



バラエティコース

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~

①



明日へ向かって「出発進行」!

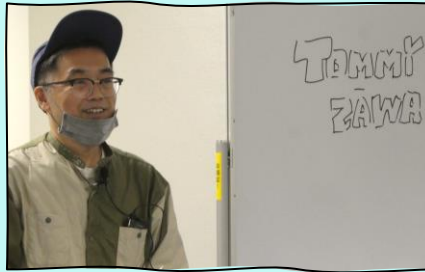
鉄道が好きで、新幹線運転手の夢をつかんだ青春から現在に至るまで、自身の人生をまっすぐなまなざしと熱い想いで語っていただきました。明日への希望を抱かせる、パワーあふれる講義でした。



山本 徳雄 先生

イラストでワクワクを。

簡単なイラストの描き方のレクチャーとイラストを描くことによるストレス軽減の仕方について実際に絵をかいて学びました。講師によって可愛いキャラクターが描かれていき、絵を描く楽しさを知る事ができました。



秋山 努 先生
TOMMY AKIZAWA 先生

②

そろばんで脳トレーニング

そろばんを利用した計算やフラッシュ暗算等、実際に体験しました。現在は電卓の使用が多い中、そろばんの大切さを知る事ができました。脳をフル活用した講座になりました。



池邊 誠 先生

③

自分を再発見! 音楽でおしゃべりしませんか

稲田先生が鍵盤ハーモニカで演奏される懐かしい曲や童謡の音楽を通して脳や口の体操など、運動機能と思考機能を使い、楽しく学びました。笑顔があふれる講座になりました。



稲田 裕子 先生

④



「香り」のおはなし

「におい」のメカニズムと「香り」の様々な種類、アロマセラピーなどの「香り」による作用、ハーブの活用方法についてお話いただきました。実際にハーブを観察する事で、より学びが深まりました。



萩尾 泰宏 先生

⑤

⑥

絵本をとおして 「私・自分」を知る

絵本の読み聞かせを通して、自分の感情を知るワークショップを行いました。
自分自身を見つめなおし、良さを見つける事で、自己肯定感を高めました。
受講生は、素敵なお話に耳を傾けていました。



瀬井
まり子
先生

終活いきいきセミナー

葬祭の事から遺言まで、終活における基礎知識を学びました。

また、家族とのコミュニケーションや思い出を大切に、後悔のない生き方をする心構えもお話いただきました。



山野
博史
先生

⑦

コミュニケーションカアップ術

コミュニケーションのコツとして、あいづちや価値観の違い、相手の話を聞く事を学びました。
ワークショップでは、グループで話合中で、他者の意見を尊重し、認め、自身の意見も認められる事で、お互いを思いやる大切さも知ることができました。

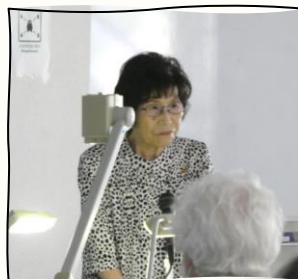


民長
博美
先生

⑧

母に学んだSDGsとしあわせの素

深谷先生が母から学んだ生活の知恵、そして人を笑わせるユーモアの大切さなど、様々なエピソードを交え、お話しいただきました。目まぐるしく変化する現代において温故知新の大切さに気付かされる講義でした。



深谷
良子
先生

⑨

⑩

子どもの心に寄り添う傾聴

傾聴とはなにか、そして、意見を否定せず子どもの心の声に耳を傾け、ネガティブな言葉をポジティブに変えることで、子どもに寄り添う言葉がけと姿勢を学びました。



緒方
清美
先生

▶ 受講生の感想

- ・ 講師の方の貴重な人生のお話も聞けて大変勉強になりました。
- ・ 新しい発見、気づきがあり、大変有意義な時間を過ごすことができました。
- ・ 最初の日、おとなりに座られた方と仲良くなりました。毎回すてきな講座で良かったです。