

# 受講のご案内


## 申込締切 / 4月22日(金) ※必着

- 受講のお申込は、おひとり様2コースまでです。ただし、「パレアおためしコース」にお申込の方は、他のコースには申込みできません。
- 1コースの受講につき、講座数に応じた教材費をいただきます。1回目の受講のときに集めますので、お釣りがないようにご用意ください。欠席による返金はありません。  
4回:1,200円 5回:1,500円
- 講座は90分間です。(但し、初回と最終回はオリエンテーションがあるため100分間)
- 新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため中央頁の赤枠内(受講条件)を確認してください。
- 申込みが定員を超えた場合には、厳正な抽選により受講者を決定します。  
(先着順ではありません)
- 受講決定については、5月2日(月)頃までにハガキ等でご連絡します。

## 協力

- 九州看護福祉大学
- 九州ルーテル学院大学
- 熊本学園大学
- 熊本県立技術短期大学校
- 熊本県立大学
- 熊本高等専門学校
- 熊本大学
- 熊本保健科学大学
- 尚絅大学・尚絅大学短期大学部
- 崇城大学
- 東海大学九州キャンパス
- 中九州短期大学
- 平成音楽大学
- 放送大学熊本学習センター

**託児** ● 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。  
※今後の感染状況によっては託児を受付できない場合もあります。



郵便ハガキ

8 6 0 - 8 5 5 4

恐れ入りますが  
**63円切手**  
をお貼りください。

熊本市中央区手取本町8番9号  
(テトリアくまもと9階)  
くまもと県民交流館パレア内

**くまもと県民カレッジ事務局 行**  
(熊本県生涯学習推進センター)

## 主催講座申込方法

### 申込締切 4月22日(金) ※必着

**方法** 左のハガキ、または、官製ハガキに必要事項を記入の上、申込みください。  
電話、FAX、メールによる申込みも受け付けます。

- 必要事項**
- |            |        |
|------------|--------|
| ① 開講式参加の有無 | ④ 年齢   |
| ② 希望コース    | ⑤ 住所   |
| ③ 氏名(ふりがな) | ⑥ 電話番号 |

● 申込・お問合せ先 ●

### 熊本県生涯学習推進センター (くまもと県民カレッジ事務局)

〒860-8554 熊本市中央区手取本町8番9号

**TEL.096-355-4312 FAX.096-355-4318**

メール: [manabi@k-parea.net](mailto:manabi@k-parea.net)

平日9:00~17:00(土・日・祝日は電話等の対応はできません。)

くまもと県民交流館パレア(テトリアくまもと9・10階)





# 令和4年度(2022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。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、必ず、本リーフレット裏面の【受講条件】並びに【受講における留意事項】をご一読ください。同意できる方のみお申込みいただけます。

## 熊本学(橋)コース 教材費 1,500円

**10:00~11:30** ※5/17・6/21は10:00~11:40  
通学路にあった名もない橋、山奥の苔むした石橋、離島の生活と命を守る橋、観光名所となっている橋、気づかない間に通り過ぎてしまっている橋など、熊本には多くの橋が現存しています。これらの橋には、建設を望んだ地域の人々の期待と希望、建設者の高い技術や志など、秘められた歴史と物語があります。本講座では、橋に込められた期待と希望、その歴史や背景、形や構造から、熊本の橋の魅力について迫ります。

## 熊本の橋 その魅力に迫る ~橋に込めた期待と希望~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	橋のいろは ~橋の構造と形から学ぶ~	熊本大学 名誉教授 崎元 達郎	5/17(火)	会議室1
2	熊本の石橋 その魅力 ~石工の橋づくりに学ぶ~	八代市東陽石匠館 館長 上塚 寿朗	5/24(火)	
3	熊本の離島架橋 ~橋に見る離島振興の期待と希望~	熊本大学 名誉教授 山尾 敏孝	5/31(火)	
4	橋のデザインと景観 ~この橋は主役か脇役か?~	熊本大学大学院 先端科学研究部 特任教授 小林 一郎	6/7(火)	
5	熊本の橋の移り変わり ~清正の長六橋から新阿蘇大橋まで~	熊本大学工業会 常任理事 戸塚 誠司	6/21(火)	

## 眼活コース 教材費 1,200円

**19:00~20:30** ※5/16・6/6は19:00~20:40  
現在、デジタル機器等の普及により、子供から大人までスマートフォンやパソコン等の使用時間が長くなっています。それに伴い、目の疲れに悩む人の数も増えています。本講座は、生活習慣による目の疲労や加齢に伴う目の疾病等について医学的に学ぶとともに、目の疲労や疾病を軽減し、目の健康を長く保つコツについて学ぶことができます。お仕事で目を酷使している方、目の健康に関心がある方、一緒に大切な目を守っていきませんか。

## 疲れ目スッキリ!「眼活」講座 ~健康な目を少しでも長く保つコツ~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	目の疾病を学んで 眼活スタート! ~生活習慣や加齢に伴う目の疾病~	いでた平成眼科クリニック 院長 出田 隆一	5/16(月)	会議室7
2	目からのSOSをつかむ ~目の疾病と初期症状~	眼科こがクリニック 院長 古賀 貴久	5/23(月)	
3	眼精疲労のメカニズムを学ぶ ~不眠、頭痛、肩こりなど体の不調と目の関係~	いでた平成眼科クリニック 検査部長 木下 雄貴	5/30(月)	
4	心と身体を整えて 疲れ目スッキリ! ~目と体をいたわる 生活習慣~	一般社団法人日本ヨーガ療法学会 認定ヨーガ療法士 石田 貴子	6/6(月)	

## 科学技術コース 教材費 1,500円

**19:00~20:30** ※5/18・6/15は19:00~20:40  
「ナノの世界」は、10億分の1メートルという目に見えないとても小さな世界です。そのため、とても遠い存在に感じられますが、実はとても身近な世界なのです。ナノ科学やナノ材料は、医療、食料、環境等、世界の多くの課題を解決する力になるとされており、熊本では、その研究が大変進んでいます。本講座では、身近なものに潜むナノ科学の世界へ招待するとともに、無限の可能性を秘めたフロンティアと言われるナノ科学の最新の研究・開発、今後の展望について学びます。

## 10億分の1メートルの科学 ナノの世界へようこそ ~無限の可能性を秘めたフロンティア~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	10億分の1メートルの科学 ナノの世界へようこそ ~無限の可能性を秘めたフロンティア~	熊本大学大学院 先端科学研究部 教授 高藤 誠	5/18(水)	会議室7
2	新技術、新製品を生み出す ポリマー材料の開発 ~ニースに合わせた分子ブロックの設計~	熊本大学産業ナノマテリアル研究所 教授 國武 雅司	5/25(水)	
3	ナノテクで医療の未来が変わる ~医療用ナノ材料の最前線~	熊本大学大学院 先端科学研究部 助教 桑原 稔	6/1(木)	
4	画期的な新素材 ナノファイバーの開発 ~環境にやさしい、軽量、強靱な セルロースナノファイバー~	熊本県産業技術センター 研究主幹兼室長 永岡 昭二	6/8(木)	
5	昆虫・鳥に見る色(構造色)の秘密 ~光の反射と透過を制御する~	熊本大学大学院 先端科学研究部 教授 高藤 誠	6/15(木)	

## 共生社会コース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※5/20・7/15は14:00~15:40  
現在、互いの「違い」を受容しながら、誰もが能力を発揮し、参画・活躍できる共生社会の実現が強く求められています。本講座では、熊本県における障がい者の生涯学習支援について学びます。各世代(幼児期・学齢期・卒業後の就労支援)の現状について学び、今後の支援の在り方について生かすことができる講座です。

## 共生社会の実現に向けて ~障がい者の成長に合わせた支援~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	多様性が認められる共生社会とは ~一人一人が自分らしく生きる~	熊本県障害者施策推進審議会 会長 今吉 光弘	5/20(金)	会議室7
2	みんなで育つ統合教育を ~就学前におけるインクルーシブ教育~	認定こども園 帯山幼稚園 園長 吉田 精華	6/10(金)	
3	地域に広げる支援の輪 ~学齢期における発達障がい者支援~	熊本県北部発達障がい者支援センター 相談員 木佐貴 奈々	6/24(金)	
4	自分らしく暮らすために ~卒業後の就労支援~	NPO法人KPS000 代表理事 原田 文子	7/8(金)	
5	共生社会の実現にむけて ~みんなで創る 未来の熊本~	熊本県障がい者支援課	7/15(金)	

## 環境コース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※5/17・7/26は14:00~15:40  
最近、新聞やテレビでよく聞くようになった「SDGs」。「Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)」の略称であり、地球環境を保護し、すべての人が平和と豊かさを楽しむことができるようになるための世界の共通目標です。本講座では、環境に関する目標や県内で取り組まれている事例について学びます。あなたも世界の仲間たちとともに、目標達成のために身近なことから取り組んでみませんか。

## わたしにもできるSDGs ~将来に残したい 豊かな熊本の自然~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	世界が取り組むSDGs ~ゲームで学ぶ17の目標~	NPO法人SDGsAssociation熊本 代表理事 神田 みゆき	5/17(火)	会議室7
2	小国町が目指す循環型社会 ~エコエネルギーによるまちづくり~	ネイチャーエナジー小国株式会社 代表取締役 芦刈 義孝	5/31(火)	
3	「環境首都」水保に学ぶ ~持続可能なまちづくり~	水保市総務企画部 市長公室政策調整係	6/28(火)	
4	食品ロス削減プロジェクト ~高校生有志グループの挑戦~	熊本学園大学付属高等学校 NextNexus	7/19(火)	
5	私が取り組むSDGs ~笑顔あふれる世界のために~	NPO法人SDGsAssociation熊本 代表理事 神田 みゆき	7/26(火)	

## 防災・減災コース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※5/18・6/22は14:00~15:40  
全国的に発生している地震や豪雨等の自然災害は、熊本県にも甚大な被害をもたらしました。現在は、防災に関する多くの情報が私たちのまわりに多くあり、防災に対する意識も高まっています。本講座では、自然災害の恐ろしさを決して忘れないために、また、自然災害から学んだことを明日へ「つなぐ」ためにも、防災・減災に対する考え方や本場に必要情報を整理して学びます。家族や地域みんなの命を守るために。

## 家族や地域みんなを守る防災術 ~自然災害から学んだことを明日へ「つなぐ」~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	熊本の自然災害 ~学びを明日へ「つなぐ」~	熊本大学大学院 先端科学研究部 准教授 竹内 裕希子	5/18(水)	会議室1
2	想像力を高めて「もしも」に備える! ~災害対応ゲーム「クロスロード」~	くまもとクロスロード研究会	5/25(水)	
3	「地域のつながりづくり」が命を守る ~住民共助による避難所運営から学ぶ~	西原村議会議員 堀田 直孝	6/1(木)	
4	今すぐにできる「災害への備え」 ~室内の安全対策、備蓄、持ち出し品~	くまもと県民カレッジ認定講師 防災士 松下 智幸	6/15(木)	
5	災害発生時に取るべき行動を整理する ~マイタイムラインの作成~	熊本大学大学院 先端科学研究部 准教授 竹内 裕希子	6/22(木)	

## 子育てコース 教材費 1,500円

**10:00~11:30** ※5/26・7/14は10:00~11:40  
「思春期」。それは子供から大人へと成長する大切な時期です。子供は、身体や心の変化により、人間関係、自己の生き方や、保護者からの自立などに戸惑い悩むものです。本講座では、子供が思春期を迎えたとき、保護者や周囲の大人はどう対応すればよいのかを学びます。私たち大人ができるサポートについて一緒に考えてみませんか。

## 思春期は家族の絆を強くする ~子供を理解し、ともに乗り越える~

回数	内 容	講 師	開催日	会 場
1	「思春期」の正体 ~大人へ近づくと身体と心~	熊本大学 准教授 西川 里織	5/26(木)	会議室2
2	聞いて聴かせて子育ての悩み ~話しましょう♪思春期あるある~	熊本県社会教育課	6/2(木)	
3	子育ては十人十色 ~思春期の子育て事例紹介~	カウンセリングオフィスCARNA 臨床心理士 高野 浩美	6/16(木)	
4	子供たちのイマドキ事情 ~覗いてみましょう♪子供の世界~	熊本市立帯山中学校 教頭 田中 慎一郎	7/7(木)	
5	子育てアップデート作戦! ~思春期コミュニケーションのポイント~	カウンセリングオフィストリフォリア 代表 高澤 信也	7/14(木)	

## バラエティコース 教材費 1,500円

**14:00~15:30** ※6/9・7/14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。本講座では、くまもと県民カレッジ認定講師10名が講師を務めます。それぞれの認定講師の学びや経験をもとに構成される、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家族で野菜育てを楽しみ 健康生活をしよう ②レクリエーションでコミュニケーション	くまもと県民カレッジ認定講師 太田 州保 くまもと県民カレッジ認定講師 岡田 富子	6/9(木)	会議室7
2	③地球を守り隊 菌活で生ゴミ堆肥化隊員募集!! ④もしもの時に!~大切なのは命を守ること~	くまもと県民カレッジ認定講師 國本 聡子 くまもと県民カレッジ認定講師 的場 幸雄	6/16(木)	
3	⑤ブルーベリーの育て方 ⑥笑うこと~命とともに歩む道~	くまもと県民カレッジ認定講師 矢野 博 くまもと県民カレッジ認定講師 宮本 儀子	6/23(木)	
4	⑦米粉ってなに!! ⑧日本の民族衣装を学ぶ「きもの」を紐解く	くまもと県民カレッジ認定講師 福田 信子 くまもと県民カレッジ認定講師 小田 佳生留	7/7(木)	
5	⑨笑顔と感謝で悪性リンパ腫脱出!! ⑩世界遺産いじわるカルタ	くまもと県民カレッジ認定講師 高木 正三 くまもと県民カレッジ認定講師 吉田 紀子	7/14(木)	

## 講師養成コース 教材費 1,500円

**10:00~11:30** ※5/21・6/18は10:00~11:40  
平成25年から続く「講師養成コース」は、くまもと県民カレッジの名物コースです。「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です。今年度の講座では、テーマを「コロナ禍から生まれた講師のカタチ」と題して、コロナ禍で需要が高まっている「オンライン講座」についても取り扱います。「活動の幅を広げたい」「誰かの力になりたい」という方を応援する講座です。

## 講師養成講座2022 ~コロナ禍から生まれた講師のカタチ~

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 ~コロナ禍から生まれた講師のカタチ~	内閣府地域活性化伝道師 三角 幸三	5/21(土)	会議室2
2	魅力的な講座企画のために ~「伝えたいこと」と「求められていること」~	株式会社 談 プランナー 甲斐 由貴	5/28(土)	
3	オンライン講座の実際(準備編) ~運営のために必要な基礎知識~	アビリティスクールマリオネット 代表 村上 奈美	6/4(土)	
4	オンライン講座の実際(実践編) ~講座運営を体験しよう~	アビリティスクールマリオネット 代表 村上 奈美	6/11(土)	
5	分かる・伝わる話し方のコツ	オフィス コミュニケーションプラス 日本視聴こぼれ認定講師 藤井 祥子	6/18(土)	

## パレア おためしコース 教材費 1,500円

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。

回数	内 容
1~5	自分で選んだ講座

【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2日(月)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。

( ) 熊本学(橋)コース	( ) 防災・減災コース
( ) 眼活コース	( ) 子育てコース
( ) 科学技術コース	( ) バラエティコース
( ) 共生社会コース	( ) 講師養成コース
( ) 環境コース	( ) パレアおためしコース

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。

氏名	ふりがな	年齢
住所	(〒 - )	
TEL	-	-
託児申込 ※名前(ひらがな)・年齢(○歳○ヶ月)・性別を記入してください。 ( )		

※申込は、4月22日(金)までに当センターへ必着 ※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。