

令和8年度

# 長野県シニア大学

## 長野学部 学生募集

人生100年時代!  
自分づくり

やりたいこと…  
やりたかったこと…

仲間づくり  
新しい出会い  
ふれあいを大切

健康長寿を目指して!

地域づくり

未来に残したい  
誇れる街を

対象： おおむね50歳以上の県内在住者

### 一般コース 2年制

#### 《授業日》

火曜日または水曜日

10:00～15:00

※年間15日程度（学習時間60時間）

#### 《会場》

長野県庁議会棟講堂 他

#### 《授業料》

12,000円(年間)

※教材費用等が別に必要な場合があります。

《定員》130名（先着順）

### 専門コース 1年制

#### 《授業日》

コースごとに異なります。

10:00～15:00

※年間12日程度（学習時間40時間）

#### 《会場》

県立長野図書館 他

#### 《授業料》

26,000円(年間)

※自主活動費用等が必要な場合があります。

《定員》30名（書類/面接選考）  
（各コース10名定員）

※入学願書は、長野学部事務局にあります。または【長野県シニア大学】のホームページからダウンロード、印刷した願書も使用可能です。

お問い合わせは・・・

### 長野県シニア大学長野学部

（公益財団法人長野県長寿社会開発センター長野支部）  
長野県長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所内

☎026-228-7023



長野県シニア大学  
ホームページQRコード

## 一般コースのご案内

講座の多彩なカリキュラムで、学びと交流から地域と関わる人材を育むことを目指します。



座学の他に楽しくグループワークもします！

教養講座の講義内容では

- ★私の生きがい再発見！
- ★郷土の歴史を楽しくうなずく
- ★人生100年、フレイル予防
- ★シニア世代を学問してみると！
- ★長野県の今 いまさら聞けない今
- ★AI DX なにそれ？！
- ★善光寺七福神めぐり など



作業療法士をめざす大学生とともに「自分のこれからの作業を見つけよう」世代を超えた交流・コミュニケーション作り

趣味健康交流講座では

郷土の歴史、リズム体操、俳句、操体法、他から一つを選択します。



シニア大卒業生による音楽カフェレコードから流れる曲がその時を連れてくるタイムスリップ経験

地域づくり講座では

グループで地域活動に挑戦！

善光寺周辺の七福神巡りガイドさんについて街歩き新しい発見に！！初めて見たなあ



## 専門コースのご案内

地域課題を的確に捉え、解決する専門的なスキルを持ったリーダーやプロデューサー的な人材の養成を目指します。

修了後は「シニア地域プロデューサー」として地域に羽ばたきます。

● 3コースから選択のうえ、ゼミ形式で学びます。（各コース10人）

ライフデザインコース(創造的な生き方)

自らをふり返し、他者の生き方を知り多くの方と対話を重ねる中でこれからの生き方をデザインします。

コミュニティデザインコース(地域創造)

住民が主体的に活動する地域形成や居場所づくりの手法を身につけます。

ビジネスデザインコース(社会的起業)

ビジネス的な手法で、地域課題を解決するためのスキルを学びます。



対話を通じて学生同士が学びあう授業