

# 令和7年度長野県シニア大学講座計画表

伊那学部 1 学年

回	月日 (曜日)	講座科目 午前 (10:30～12:30)	講座 種類	講師 (職・氏名)	講座科目 午後 (13:30～15:30)	講座 種類	講師 (職・氏名)	備考 (会場)
1	5月9日 (金)	オリエンテーション① 入学式リハーサル	行	社会活動推進員 藤森 一俊	『入学式』 伊那学部長講話 オリンテーション②	教	伊那保健福祉事務所 所長 須藤 恭弘	伊那合同庁舎
2	5月23日 (金)	対話の基本 (等話)	教	尚綱(しょうけい)学院 大学教授 松田道雄 氏ビデオ視聴	「星空環境から考える人の暮らし のあり方」(仮題)	教	駒ヶ根星空の会会長 星空ガイド 日岐 敏明 氏	伊那合同庁舎
3	6月13日 (金)	よりよい生き方を求めて	域	長谷常福寺 松田 泰俊 住職	地域づくり活動① 地域づくり活動とは	域	社会活動推進員 藤森 一俊	伊那合同庁舎
4	6月27日 (金)	SDGsは自分ゴト	教	2030SDG s カードゲー ム公認ファシリテーター 北原 照美 氏	趣味講座① (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	・短歌；宮脇 ・俳句；篠田 ・書道；向山 ・水墨画；増田 ・絵手紙；坂本 ・写真；加勢 ・ ハンドメイド；網野	伊那合同庁舎
5	7月11日 (金)	終活を考える	教	(株) 太田屋 社長 太田博久 氏	趣味講座② (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	各講師	伊那合同庁舎
6	7月25日 (金)	地域づくり活動② 生活班での活動計画づく り&発表	域	社会活動推進員 藤森 一俊	趣味講座③ (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	各講師	伊那合同庁舎
	8月～ 12 月	地域づくり活動(実践)	域	各班	地域づくり活動(実践)	域	各班	各地区
7	8月22日 (金)	健康で長生き	趣	南信教育事務所 指導主事 大嶋 信一郎 氏	趣味講座④ (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	各講師	伊那合同庁舎
8	9月19日 (金)	高遠そばの里づくり	教	高遠そばの会 事務局長 高島 良幸 氏	趣味講座⑤ (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	各講師	伊那合同庁舎
9	9月26日 (金)	高遠移動教室 高遠の歴史と文化	教	高遠町郷土研究会 会長 北原 紀孝 氏	高遠移動教室 高遠の歴史と文化 A：歴史博物館・絵島コース(高遠の歴 史) B：東高遠コース(高遠城縁の寺) C：西高遠コース (石仏群)	教	高遠町郷土研究会 会長 北原 紀孝 氏 高遠町歴史博物館 学芸員 福澤 浩之 氏 高遠「ふきのとう」の会 会長 伊藤 穂波 氏	高遠城址公園 高遠閣 高遠町内
10	10月17日 (金)	満蒙開拓の史実から学ぶ もの	教	満蒙開拓平和記念館 館長 寺沢 秀文 氏	趣味講座⑥ (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	各講師	伊那合同庁舎
11	11月7日 (金)	防災への備え	教	飯田市役所 後藤 武志 氏	趣味講座⑦ (短歌、俳句、書 道水墨画、絵手紙、写真、ハン ドメイド)	趣	各講師	伊那合同庁舎
12	11月28日 (金)	趣味講座作品展示会	教		昆虫食の世界へようこそ	教	伊那市創造館 館長 捧 剛太氏	いなっせ (公開講座)
13	12月12日 (金)	折り紙とお手玉で脳を活 性化	趣	日本折り紙協会認定講師 日本お手玉の会 指導者 細田 千八子 氏	批判的思考法 ～上高地の地 殻変動を考える～	教	松本市教育委員会 一ノ瀬 浩子 氏	伊那合同庁舎
14	1月9日 (金)	地域づくり活動③ (実践報告)	域	社会活動推進員 藤森 一俊	地域づくり活動④ (実践報告、まとめ)	域	社会活動推進員 藤森 一俊	伊那合同庁舎
15	1月23日 (金)	賛助会について	域	上伊那賛助会 社会活動推進員	訓練型電話で特殊詐欺の手口 を実体験	教	長野県民文化部くらし 安全 (特殊詐欺担当)	伊那合同庁舎
16	2月6日 (金)	シニア世代の食生活 ～いつまでも生き生きと～	教	保健福祉事務所 健康づくり支援課 管理栄養士 矢崎真 樹子	南アルプス地域の魅力 ～自然から人の暮らしまで～ 『修了式』	教	伊那市商工観光部南ア ルプス課 エコパークジオ パーク推進係 小澤恵理 氏	伊那合同庁舎

10月6日；移動教室（現地集合・現地解散） 講座種類 教：教養講座 趣：趣味講座 交：交流講座 健：健康講座 地：地域づくり講座 行：行事