

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

専門コース
1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）

《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。



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づく
- ★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



座学の他に楽しくグループワークもします！

作業療法士をめざす大学生とともに 「自分のこれからのか 作業を見つめよう」 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)

自らをふり返り、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