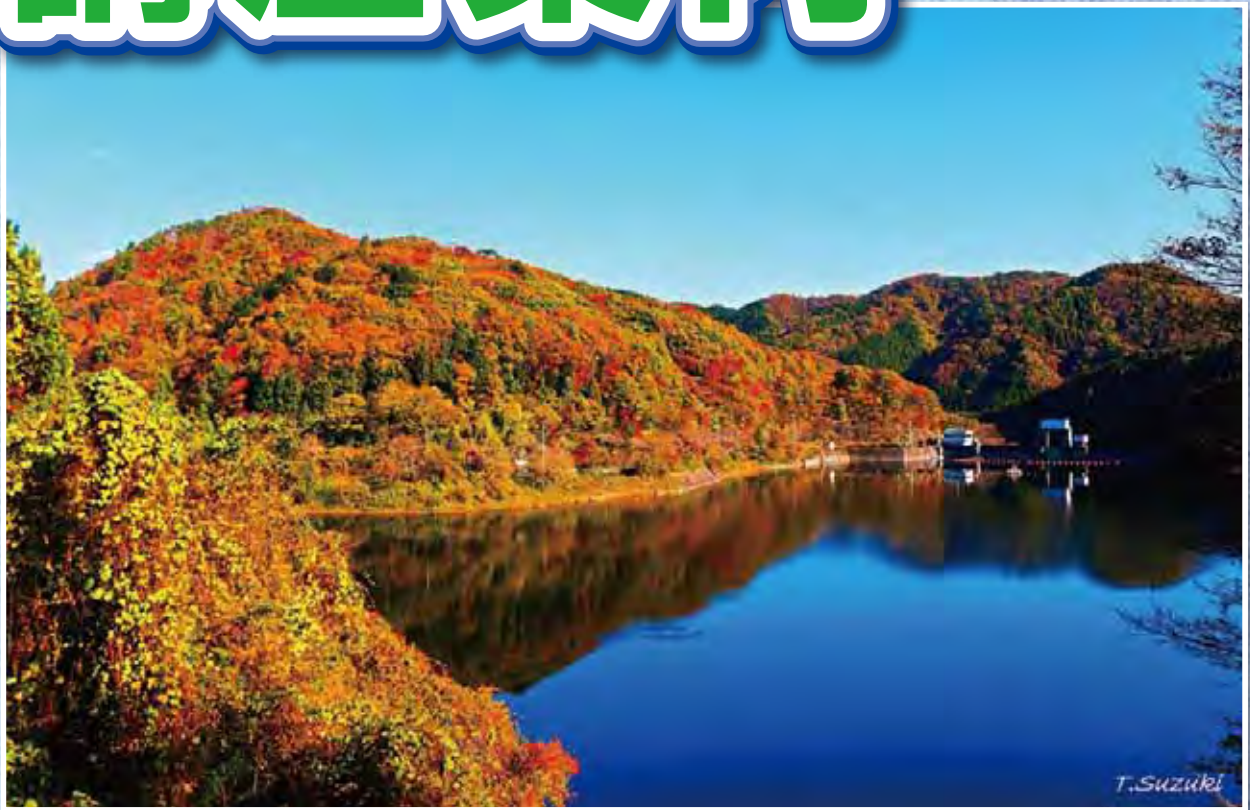


平成28年度

茨城県県南生涯学習センター



講座案内



茨城県弘道館アカデミー 県民大学講座(後期)・天章堂講座

火	午前	○ 未来に残す「自分史」「家族史」「地域史」～現代のアルバム～ ○ 霊峰筑波山から万葉集を読み解く ～万葉歌の魅力と意外性～ (会場：つくば市) ○ 城めぐり入門2
	夜間	○ ストレスケアでリフレッシュ
水	午後	○ 昭和の時代とポピュラー音楽 ～歌は世につれ世は歌につれ～ ○ 第二の脳「腸」を整え健康に！ ○ 奈良の寺と仏 ～法隆寺と聖徳太子～ (会場：取手市)
木	午前	○ ちょっと気になる子を理解するために ～発達障害の理解と支援～
	午後	○ 微生物の驚きの話 ～地球を作った見えない巨人～
金	午後	○ 三国志の世界
土	午後	○ 遺跡にみる茨城県の魅力 (会場：阿見町)

県民大学講座（後期） 募集期間 平成28年8月2日(火)～9月6日(火)

1 未来に残す「自分史」「家族史」「地域史」 ～現代のアルバム～

曜日 火曜日 時間 10:00 ～ 12:00 回数 10回 受講料 ¥5,000 講師 常磐大学 教授 坂井 知志

芸術・歴史・文化コース

私たちは、楽しい思い出、悲しい出来事等を繰り返し歩んできた。その記憶をどのように、未来へとつなげるのかを考え学ぶ。

自分史については、生誕から現在までの各自の資料を収集することからはじめ、続いて家族史は、自らのルーツに遡り、地域史は、何を残すのかについて考え、まとめる方法を修得する。

現在のデジタルアルバムの脆弱性についても理解して、将来の自らの想いを伝える方法についても学び現代のアルバムを作成します。

- 10/4 自分史①：自分の記憶を記録するための資料集め
- 11/1 自分史②：自分史の作成方法 何を大切にしてきたのかの記録
- 11/8 デジタル写真等はそのままでは、30年後には利用できなくなる？
どうすれば100年後にも伝えられるのか。
- 11/22 家族史①：家族の記憶を記録するための資料集め
- 12/6 家族史②：家族史の作成方法 家族の絆の記録方法
- 12/20 家族史③：マスコミから学ぶ家族史の記録方法
- 1/24 プロの記憶の記録方法
- 2/7 地域史①：地域の記録を作成する意味
- 2/21 地域史②：地域が作る地域の記録方法
- 3/1 まとめ：このままでは、自分も家族も地域もなかったことになる？

2 昭和の時代とポピュラー音楽 ～歌は世につれ世は歌につれ～

曜日 水曜日 時間 14:00 ～ 16:00 回数 10回 受講料 ¥5,000 講師 茨城大学 名誉教授 佐々木 寛司

芸術・歴史・文化コース

「昭和」の時代が終わってからはや四半世紀が過ぎ、「歴史」としてこの時代を考えるには十分な時間が経過しました。しかし、ある世代以上の方々にとっての「昭和」とは、たんなる「歴史」以上に「同時代史」としての意味もあるようです。本講座では、この「昭和」という時代を政治や社会の面から取り上げるとともに、その当時に流行したポピュラー音楽や流行語などにも触れ、「昭和」の世相の移り変わりにも目を向けながら、あらためて「昭和」という時代を振り返ってみたいと考えています。



- 10/5 昭和戦前期の社会とポピュラー音楽 ～戦後ポップスの原点～
- 10/19 戦後史のはじまりとアメリカニズムの流行(1945年～50年代前半)
～リンゴの唄・星の流れにとアメリカン・ミュージック＝ジャズ～
■ギター独奏でのスタンダードジャズを聴いてみよう！(ギター：西脇 得夫)
- 11/9 アメリカの時代と戦後日本(1950年代後半)
～若者文化の幕開けとロックンロール～
■ロックンロールの原点＝黒人ブルースを聴こう！(ギター：カーチス 福田)
- 11/30 日本の独立と60年安保(1960年前後)
～歌謡曲とアメリカンポップスと映画音楽～
- 12/14 高度経済成長期の日本社会Ⅰ(1960年代中葉)
～エレキ時代の幕開けとビートルズ革命～
- 12/21 ロックンロールの歴史を振り返る(1950年代中葉～1960年代中葉)
～プレスリー→アメリカンポップス→ビートルズ～
■バンド演奏でロックンロール・ヒストリー！
(ギター：飯田 政文・小林 武雄 ベース：石田 寿治 ドラム：櫻村 誠)
- 1/11 高度成長期の日本社会Ⅱ(1960年代後半①)
～欧米のロック革命と日本ロック界の低迷～
- 1/25 政治の季節(1960年代後半②) ～フォーク・ブームの到来～
■フォーク・ソングを生で聴こう！(ギター：小野 和子)
- 2/8 政治の季節の終焉(1970年代前半)
～ニュー・ミュージックとJロックの世界～
■みんなで歌おう！～青春歌謡・GS・フォーク等々～
- 2/22 昭和の終焉と冷戦構造の終結(1970年代後半～1980年代)
～ロック・ポピュラー音楽の行方～
■オリジナル・ソングを楽しもう！(ギター：川崎 明)

③ 第二の脳「腸」を整え健康に！

健康・環境コース

曜日 水曜日

時間 14:00 ～ 16:00

回数 5 回

受講料 ¥3,000

講師 つくば国際大学 教授 武 敏子

つくば国際大学 教授 杉野 一行

つくば国際大学 教授 吉田 恵子

つくば国際大学 教授 熊田 薫



腸は単に消化吸收の機能を果たしているだけでなく、免疫系や神経系、内分泌系において脳と深く関係して、これらは健康と大きくかかわってきます。第二の脳といわれる腸について色々な角度から、まずは腸にやさしい食品の摂り方、続いて腸の構造、機能と脳との関係について、腸内細菌、腸内フローラの話、腸内環境を整える食事と調理法、腸を元気にする食事の摂り方など、それぞれ専門家が、日々の健康のためにお役に立つお話をいたします。

10/19 腸と健康 ～腸にやさしい食品の摂り方～

武 敏子

11/2 第二の脳「腸」の働きってなに？

杉野 一行

11/16 腸内環境を整えるにはサプリメントそれとも食事？

吉田 恵子

11/30 とても大事な腸内細菌って、なに？

熊田 薫

12/14 腸内環境を整え健康に！

武 敏子

④ ちょっと気になる子を理解するために ～発達障害の理解と支援～

社会・教育・福祉コース

曜日 木曜日

時間 10:00 ～ 12:00

回数 5 回

受講料 ¥3,000

講師 筑波メディカルセンター 小児科医 齋藤 久子

臨床心理士 森本 純代

茨城県立土浦市特別支援学校教諭 臨床発達心理士スーパーバイザー 加来 慎也

茨城県立こころの医療センター副院長 堀 孝文

茨城県発達障害者支援センター就労支援担当 野口 昇子



発達障害者支援法が施行され11年が経過し、「発達障害」が社会の中に広く認知されるようになった今、「発達障害」は「子ども」だけの問題ではなく、成人期においてもその特性が故に、様々な生活上の困難を抱え、理解と支援を求めている人たちの存在がクローズアップされてきています。

そのような現代社会において、私たちの身近な社会の中で、各ライフステージにおける発達障害への支援がどのように展開されているのか、現状の課題は何なのか、これから目指すべきところはなんなのか等について、各ライフステージにおいて支援の現場で向き合っている方々を講師陣に迎え、「発達障害支援の今」を発信していただきます。

10/6 概論『発達障害とは』

齋藤 久子

11/24 幼児期『子どもの気になる行動の気づきと療育・子育て支援』

森本 純代

12/15 学童期『小・中・高等学校における特別支援教育の現状』

加来 慎也

1/19 大人の発達障害PART I 『成人期の診断と二次的障害について』

堀 孝文

2/9 大人の発達障害PART II 『就労・社会参加への道』

野口 昇子

協力：茨城県発達障害者支援センター

⑤ 微生物の驚きの話 ～地球を作った見えない巨人～

産業・技術・科学コース

曜日 木曜日

時間 14:00 ～ 16:00

回数 10 回

受講料 ¥5,000

講師 国立科学博物館グループ長 細矢 剛

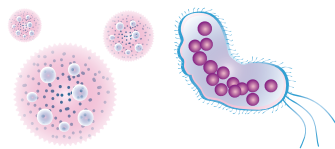
筑波大学 准教授 岡根 裕一

筑波大学 教授 山岡 義輝

筑波大学 准教授 橋本 直樹

筑波大学 教授 高谷 暢彦

筑波大学 教授 野村 暢彦



私たちの身の回りには、バクテリア、カビ、酵母など、たくさんの様々な微生物が存在しています。微生物は菌類として、また植物や動物の病原菌としていやがられることが多いですが、実は、植物や動物が生きていくために不可欠な微生物もたくさん存在します。また、これらの微生物を利用し、酒や納豆、ヨーグルトなどの発酵食品を始め、医薬品、農薬、酵素などの製造に、さらには環境浄化に利用されるなど、私たちの生活に欠かせない存在になっています。この講座では、様々な微生物の自然界での役割、生物同士の相互関係、私たちの暮らしとの関わりについて紹介します。

10/6 微生物の種類

細矢 剛

10/13 菌類の暮らしと役割

細矢 剛

10/20 植物と関わって生きる菌類たちー病原菌ー

岡根 泉

11/3 植物と関わって生きる菌類たちー共生菌ー

岡根 泉

11/10 菌類と昆虫の相互関係

山岡 裕一

11/17 食を支える微生物～発酵食品・お酒

橋本 義輝

11/24 暮らしに役立つ微生物～酵素、バイオテクノロジー

橋本 義輝

12/1 健康を守る微生物～薬 役立つ微生物を探すには？

高谷 直樹

12/8 地球を支える微生物～環境問題、バイオマス

高谷 直樹

12/15 集団で働く微生物パワー まとめ

野村 暢彦

天章堂講座 募集期間 平成28年8月2日(火)～9月6日(火)

⑥ ストレスケアでリフレッシュ

曜日 火曜日 時間 18:30 ～ 20:00 回数 7回 定員 35名 受講料 ¥3,150

講師 水戸メンタルクリニック心理部部長 岡田 真ノ典
PFAピラティスインストラクター 荒井 浩子
社会人落語家 斎須 博
笑いヨガリーダー、石岡笑いクラブ代表 高津 利久

目に見えないストレスはいつの間にか蓄積し、私たちの生活の質を低下させます。本講座では、自身のストレスの原因を知り、運動や笑いをとおしたストレス解消法を体験することで、自分に合ったストレスへの対処法を見つけてもらいたいと思います。

初回と最終回は、心理学の観点からストレスの原因やその対処法を学びます。2～3回目は呼吸に合わせて体幹を鍛え、全身のバランスを整えるエクササイズであるピラティスを体験。

4回目は、社会人落語家による落語教室で実際に笑いを体験し、5～6回目は、笑いの体操とヨガの呼吸法を取り入れた笑いヨガにより、自発的に笑うことによるストレス解消法を体験します。家庭でできる簡単なエクササイズや笑いの効果を体験することで、日常生活をより生き生きするための方法を提供します。

10/4 ストレスとは何か ～自分のストレスと向き合う～
ストレスが心身に与える影響とは

岡田 真ノ典

10/18 心とカラダをリフレッシュさせるピラティス

荒井 浩子

10/25 姿勢改善・体質改善ピラティス

荒井 浩子

11/1 落語から学ぶ笑いの効果

斎須 博

11/8 笑いヨガ基礎 ～ヨガの呼吸法を取り入れた笑いヨガ体験～

高津 利久

11/15 笑いヨガでリフレッシュ ～自宅のできる笑いヨガ～

高津 利久

11/22 まとめ ～セルフストレスケアについて～

ストレスをためない、ストレスに強くなる方法の実践

岡田 真ノ典

※準備物：運動できる服装、ヨガマット（または大判のタオル）
※保険代別途 200 円かかります。

⑦ 城めぐり入門2

曜日 火曜日 時間 10:00 ～ 12:00 回数 5回 受講料 ¥3,000 講師 城郭ライター、編集者(フリー) 萩原 さちこ

城めぐりを10倍楽しむための入門講座です。今回は戦国時代の城(中世城郭)にスポットを当て、当時の背景から城の構造、城をめぐる戦い、城の守り方、城の変化などを解説します。実際の城めぐりに役立つ城の見方や鑑賞のコツなどもとりあげながら事例をもとにお話します。

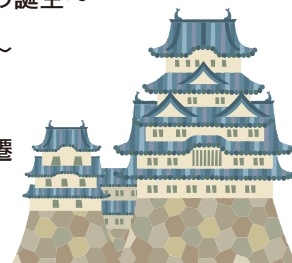
12/13 城の歴史と種類～城のはじまりから天守の誕生～

12/27 戦国の城の特徴～山城の見方、楽しみ方～

1/17 地形・立地から探る 戦国の城と戦い

1/31 争奪戦から読む城をめぐる戦いと城の変遷

2/14 東日本の名城



⑧ 三国志の世界

曜日 金曜日 時間 14:00 ～ 16:00 回数 8回 受講料 ¥4,800 講師 都留文科大学文学部 教授 寺門 日出男

今回は三国志を取り上げます。一般にいわゆる三国志とは、『三国志演義』という後世に作られた小説で、正史『三国志』と違うところが多々あります。この講座では、魏・呉・蜀三国が覇権を争うに至った時代背景や、『三国志』と『三国志演義』の相違、英雄たちの実像、さらには『三国志演義』の文学性等、様々な視点から両書の魅力にせまります。

10/7 『三国志』と『三国志演義』

10/21 後漢末の世相

11/4 黄巾の乱

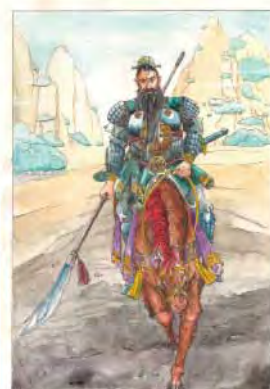
11/18 乱世の奸雄

12/2 三顧の礼

12/16 赤壁の戦い

1/13 星落つ秋風五丈原

1/27 三国志と日本文化



県民大学・天章堂講座 市町村サテライト事業

9 霊峰筑波山から万葉集を読み解く ～万葉歌の魅力と意外性～ つくば市開催講座

曜日 火曜日

時間 10:00 ～ 12:00

回数 10回

受講料 ¥5,000

講師 萬葉学会会員 布浦 万代

芸術・歴史・文化コース

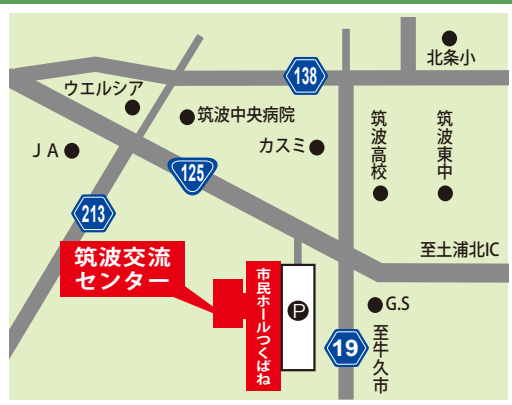
茨城県は万葉集と深い関わりをもつ県の1つです。水戸光圀は万葉集を重要視し、契沖に「万葉代匠記」の編纂を命じ、詳細な注釈書を完成させています。

万葉集の最初の実証的研究書であり、現在もお研究者にとって重要な書となっています。万葉集は1首の歌から、当時の人々の生き方や文化・政治・経済・外交等々を紐解くことが出来、古代日本の生き証人でもあります。常陸国には筑波山を中心とした歌が数多く残されています。現代人が忘れかけた心の世界を辿りながら、魅力ある万葉集の歌やその意外性を読み解きます。

- 10/4 万葉集へのいざない
- 10/18 絹の里と燿歌曾の山
- 11/15 防人と筑波嶺
- 11/29 万葉集にみる筑波山周辺の暮らし（現地研修：筑波山神社歌碑巡り）
- 12/6 第二次世界大戦と万葉集
- 12/20 かぎろひの立つ見えて
- 1/10 あらたしき年の初め
- 1/24 遣唐使と万葉集
- 2/7 紫のにほへる人妻ゆゑに
- 2/21 もうひとつの万葉集



会場：筑波交流センター（つくば市北条5060）



バス：つくばバス小田シャトル下り つくばセンター→筑波交流センター

※現地研修は現地集合・現地解散です。
※保険代別途 50 円かかります。

10 遺跡にみる茨城県の魅力 阿見町開催講座

曜日 土曜日

時間 14:00 ～ 16:00

回数 8回

定員 50名

受講料 ¥4,800

講師 筑波学院大学 非常勤講師 千葉 隆司

茨城県は、全国で有数の遺跡数を誇る地域です。それらの遺跡には、発掘調査によって人類の営みが明らかにされたものがあり、現代に生きる我々に時代を超えて様々な当時の情報を伝えてくれます。

さらに遺跡や遺物には、茨城県の魅力を物語るものがあり、その魅力とは、豊かな自然に育まれる多くの産業やその産物です。

茨城に生きた先人の知恵と努力の結晶である茨城県の魅力を遺跡から学んでみませんか。

- 11/19 茨城の豊かな自然の恵み
- 12/3 陸平貝塚の縄文人（現地見学：美浦村）
- 12/17 八百万の神と精神文化
- 1/7 織物産業と常世国
- 1/21 7人の国造と古墳文化
- 2/4 東海道の終点の常陸国府
- 2/18 中世の鋳物と石材の産業
- 3/4 江戸を支えた茨城の産物

※現地研修は現地集合・現地解散です。
※保険代別途 50 円かかります。

会場：阿見町中央公民館（阿見町若栗1886-1）



11 奈良の寺と仏 ～法隆寺と聖徳太子～ 取手市開催講座

曜日 水曜日

時間 14:00 ～ 16:00

回数 5回

定員 80名

受講料 ¥3,000

講師 筑波大学 名誉教授 根本 誠二

かつて飛鳥京・藤原京、さらには平城京が所在していた奈良県には多くの寺々（てら）が所在し、多くの仏像（ほとけ）が安置され、その多くが重要文化財や国宝に指定されています。近年では世界遺産として多くの人々によって、後世に伝える努力がなされています。本講座は、こうした取り組みへの理解を共有し、“ジックリ”と寺々を巡り歩くことの楽しみを受講生の方々と“ユックリ”と考えるために計画されたもので、飛鳥京と平安京の中間点に位置する世界遺産の寺、法隆寺をテーマとしました。そして、法隆寺の創建にかかわり、私たちの生活で身近に見聞か聖徳太子の足跡もあわせてのびたいと思います。

さらには、法隆寺の歴史には、創建以来の人々の生活の跡が、色濃く感じられるということも、皆さんで分かち合います。

- 10/5 飛鳥斑鳩の寺々と法隆寺
- 10/26 聖徳太子と仏教
- 11/9 法隆寺の創建と再建
- 11/30 夢殿の創建と行信
- 12/21 法隆寺の日本史



会場：取手ウェルネスプラザ（取手市新町2-5-25）



※駐車場はすべて有料で限りがあります。
公共の交通機関のご利用をお願いいたします。

平成28年度 東日本大震災復興支援講演会

大規模災害に向かい合う 犠牲者ゼロの地域づくり



講師
群馬大学大学院教授
広域首都圏防災研究センター長
片田 敏孝氏
(防災功労者内閣総理大臣表彰
「釜石の奇跡」)



日時

9月10日(土) 13:30～15:00 (13:00 開場)

会場

茨城県県南生涯学習センター 多目的ホール

※土浦市営駅東駐車場・駅西駐車場・駅西口地下駐輪場をご利用のみ駐車回数券の補助をいたします(1時間半上限)。

申込方法

7月26日(火) 9:00～電話受付

定員

400名(先着順) ※座席に空きがある場合のみ当日受付可。

【東日本大震災復興支援写真展】

8月12日～9月14日 場所：茨城県県南生涯学習センター・ホワイエ(観覧無料)



平成28年度 生涯学習ネットワークフォーラム

アニメ × まちづくり ～アニまちフォーラム2016～

平成**28年11月27日(日)**

第1部／10:00～11:30 (開場 9:30～)

第2部／13:00～15:00 (開場12:30～)

会場：茨城県県南生涯学習センター
(土浦市大和町9-1ウラビル5階)

参加費：無料

申込方法：10月20日(木) 9:00～ 電話受付

定員：400名(先着順)

第1部／講演会：「『ガルバン』から学ぶまちづくり」
講師：常盤 良彦 (大洗まいわい市場代表取締役)

第2部／事例発表&シンポジウム

- ・イベントの企画と地域ボランティアの関わり
 - ・アニメ『あの花』から学ぶアニメツーリズムの流れ
- コーディネーター：常盤 良彦
シンポジスト：大里 明 (大洗町商工会青年部部長)
中島 学 (秩父市産業観光部観光課)

お申込み・お問合せ

茨城県県南生涯学習センター TEL：029-826-1101
(9:00～17:00 / 月曜日休館・祝日の場合はその翌日)

平成28年度 ウララ講演会

心理カウンセラー ひすいこたろうの

**視点が変われば人生が変わる。
3秒でハッピーになる名言セラピー**

日 時：2016年9月25日(日) 14:00～(13:00開場)

会 場：茨城県県南生涯学習センター 多目的ホール

参加費：無料

申込方法：8月20日(日) 9:00～ 電話・来所受付

定 員：400名(先着順)

平成28年度

まなびフェスタ

会場：茨城県県南生涯学習センター (土浦駅西口徒歩3分)

入 場 無 料

平成28年10月29日(土)・30日(日)の2日間

ダンス・演劇・音楽・絵画・書道・工作など、日頃の学習を発表する祭典
おもしろ理科先生デモンストレーション

平成28年度 生涯学習講演会

あの あま たつ

天気の人 天達 武史 がやってくる!

「自然災害と気象災害への備え」

日 時：平成28年12月10日(土)
14:00～15:40 (13:20開場)

会 場：茨城県県南生涯学習センター 多目的ホール

参加費：無料

申込方法：11月24日(木) 9:00～ 電話受付

定 員：400名(先着順)



県民大学・天章堂 講座受講申込のてびき

申 込 期 間

平成28年8月2日(火) 9:00～9月6日(火) 17:00

申 込 方 法

下記の方法でお申しいただけます。(一度に複数講座のお申込が可能です。)

1 お電話 受付時間 9:00～17:00 Tel 029-826-1722 (相談コーナー) ※月曜日休館

2 通常はがき

※通常はがきでお申し込みください。
(往復はがき不可)

※料金不足にご注意ください。

※9月6日当日消印有効。

記入例(表)

記入例(裏)

52	3000036
土浦市大和町9番1号 ウララビル5階	
茨城県県南生涯学習センター 講座担当 行	

- ①受講カードNo.
※受講カードをお持ちの方
- ②ご希望の講座番号・講座名
※複数申込可
- ③郵便番号・住所
- ④氏名(フリガナ)・性別・
生年月日
- ⑤電話番号(携帯電話可)
- ⑥託児希望 ※要予約
託児希望される方は、お子様の
名前(フリガナ)・性別・
年齢をご記入ください。

3 来所 受講カードをお持ちの方はご持参ください。

4 講座申込専用メール

※当センターホームページの講座申込専用のフォームからお申しください。それ以外は
受付けておりません。

※受付確認メールが3日以内に届かない場合は、必ず電話でお問合せください。

5「茨城の生涯学習」のホームページ

<http://www.gakusyu.pref.ibaraki.jp/> (茨城県生涯学習情報提供システム)

受講者の決定

- (1) 定員を上回った講座は当センターのシステムで厳正な抽選をし受講者を決定します。
- (2) 申込者には当落にかかわらず、結果を9月20日までに郵送にて通知いたします。
- (3) 受講者決定通知書(払込取扱票付)は複数の講座分を一括して封書にて送付いたします。

受講料等

- (1) 受講料は前納制となります。決定通知書に同封した払込取扱票により、初回講座の1週間前
までにお支払いください。
- (2) 受講料納入後は、原則として返金できません。講座詳細を十分にご確認の上、お申しください。

受講カード
について

- (1) 出席手続き、出席実績の照会及び次回以降の講座受講申込手続き等に使用する受講カード
を発行しております。(500円 デポジット)
- (2) 受講カード発行時に預り金(デポジット) 500円をお支払いいただきますが、カード返却
時に返金いたします。
- (3) 1人1枚の専用カードで、県南生涯学習センター主催の各種講座に共通でご利用できます。

そ の 他

- (1) 天候及び講師の病気等、やむをえない事情
で講座の日程が変更になることがあります。
- (2) 開講式は各講座の第1回目に行います。
なお、詳細は受講者決定通知書でご連絡
いたします。
- (3) 3歳から就学前までの託児を行っており
ます。(要予約、夜間講座不可)
- (4) お申込の際にいただいた個人情報、本
講座の運営以外には使用いたしません。



特定非営利活動法人 ひと・まちなつとわーく

茨城県県南生涯学習センター

〒300-0036 茨城県土浦市大和町9番1号 ウララビル5階

TEL. 029-826-1101(代)

FAX. 029-826-1728

ホームページ: <http://www.kennan.gakusyu.ibk.ed.jp/>