

県立総合大学校「まなびーあ徳島」県民企画講座

令和6年度後期(10～3月)講座

受講生募集!



まなびーあ徳島

徳島県立総合大学校「まなびーあ徳島」の単位が1回につき1単位取得できます。

連続講座

絵画表現Ⅰ・Ⅱ

講師: 峯 幸子(徳島県美術家協会会員)

水彩画・油彩画・アクリル画などの絵画表現を学びましょう。

- 場所: 自治研修センター ●定員Ⅰ: 13名 Ⅱ: 14名
- 日時Ⅰ: 10/7~3/31 月曜日 午前の日と午後の日あり
(午前)10:00~12:00・(午後)13:30~15:30
- Ⅱ: 10/2~3/31 水曜日 13:30~15:30
- 受講料Ⅰ: 全16回 14,000円 Ⅱ: 全18回 15,000円
- 準備物: 画材等、絵画に必要なもの

こころが元気になる!アートセラピー講座Ⅰ・Ⅱ

講師: 佐藤 千恵(「色彩学校」認定講師)

色彩を使って心をケアする、ぬり絵のワークショップです。

- I ●場所: 自治研修センター ●定員: 10名
- 日時: 10/7~3/31 第2月曜日 13:00~14:30
10月、1月は第1月曜日
- II ●場所: 総合教育センター ●定員: 10名
- 日時: 10/4~3/31 第1金曜日 13:00~14:30
11月、1月は第2金曜日
- 受講料: Ⅰ、Ⅱともに、全6回 6,600円 ※材料費込

ストレス解消!誰でもできる臨床アート

講師: 武市 理恵(日本臨床美術協会認定臨床美術士)

絵の苦手な方でも大丈夫!色鉛筆やオイルパステルを使ったアートを通して、リラックスできる時間を過ごしましょう。

- 場所: 自治研修センター ●定員: 10名
- 日時: 10/28~3/24 第4月曜日 13:30~15:00
- 受講料: 全5回 4,000円 ※材料費込、2月は開催なし

似合う色で美しく・カラーコーディネート講座

講師: 吉崎 礼子(色彩検定協会認定色彩講師)

色彩の基本と、自分に似合う色・パーソナルカラーでファッション、メイク、小物などのコーディネートを学びます。

- 場所: 自治研修センター ●定員: 10名
- 日時: 10/21~3/31 第3月曜日(1月は第4月曜日)
10:00~11:30(全6回)
- 受講料: 全6回 6,000円 ※材料費込、別途テキスト代2,500円程度

朗読文化講座Ⅰ・Ⅱ

講師: 住友 美代子(朗読サロンさざなみ主宰)

徳島作家作品や文学作品、民話、童話などを朗読し、朗読会や読み聞かせ実践レベルを目指します。

- I ●場所: 自治研修センター ●定員: 12名
- 日時: 10/4~3/31 第1・3金曜日(一部例外あり)
13:30~15:30
- II ●場所: 総合教育センター ●定員: 12名
- 日時: 10/3~3/31 第1・3木曜日(一部例外あり)
13:30~15:30
- 受講料: Ⅰ、Ⅱともに、全12回 14,000円 ※初回に一括納入

漢詩を詠んで頭の体操しよう

講師: とくしま学博士 山田 好

中国唐時代の漢詩の書き下し文の音読で、脳の活性化や滑舌の訓練を行い、元気なシニアを目指します。

- 場所: 自治研修センター ●定員: 20名
- 日時: 10/24~3/31 第4木曜日 10:30~12:00(全6回)
- 受講料: 全6回 600円 ※資料代として

太極拳

講師: 赤川 正男((社)日本武術太極拳連盟公認指導員)

呼吸法を取り入れたゆっくりとした動作を繰り返し練習します。入門から中級程度までの実技指導を行います。

- 場所: 自治研修センター ●定員: 10名
- 日時: 10/1~3/31 火曜日 10:30~12:00
- 受講料: 全22回 16,500円

太極拳Ⅰ・Ⅱ

講師: 吉田 光子((社)日本武術太極拳連盟公認指導員)

意識、動作、呼吸の一致した全身運動を行います。24式、総合42式、梅花扇、ムーラン扇など。

- I ●場所: 西部総合県民局 美馬庁舎 ●定員: 9名
- 日時: 10/1~3/31 月曜日 10:00~11:30
- 受講料: 全20回 15,000円
- II ●場所: 総合教育センター ●定員: 9名
- 日時: 10/1~3/31 火曜日 10:00~11:30
- 受講料: 全22回 16,500円

誰にでもできるヨーガ体操から始めるヨーガ

講師: 小宮山 昭三生(瀬戸内ヨーガ禅道友会代表)

誰にでもできるヨーガ体操を中心にを行います。形ができるか気にせず、自分のできる範囲で行えます。

- 場所: 総合教育センター ●定員: 10名
- 日時: 10/3~3/31 第1・3木曜日(一部例外あり)
10:00~12:00
- 受講料: 全12回 6,000円 ※資料代込
- 準備物: ヨガマット(バスタオル等敷物で代用可)

パソコンを活用して仲間と楽しもう

講師: とくしま学博士 吉田 明子(シニアITアドバイザー1級)

シニアの生活に役立つパソコンの操作を楽しく学びます。(対象:パソコンの基本操作ができる方)

- 場所: 自治研修センター ●定員: 13名
- 日時: 10/11~3/31 第2・4金曜日(1月は休講)
13:00~15:00
- 受講料: 全9回 4,500円 ※テキスト代込 ●準備物: パソコン

ワードで絵を描こう

講師: とくしま学博士 松本 妙子(シニアITアドバイザー1級)

ワードの中の図形を組み合わせて美しいイラストを描き、自分だけのオリジナル作品づくりを楽しみましょう。(対象:パソコン初心者)

- 場所: 自治研修センター ●定員: 15名
- 日時: 10/10~3/31 第2木曜日 13:00~15:00(全6回)
- 受講料: 全6回 3,000円 ※テキスト代込 ●準備物: パソコン

誰もが気軽にパソコンライフ

講師: とくしま学博士 松本 妙子(シニアITアドバイザー1級)

パソコンを習いたい方や、イラスト・写真などの基礎操作を知りたい方など、パソコン初心者向けの講座です。

- 場所: 自治研修センター ●定員: 15名
- 日時: 10/17~3/31 第3木曜日(3月は第4木曜日)
13:00~15:00(全6回)
- 受講料: 全6回 3,000円 ※テキスト代込 ●準備物: パソコン

クリエイティブ・オンライン -作品制作とWeb公開講座-

講師:とくしま学博士 西 幹雄(シニアアドバイザー1級)

Word、Excel、パワーポイントほか無料アプリで作品をつくります。
作品はオンライン上にアップロードして、仲間と楽しめます。
(対象:パソコンの基本操作ができる方)

- 場所:オンライン開催(初回・最後は対面有) 対面:自治研修センター
- 日時:10/15~3/31 第1・3火曜日 (一部例外あり)
13:30~15:00(11回)、(2/4のみ、10:00~11:30)
- 受講料:全12回 4,800円 ※テキスト代込 ●定員:15名

ワクワクWord Press

ーローカル環境で手軽に学ぶ初心者講座ー

講師:とくしま学博士 西 幹雄(シニアアドバイザー1級)

Word Pressは、世界中で人気の高いWebツールです。
基礎から学びWord Pressで、ブログ開設等をしてみましょう。
(対象:マウス操作・キーボード入力ができる方)

- 場所:自治研修センター及びオンライン開催
- 日時:10/8~3/31 第2・4火曜日(一部例外あり)
13:30~15:00(全12回)
- 受講料:全12回 4,800円 ※テキスト代込 ●定員:15名

- 準備物:パソコン(※ご自身のパソコンでインターネットとメールが使用できること)
- 対面受講...パソコン持参 ○オンライン受講...パソコンでマイクとスピーカーが使用できること (※Skype、Zoom等を使用)

単 発 講 座

外国人のための防災について考える

講師:数藤 真己(日本語教室講師)

今までの災害時に外国人が何に困ったのかを知り、災害時に置き去りにしないためにどうすればいいか考えましょう。

- 場所:自治研修センター ●定員:10名
- 日時:11/8 (金曜日) 10:00~11:30
- 受講料:500円 ※資料代として

歴史文化講座

～家康の終活と大坂の陣～

講師:とくしま学博士 佐藤 和代

大坂の陣で豊臣家を根絶やしにした家康。
江戸幕府磐石の基盤を築くまでの過程を追う。

- 場所:自治研修センター ●定員:30名
- 日時:11/11 (月曜日) 10:00~11:30
- 受講料:100円 ※資料代として

令和6年度

「とくしま学博士による歴史教養講座」(後期)

講師:とくしま学博士 讀野 由高

ユネスコの無形文化遺産に登録された「風流踊」について、
「西祖谷の神代踊」と「徳島市・宅宮神社」の
神踊り等について紹介します。

- 場所:自治研修センター ●定員:20名
- 日時:11/14 (木曜日) 10:30~12:00
- 受講料:100円 ※資料代として

歴史文化講座

～大宜都比売命と大宮司一宮城主一宮氏～

講師:とくしま学博士 坪内 強

上一宮大栗神社祭神の大宜都比売命と大宮司でもある一宮
城主一宮氏について考察します。

- 場所:自治研修センター ●定員:40名
- 日時:12/3 (火曜日) 10:00~12:00
- 受講料:100円 ※資料代として

冬休み初心者プログラミング講座 (基礎編)scratch3

講師:とくしま学博士 京野 義明

「スクラッチ3」を使ってプログラミングの基本を学習します。
お一人でも、お子さん・お孫さん連れでの参加も大歓迎。
パソコンを通して、脳トレや家族間の絆育成に寄与することを
目的としています

- 場所:自治研修センター ●定員:15名
- 日時:12/10(火曜日) 10:00~12:00
12/17・12/24(火曜日) 13:30~15:30
- 受講料:全3回 500円 ※資料代として ●準備物:パソコン

歴史文化講座

～赤穂事件・「忠臣蔵」の真実 (阿波富田藩との関わり)～

講師:とくしま学博士 大森 美知子

赤穂浪士の討ち入りについて、阿波富田藩主 蜂須賀重隆が
討ち入りに協力したらしいという話や、将軍 綱吉のある事情
について解説します。

- 場所:自治研修センター ●定員:30名
- 日時:12/11 (水曜日) 10:00~12:00
- 受講料:100円 ※資料代として

今年の猛暑、台風10号及び日向灘地震について

講師:とくしま学博士 森本 春男

今年の夏の猛暑の原因、R6年8月下旬の台風10号、
そしてR6年8月8日に発生し、初めての南海トラフ臨時情報
発表となった日向灘地震等、
気象予報士・防災士の資格をもつ講師が説明します。

- 場所:自治研修センター ●定員:20名
- 日時:10/3(木曜日) 10:00~12:00
- 受講料:無料

開催場所

●徳島県自治研修センター

【住所】徳島市南庄町5丁目77-1

【電話】088-612-8801

【アクセス】JR徳島駅から西へ5km

JR鮎喰駅から徒歩15分

徳島バス・徳島市バス「鮎喰町一丁目」下車徒歩5分



●徳島県立総合教育センター

【住所】板野郡板野町犬伏字東谷1-7

【電話】088-672-7770

【アクセス】JR板野駅から車で約6分

徳島バス鍛冶屋原線(不動・板野経由)「総合教育センター」下車

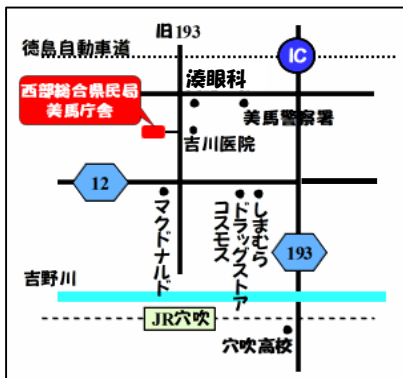


●徳島県西部総合県民局 美馬庁舎

【住所】美馬市脇町大字猪尻字建神社下南73

【電話】0883-53-2011

【アクセス】JR穴吹駅から車で約10分



※講座開始日以降でも、定員に空きがある場合等は受付可能ですので、お気軽にお問い合わせください。
※講座ごとの詳しいスケジュールに関しては、お問い合わせください。



申込方法

原則先着順

まずは下記までお電話ください(その際に①講座名・②氏名をお教えてください)。

講座運営者(講師)の連絡先をお伝えしますので、

その後、直接、講座運営者(講師)へお問い合わせ・お申し込みいただくこととなります。

<お問い合わせ先>

徳島県立総合高等学校事務局(自治研修センター内)

電話：088-612-8801 電子メール：manabia@pref.tokushima.lg.jp

まなびーあ徳島ホームページ：https://syougai.tokushima-ec.ed.jp/