～時代が変われば、生活環境も変わる～	山東こども園 園長 村上 千幸	6/4(木)	会議室2
2	家庭の数だけ生活習慣がある ～いろいろ聞きたい、いろいろ話したい～	県社会教育課	6/11(木)	会議室2
3	子どもの生活習慣病 ～昔は成人病と呼んでいたけれど…～	熊本大学代謝内科学 特任准教授 本島 寛之	6/25(木)	会議室2
4	実践しやすい簡単レシピ! ～食で子どもの生活習慣病を予防しよう!～	(公社)熊本県栄養士会 管理栄養士 松下 みゆき	7/9(木)	会議室2
5	体を動かしたくなる遊びが満載! ～自然と運動習慣が身につく!～	熊本県病院 熊本健康体づくりセンター 健康科学レナラー 高野 聡	7/23(木)	和室

健康コース 教材費 1,500円

14:00～15:30 ※6/10-7/22は 14:00～15:40

日本人の死因第1位は依然としてがんです。われわれ日本人にとって、がんは、身近で、恐ろしい病気の代表格ともいえる存在ですが、意外に、正しく理解している方は少ないのではないのでしょうか。

本講座では、がんとはどのような病気なのかを改めて知ることから始め、検診の重要性、最新の治療法・治療薬、緩和ケアの現在の考え方、がんにかかわるお金(医療費や生活を支える制度など)の側面までをひととおり学びます。自分自身が、又は家族として、がんに正しく向き合うことができる知識・知恵・心構えを身に付けます。

今、あらためて「がん」を知る ～最新の治療法から経済面まで～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	そもそも、「がん」って何だ? ～意外と知らない、がんという病気～	公益財団法人熊本県総合保健センター 所長-医師 土亀 直俊	6/10(木)	会議室1
2	がんは治るの? ～基本は早期発見、早期治療～	公益財団法人熊本県総合保健センター 所長-医師 土亀 直俊	6/17(木)	
3	がんの治療法・治療薬の今とこれから ～ノーベル賞で注目の免疫治療薬とは?～	熊本大学大学院 助教 青井 淳	7/8(木)	
4	がん患者の生活を支える緩和ケア ～クオリティ・オブ・ライフの改善～	熊本大病院 緩和ケアセンター	7/15(木)	
5	いくらかかる?がん治療 ～医療費から生活を支える制度まで～	熊本大病院 がん相談支援センター がん相談員 石坂 暁子 がん専門相談員 境 佳子	7/22(木)	

第2・第3の人生コース 教材費 1,500円

19:00～20:30 ※6/10-7/22は 19:00～20:40

第2・第3の人生でも何か活動をしたいものですが、活動には先立つもの(お金)がつきものです。活動の中で、必要な経費を生み出すことができると活動が続いていきます。経費に加え、ちょっとした小遣いが入るとうれしいものです。

本講座では、自分の好きなことや地域のよさを生かしながら、ちょっとしたお金を生み出す活動のノウハウについて学びます。「時間があるときに、だれでも無理せず続けられる!」が合言葉です。家庭菜園が小遣いに…、小物づくりが小遣いに…、自然体験が小遣いに…。小遣いづくりが生きがいづくり、地域のつながりづくりにつながっていくような活動を考えてみませんか。

第2・第3の人生 もっともっと活躍できるわたしたち ～小遣いづくりで生きがいづくりつながりづくり～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	余生ではなく、第2・第3の人生のスタート ～長く、そして楽しい日々が続くために～	NPO法人RyuSun 理事長 仲村 竜一	6/10(木)	会議室7
2	仕事づくりは人づくり ～コミュニティビジネスに学ぶ～	熊本大学 准教授 田中 尚人	6/24(木)	
3	私が実践している小遣いづくり ～できるし、できたしこ～	幸の郷かほく 代表 古田 美生子	7/8(木)	
4	小遣いづくりのカタチ① ～誰に売るか!何処で売るか!～	株式会社 談 プランナー 甲斐 由貴	7/15(木)	
5	小遣いづくりのカタチ② ～知ってもらい、見てもらい、そして買ってもらい～	株式会社 談 プランナー 甲斐 由貴	7/22(木)	

男の子育てコース 教材費 900円

10:00～11:30 ※8/1・8/22は 10:00～11:40

「子どもの笑顔が大好き!」というお父さん大集合。「お父さんとたくさん遊びたい!」という子どもたち大集合。

本講座は、幼児～小学校低学年のお子さんをお持ちのお父さん限定講座です。①日常、②空間、③イメージの3つのテーマを通して、子どもたちと本気で遊び合う講座です。子どもと遊び合える時間は永遠ではありません。パパと子どもとの大切な時間が笑顔でキラキラ輝く。そんな姿が、ママにとっては最高のプレゼントです。

※父親と子どもで参加

パパの手でつくる子どもの笑顔 ～ママに自由な時間をプレゼント～

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	パパと遊ぼう①(空間を遊ぶ) ～パレオわくわく探検隊～	スタディライフ熊本 理事 水野 直樹	8/1(土)	和室
2	パパと遊ぼう②(日常を遊ぶ) ～トイレトペーパーがオモチャに変身!～	スタディライフ熊本 正代 孔紀	8/8(土)	
3	パパと遊ぼう③(イメージで遊ぶ) ～作り出そう!絵本の世界～	スタディライフ熊本 松田 大輔	8/22(土)	

パレオ おためしコース 教材費 1,500円

パレオにきなっせ!
～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。

自分で選んだ講座

※「エコツーリズムコース」、
「第2・第3の人生コース」を除く。

【受講までの流れ】
「パレオおためしコース」申込み
→ 事務局から受講決定通知と希望講座調査票が届く
→ 希望講座を記入のうえ事務局に返送(FAX可)
→ 事務局で調整後、受講講座を5月1日(金)ごろ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。

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、「パレオおためしコース」は1コースのみの申込とします。

() 熊本学(祭り)コース	() 子育てコース
() 熊本学(城)コース	() 健康コース
() 算数・数学コース	() 第2・第3の人生コース
() エコツーリズムコース	() 講師養成コース
() 福祉コース	() 男の子育てコース
() パレオおためしコース	() パレオおためしコース

氏名	ふりがな	年齢
住所	(〒 -)	
TEL	-	-
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24日(金)までに当センター必着 ※いただいた個人情報は、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。