

# あすなろ悠々塾

- ・受講無料
- ・要申込み
- ・希望講座のみ受講可

あすなろ悠々塾は  
県民の方々が生涯学習などに基づく研究成果を  
講師として発表する自主企画講座です。(全25講座)



## 5月開催講座 申込受付：4月7日(月)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演題	(単位) 定員
1	5/10 (土)	14:00 15:30	小坂 宗義	<b>住まいの修繕や片付けなどの維持管理方法</b> 地震による建物の修繕方法から室内の片付けまで、住まいの維持管理方法について、建築実務者の観点からご紹介します。★グループ活動あり	(2) 45
2	5/28 (水)	14:00 15:30	砂田 武嗣	<b>前田氏百万石への階段 ～能登三大合戦と利家の能登統治～</b> 棚木、石動山・荒山、末森の能登三大合戦と利家の能登統治とを絡めながら、具体的史料をふまえ実態に迫ります。	(2) 45

## 6月開催講座 申込受付：5月1日(木)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演題	(単位) 定員
3	6/5 (木)	14:00 15:30	三宅 幹夫	<b>進化する九谷焼～新しい透明赤絵具の開発を通じて</b> ナノテクノロジーによって、金ナノ粒子を自在に操る研究成果を応用した九谷焼赤絵具の開発と、科学の力を借りて伝統工芸九谷焼が進化し続ける様をお伝えします。	(2) 45
4	6/12 (木)	14:00 15:30	雄谷 栄子	<b>初心者のためのアイスコーヒー講座</b> アイスコーヒーを豆から淹れてみましょう。そして苦くない爽やかなアイスコーヒーも体験しましょう。あなたの新しい“好き”が見つかるかも！ <b>準備物 コーヒー豆代 300円</b>	(2) 20
5	6/19 (木)	14:00 15:30	上村 彰	<b>オカリナで健体康心</b> 土で作られた笛、オカリナ。講師の演奏する優しい音色を楽しみながら、健(すこ)やかな体と康(やす)らかな心を養いましょう。	(2) 45
6	6/25 (水)	14:00 15:30	日尾 章	<b>ランの不思議</b> ランの不思議な構造や魅力、種類の多さや植物界におけるランの位置づけなどに加え、ランの育て方にも触れます。	(2) 45
7	6/30 (月)	14:00 15:30	松崎 洋子	<b>孫は天才！才能開花には？祖父母の役割とは？</b> 5才までを最重要視し、体・脳の成長に合わせた育児方法をお伝えします。祖父母としてのよりよい関わり方について、考えてみませんか？★グループ活動あり	(2) 45

## 7月開催講座 申込受付：6月2日(月)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演 題	(単位) 定員
8	7/17 (木)	14:00 15:30	大刀 祢 聖史	<b>北国街道「近世の旅と街道の宿」</b> 藩政期の北国街道の起こりとは？人馬継立（じんばつぎたて）とは？現在の道の向こうに透け見える各駅をひとつづつ辿りながら、当時の旅に思いを馳せてみませんか。	(2) 45
9	7/24 (木)	14:00 15:30	三隅 美和子	<b>点訳と朗読から学んだこと「出会い」</b> あたりまえがあたりまえではないこと。点字体験や朗読を通して、人や自然・鳥・動物などとの「出会い」に感じ、心豊かになれることをお伝えできればと思います。	(2) 45

## 8月開催講座 申込受付：7月1日(火)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演 題	(単位) 定員
10	8/1 (金)	14:00 15:30	中田 有博	<b>人生を楽しめば、介護がうまくいく！</b> 認知症のある家族との関わり方に悩んでいませんか？記憶のしくみや早期発見のヒント、長期介護を乗り切る秘訣「3つの感」など、講師の介護体験を交えてお伝えします。	(2) 45
11	8/7 (木)	14:00 15:30	倉元 昭彦	<b>がん防災を学ぶ！～がんを知り、がんに備えましょう</b> 生涯で2人に1人ががんにかかる時代です。備えていますか？“がんは怖い”というイメージを払拭し、がんを正しく知って備える「がん防災」について学びましょう！	(2) 45
12	8/27 (水)	14:00 15:30	塚本 茂樹	<b>自分をより良く知って、人と上手く付き合おう！</b> 交流分析というコミュニケーション心理学に触れ、自分のパーソナリティをグラフ化して強み・弱みを知り、人とより良く付き合うヒントをつかみます。★グループ活動あり	(2) 45
13	8/30 (土)	14:00 15:30	蔵 都	<b>ゴキゲン人生を過ごすために ～自分の取扱説明書を作りましょう～</b> 経験を意味づけして見えてくる気づきを言語化することでゴキゲン人生にしていきましょう!!★グループ活動あり	(2) 45

## 9月開催講座 申込受付：8月1日(金)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演 題	(単位) 定員
14	9/2 (火)	14:00 15:30	岸 弘市	<b>人生100年時代～健康長寿で楽しく生きる～</b> 今日の超長寿社会において、高齢者が楽しく生きがいを持って自立した人生を生きていくために、健康長寿の秘訣について考えてみましょう。★グループ活動あり	(2) 45
15	9/11 (木)	14:00 15:30	田中 由美子	<b>スッキリ暮らす整理収納の基本～防災・減災の視点～</b> 整理収納とは何か？そのメリットや片付けの正しい手順を知り、実際に家庭で活かせるように、防災・減災を意識した整理収納の考え方を学びます。	(2) 45
16	9/24 (水)	14:00 15:30	山本 哲夫	<b>ウェルビーイング（永く続く幸せ）実践</b> 幸せって何でしょう。自分ではどうしようもない物事にどう対処していけばいいのか。意識を変え、視点を変えることで新たな幸せが見えてきます。★グループ活動あり	(2) 45

## 10月開催講座 申込受付：9月1日(月)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演 題	(単位) 定員
17	10/3 (金)	14:00 15:30	末村 春男	<b>物流インフラの要所、金沢港の姿とその仕組み</b> クルーズ船ばかりではない金沢港。その機能と役割、港湾行政の現状から将来ビジョンまで、世界の潮流に影響される物流インフラ金沢港の現状を解説します。	(2) 45
18	10/7 (火)	14:00 15:30	竹下 知子	<b>認知症の現状と予防・対策</b> 認知症の基礎知識と、日常に起こりうる様々な場面から認知症につながる要因、その予防・対策等をお伝えします。 ★軽く運動します。動きやすい服装、靴でお越しくください。	(2) 45
19	10/15 (水)	14:00 15:30	西屋 馨	<b>トキ復活？2026年度、能登半島にトキ放鳥決定</b> 2026年度に、能登半島でもトキ放鳥が決定しましたが、一旦絶滅したトキを復活させるための歴史、石川県とトキとの関係、トキから学ぶ生息環境の悪化等を解説します。	(2) 45
20	10/22 (水)	14:00 15:30	後藤 朗	<b>平安時代の和歌、特に「恋の歌」について</b> 日本の古典文学において重要な位置を占める和歌（やまとうた）。藤原俊成や定家に触れながら、特に「恋の歌」に焦点を当て、理解を深めていきます。	(2) 45
21	10/30 (木)	14:00 15:30	渋谷 夏代	<b>色で広がるコミュニケーションで元気にいきいきと！</b> リラックスのぬり絵と色彩の効果、配色テクニックを学び、暮らしやビジネスに活かしましょう。 <b>準備物 色鉛筆</b>	(2) 45

## 11月開催講座 申込受付：10月1日(水)～講座前日

番号	実施日	開始時刻 終了時刻	講師氏名	演 題	(単位) 定員
22	11/6 (木)	14:00 15:30	野村 泰裕	<b>世界の国旗</b> 色とりどりで華やかな世界の国旗を、色やデザインで分類してみると、その国の特徴や住んでいる人々の考え方に触れることができます。世界の見方が「国旗」で変わります。	(2) 45
23	11/11 (火)	14:00 15:30	西本 宗之助	<b>日々是「好日」</b> 人生高齢化時代と言われる今日、日々身の回りで生じている様々なことを新しく発見し、従来と異なる視点でとらえ、暮らしを楽しむ方法を考えてみませんか。	(2) 45
24	11/18 (火)	14:00 15:30	安谷 英記子	<b>6つのタイプ別コミュニケーション講座</b> 人はそれぞれ捉え方や感じ方が違うもの。自分らしさと相手の特性を知り、人間関係がもっと楽になるヒントを学びましょう。★グループ活動あり	(2) 45
25	11/26 (水)	14:00 15:30	谷口 和男	<b>台湾近代化に貢献した日本人と台湾を救った将軍</b> 広い不毛地帯を農地に変えた金沢出身磯田謙雄。中国からの攻撃を勝利に導いた根本博将軍。近代化に貢献した後藤進平、新渡戸稲造、浜野弥一郎、磯栄吉等を紹介します。	(2) 45

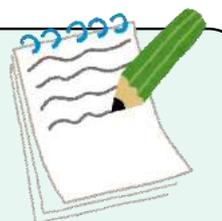
### お申込み方法

電話で下記①～③をおしらせください。(受付時間：平日9時～17時)

①お名前(ふりがな) ②電話番号 ③希望の講座名

TEL: 076-223-9572 (県立生涯学習センター 社会教育グループ)

※詳しくは最終頁をごらんください。



# 「あすなろ悠々塾」受講申込み等について

■お申込み 電話で下記①～③をお伝えください。(受付時間：平日9時～17時)

076-223-9572 (石川県立生涯学習センター 社会教育グループ)

①お名前(ふりがな) ②電話番号 ③希望の講座名

※受付期間 5月開催分：4月7日(月)～ 9月開催分：8月1日(金)～  
6月開催分：5月1日(木)～ 10月開催分：9月1日(月)～  
7月開催分：6月2日(月)～ 11月開催分：10月1日(水)～  
8月開催分：7月1日(火)～

～ 講座前日まで

※定員に達し次第、締め切ります。

※応募者が5名に達しない場合は、中止となります。(中止の場合、電話でご連絡します。)

※開催の都合上、必ず事前にお申し込みの上、受講願います。

※申込をキャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

■会場 石川県立生涯学習センター中2階 まなびすとルーム ほか(金沢市石引4-17-1)

■石川県民大学校単位 1回の受講につき2単位を修得できます。

## 石川県民大学校とは

県民が「いつでも」「どこでも」学べる生涯学習システムです。市町、大学、民間教育機関などと連携して、県内全域でさまざまな学習の機会を提供しています。

### 講座申込

受けたい講座を選び直接実施機関に申込み

### 講座受講

受講後「学びカード」を提示しスタンプ(受講印)押印

### 学びカード提出

45単位修得後、事務局に提出

### 修了認定

提出後の翌年度に修了証書が交付

石川県民大学校の詳細については、公民館や図書館などの生涯学習施設や県立生涯学習センターに配布されている「いしかわ県民大学校受講案内」をご覧ください。



### 〈会場へのアクセス〉

※ 金沢駅、香林坊等から小立野方面行きバスで

「出羽町」下車、徒歩3分

※ ふらっとバス(菊川ルート)で「本多の森ホール」下車

※ 本センター向かいに石引駐車場(有料)があります。できるだけ公共交通機関にてご来場ください。

■問合せ先

〒920-0935 金沢市石引4丁目17番1号  
石川県立生涯学習センター 社会教育グループ

TEL 076-223-9572

URL <https://www.pref.ishikawa.lg.jp/shakyo-c/>