

令和3年度

本庄市市民総合大学

～世のため 後のため～



「あなたと活かす みんなで育む

歴史と教育のまち 本庄」



目 次

| | |
|-----------------|-------|
| 本庄市市民総合大学実施要領 | 1 |
| 本庄市市民総合大学組織図 | 2 |
| 講座について | 3 |
| 学校便りについて | 4 |
| 開講式について、閉講式について | 5 |
| シニアコース | 6-7 |
| ミドルコース | |
| 一般講座 | 8-12 |
| 託児付講座・世代間交流講座 | 13-14 |
| ジュニアコース | 15 |
| 異学年交流講座 | 16 |
| 一般講座 | 17-19 |
| 世代間交流講座 | 20 |
| 主な会場までの地図 | 21-28 |

令和3年度 本庄市市民総合大学実施要領

1 目 的

本庄市の将来像「あなたと活かす、みんなで育む、歴史と教育のまち 本庄 ～世のため、後のため～」を実現してゆく人材の育成と、市民一人ひとりが自己を高め、人格を磨き、幸せで豊かな人生を送ることができるように市民総合大学を設置します。

市民総合大学は、本庄市生涯学習推進指針である「学びを支える」「学びの機会の充実」を実践することで、本庄市のひとつづくりとまちづくりの原動力となり、全国に世界に誇れる素晴らしいまち「本庄市」を実現することを目指します。

2 主 催 本庄市・本庄市教育委員会（事務局：本庄市教育委員会生涯学習課）

3 協 力 早稲田大学・公益財団法人本庄早稲田国際リサーチパーク

4 学 長 本庄市長 吉田 信解

5 組織編制 市民総合大学は、シニアコース・ミドルコース・ジュニアコースで構成します。

※目や耳、体の不自由な方にも受講していただけるように可能な限り対応いたします。

① シニアコース…… 市内在住・在勤・在学の60歳以上の方
児玉キャンパス・本庄キャンパス

② ミドルコース…… 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方

③ ジュニアコース…… 市内在住・在学の小学生、中学生

6 期 間 令和3年4月～令和4年3月

7 会 場 本庄市児玉文化会館(セルディ)、本庄市市民活動交流センター(はにぼんプラザ)、早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター など

8 定 員 希望者全員（一部講座は、定員あり）

9 学習内容 ①シニアコース…… 9講座27回（全講座必修）
②ミドルコース…… 22講座78回（全講座選択）
③ジュニアコース…… 15講座17回（全講座選択）

10 費 用 受講料は無料（全コースに必要な経費(材料費など)の負担がある講座あり）

11 事務局 本庄市教育委員会生涯学習課に置く

本庄市市民総合大学

組織図

学 長 本庄市長 吉田信解

事務局 本庄市教育委員会生涯学習課

| コース | クラス | 対象者 |
|---|--|-----------------------------|
| シニアコース (全講座必修) 令和3年5月～ 令和4年2月まで 月1回の必修講座 (8月は除く) | 児玉キャンパス (午後クラス) <会場> 児玉公民館 | 市内在住・在勤・在学の 60歳以上の方 |
| | 本庄キャンパス (午前クラス/ 午後クラス) <会場> 本庄市民文化会館 | |
| ミドルコース (全講座選択) 全22講座の中から 選択して受講 | | 市内在住・在勤・在学の 高校生以上の方 |
| ジュニアコース (全講座選択) 全15講座の中から 選択して受講 | | 市内在住・在学の 小学生の方、 中学生の方 |

<講座について>

- ☆ 新型コロナウイルス感染症感染防止のため次の対策にご協力ください。

- ①マスクの着用（マスクのない方は受講できません。）
- ②検温（37.5℃以上の方は受講できません。）
- ③受講終了時の机・椅子の消毒。

- ☆ ジュニアコースの方は、講座会場までの往復は**交通ルール**を守り
十分注意をして参加しましょう。
- ☆ **持ち物、費用**などは、しおりや**学校便り**を確認してください。
- ☆ 講座に来たら、受付で**出席簿〇(丸)**を付けましょう。
- ☆ 講座の後、**机、いすの整理整頓**は、受講生で協力して行いましょう。
- ☆ やむを得ず欠席する場合は、**生涯学習課**へ連絡しましょう。
- ☆ やむを得ず欠席された場合の**講座の資料**は、生涯学習課へお問い合わせください。

<欠席の連絡先・お問合せ先>

平日 8：30～17：15

本庄市教育委員会生涯学習課

電話 0495-22-3248 FAX 0495-25-1193

E-Mail shidai@city.honjo.lg.jp

講座開催日が土・日・祝日の場合

生涯学習課携帯電話 080-1276-7537

<学校便りについて>

- ☆ 毎月1日に学校便りを発行します。学校便りは、講座の中止や会場・時間の変更、持ち物などその月の講座に関する連絡事項と、終了した講座の感想などを皆さんにお知らせするものです。最寄りの配布場所より毎月必ずお持ち帰りください。また、**本庄市のホームページ**でも閲覧できます。

<学校便り配布場所>

- 本庄市役所 4階生涯学習課窓口
- 児玉文化会館(セルディ)の窓口
- 本庄市役所
 <市民ホール(1階)総合窓口パンフレットスタンド>
- 本庄市の公民館
 本庄公民館、本庄東公民館、本庄西公民館、
 本庄南公民館、藤田公民館、仁手公民館、旭公民館、
 北泉公民館、児玉公民館(アスパアこだま内)
 共和公民館
- 市民活動交流センター (はにぼんプラザ)
 <1階パンフレットスタンド>
- 児玉総合支所 (アスパアこだま)
 <入口パンフレットスタンド>
- 早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター
 <1階パンフレットスタンド>

<開講式について>

●開講式・公開講座<塙保己一没後200周年記念事業>

日 時 令和3年4月24日（土）

場 所 本庄市民文化会館

<式 典>午後1時30分～

<公開講座>午後2時～

塙保己一没後200周年記念事業

「塙保己一と渋沢栄一

～全身全霊で生き抜いた二人の人生～」

講師 公益社団法人 温故学会

理事長 齊藤 幸一 先生

<閉講式について>

●閉講式・生涯学習推進大会

日 時 令和4年3月19日（土）午後1時30分～

場 所 本庄市民文化会館

生涯学習講座「芸術鑑賞会」（出演者・内容は未定）

<閉講式での表彰対象者>

☆ 皆勤賞・・・シニアコース参加者で全ての講座に出席した方

※ ミドルコース、ジュニアコースは、皆勤賞は発行しません。

＜児玉キャンパス＞

学習計画（全9回必修講座）



| 回 | 開催日 | 内 容 | 講 師 | 会 場 |
|---|---------------------|--|---------------------------------|-------|
| 1 | 5/20 (木) 13:30~ | 振り込め詐欺 被害防止ワークショップ講座 | 埼玉県 防犯・交通安全課 | 児玉公民館 |
| 2 | 6/17 (木) 13:30~ | 人生100年! 自分の足で歩くために 今できること | 新井 光夫 先生 | 児玉公民館 |
| 3 | 7/15 (木) 13:30~ | やさしい日本語 | 埼玉県 国際課 国際戦略担当 | 児玉公民館 |
| 4 | 9/16 (木) 13:30~ | 「旬の野菜、果物で健康生活」 ～感染症に負けない 食生活の知恵～ | 野菜ソムリエ 調理師・健康管理士 重田 健一 先生 | 児玉公民館 |
| 5 | 10/14 (木) 13:30~ | 海洋プラスチック問題と マイクロプラスチック | 埼玉県 水環境課 | 児玉公民館 |
| 6 | 11/18 (木) 13:30~ | 笑いヨガで認知症予防 | 健康管理士 新 トヨ子 先生 | 児玉公民館 |
| 7 | 12/16 (木) 13:30~ | ＜公開講座＞ 【塙保己一没後200周年記念事業】 【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会連携講座】 塙保己一とヘレンケラー | 本庄市身体障害者福祉会 会長 種村 朋文 先生 | 児玉公民館 |
| 8 | 1/20 (木) 13:30~ | 生物多様性について考えよう! | 埼玉県 みどり自然課 野生生物担当 | 児玉公民館 |
| 9 | 2/17 (木) 13:30~ | 【潤い歌声講座】 ～ハートフル音楽 コミュニケーション～ | ユニーク・スピリット 松村 正 先生 | 児玉公民館 |

<本庄キャンパス>

学習計画（全9回必修講座）



| 回 | 開催日 | 内容 | 講師 | 会場 |
|---|---|--|---------------------------------|--------------|
| 1 | 5/11 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | 振り込め詐欺 被害防止ワークショップ講座 | 埼玉県 防犯・交通安全課 | 本庄 市民文化会館 |
| 2 | 6/ 1 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | 人生100年! 自分の足で歩くために 今できること | 新井 光夫 先生 | 本庄 市民文化会館 |
| 3 | 7/ 6 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | やさしい日本語 | 埼玉県 国際課 国際戦略担当 | 本庄 市民文化会館 |
| 4 | 9/ 7 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | 「旬の野菜、果物で健康生活」 ~感染症に負けない 食生活の知恵~ | 野菜ソムリエ 調理師・健康管理士 重田 健一 先生 | 本庄 市民文化会館 |
| 5 | 10/ 5 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | 海洋プラスチック問題と マイクロプラスチック | 埼玉県 水環境課 | 本庄 市民文化会館 |
| 6 | 11/ 9 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | 笑いヨガで認知症予防 | 健康管理士 新 トヨ子 先生 | 本庄 市民文化会館 |
| 7 | 12/ 7 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | <公開講座> 【塙保己一没後200周年記念事業】 【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会連携講座】 塙保己一とヘレンケラー | 本庄市身体障害者福祉会 会長 種村 朋文 先生 | 本庄 市民文化会館 |
| 8 | 1/12 (水) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ ※水曜日開催です。 | 生物多様性について考えよう! | 埼玉県 みどり自然課 野生生物担当 | 本庄 市民文化会館 |
| 9 | 2/ 1 (火) (午前㊦) 10:00~ (午後㊦) 13:30~ | 【潤い歌声講座】 ~ハートフル音楽 コミュニケーション~ | ユニーク・スピリット 松村 正 先生 | 本庄 市民文化会館 |

ミドルコース【一般講座】

【塙保己一没後200周年記念事業】<公開講座> 【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会 連携講座】 1. 県北の三偉人(全3回)

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|-------------------------|------------------------------------|
| ① 9/15(水) 14:00～15:30 | 児玉文化会館(セルディ) ホール | 篠田 鼎一郎 先生 | 渋沢栄一～郷土の人材育成～ |
| ② 9/22(水) 14:00～15:30 | | 坂東 隆秀 先生 | 荻野吟子を巡る風景 |
| ③ 9/29(水) 14:00～15:30 | | 公益社団法人 温故学会 齊藤 幸一 先生 | 塙保己一先生没後200年を記念して ～顕彰活動の歴史について～ |

【塙保己一没後200周年記念事業】<公開講座> 【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会・文化財保護課 連携講座】 2. 地元が語る塙保己一(全3回)

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|---------------------|----------|---------------------------|
| ① 10/ 3(日) 14:00～15:30 | 児玉文化会館(セルディ) ホール | 荒井 一夫 先生 | 地元ならではの視点から、総検校塙保己一先生に迫る。 |
| ② 11/ 6(土) 14:00～15:30 | | 野口 泰宣 先生 | |
| ③ 12/ 5(日) 14:00～15:30 | | 根岸 久 先生 | |

3. 地中熱エネルギーの利用(全1回) 【定員40名】

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|------------|--|
| ① 1/18(火) 13:30～15:00 | 本庄市民文化会館 (第3会議室) | 環境科学国際センター | 地中熱エネルギーの基本的な 仕組みや適用の可能性に ついて学びます。 |

4. 川柳を楽しむ(全3回) 【定員40名】

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|---------|---------------------------------------|
| ① 7/ 7(水) 13:30～15:00 | 本庄市民文化会館 (第3会議室) | 須永 昇 先生 | 川柳を作るコツを学んで、身近なことを題材に、気軽に川柳を作ってみませんか？ |
| ② 7/14(水) 13:30～15:00 | | | |
| ③ 7/21(水) 13:30～15:00 | | | |

ミドルコース【一般講座】

5. 本庄から見える山々(全2回) 【定員80名】

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|--------------------|----------|---|
| ① 1/19(水) 13:30～15:00 | 本庄市役所 (6階 大会議室) | 岩田 常治 先生 | 本庄市から見える360度の 視野に広がる山々を、 写真と解説で楽しみましょう。 |
| ② 1/26(水) 13:30～15:00 | | | |

6. 市議会見学と傍聴(全2回) 【定員20名】

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|--------------------|----------|-----------------|
| ① 11/10(水) 14:00～15:00 | (集合)本庄市役所 市民ホール | 本庄市議会事務局 | 市議会についての説明と見学 |
| ② 日程・時間は未定 (12月議会予定) | | | 12月議会を実際に傍聴します。 |

7. 書道～かな書道を楽しもう～(全4回) 【定員25名】

※抽選結果をご確認ください！

材料費：3,000円(各自用意する持ち物はありません。)

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|---------------------|---------------------------|--|
| ① 10/ 2(土) 13:30～15:00 | はにぼんプラザ (活動室D・E) | 書道研究途上社 代表 渡部 大語 先生 | かなの基本的かつちょっとした 極意を学びます。 また、講師所蔵の肉筆かな作品の 鑑賞もいたしましょう。 |
| ② 10/ 9(土) 13:30～15:00 | | | |
| ③ 10/16(土) 13:30～15:00 | | | |
| ④ 10/23(土) 13:30～15:00 | | | |

8. 焼き物文化をたのしむ(全6回) 【定員15名】

※抽選結果をご確認ください！

材料費：3,000円

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|---------------------|--|--|
| ① 9/13(月) 14:00～16:00 | 本庄南公民館 | 元早稲田大学本庄高等学院 教諭 佐々木 幹雄 先生 | 桃山時代の茶碗を作り、お茶を 飲み、日本の焼き物文化を楽し みましょう。 |
| ② 9/27(月) 14:00～16:00 | | | |
| ③ 10/ 4(月) 14:00～16:00 | | | |
| ④ 10/11(月) 14:00～16:00 | | | |
| ⑤ 11/23(火) 14:00～16:00 | 早稲田大学本庄高等学院 (予定) | 元公益財団法人 とちぎ未来づくり財団 埋蔵文化財センター 職員 進藤 敏雄 先生 | (窯入れ) |
| ⑥ 11/28(日) 14:00～16:00 | | | (窯出し) |

ミドルコース【一般講座】

9. テーマで旅する世界～旅ができなくなって考えた旅のこと～(全4回)

【定員35名】

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|----------|---|
| ① 7/ 6(火) 19:00～20:30 | はにぼんプラザ (多目的ホール) | 大倉 太郎 先生 | 自由に出かけることもままならない今だからこそ、束の間、旅に思いを馳せてみませんか？ 毎回少し掘り下げたテーマで世界を堪能する旅に出かけます。 |
| ② 7/13(火) 19:00～20:30 | | | |
| ③ 7/20(火) 19:00～20:30 | | | |
| ④ 7/27(火) 19:00～20:30 | | | |

10. 人生100年ウォーキング！～自分に合った量と質で歩こう！～(全9回)

【定員90名】<持ち物>飲み物

<注意>運動ができる服装、歩きやすい靴、両手が空くバッグ(リュックサックなど)で参加。

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|----------------------------|---|---|
| ① 5/28(金) 9:00～12:30 | (集合)若泉公園 (元市民プール駐車場) | スポーツ推進委員 新井 光夫 先生 町田 喜久雄 先生 小暮 純一 先生 | 年齢や体力に合わせて班分けをして、各自に合った運動量と質でウォーキング、筋トレを実施します。人生100年時代をいつまでも自分の足で歩けるようにしましょう。 3会場を利用します。 |
| ② 6/18(金) 9:00～12:30 | (集合)本庄総合公園 (シルクドーム側駐車場) | | |
| ③ 7/23(金) 9:00～12:30 | (集合)早稲田リサーチパーク | | |
| ④ 9/ 3(金) 9:00～12:30 | (集合)若泉公園 (元市民プール駐車場) | | |
| ⑤ 10/15(金) 9:00～12:30 | (集合)本庄総合公園 (シルクドーム側駐車場) | | |
| ⑥ 11/12(金) 9:00～12:30 | (集合)早稲田リサーチパーク | | |
| ⑦ 12/24(金) 9:00～12:30 | (集合)若泉公園 (元市民プール駐車場) | | |
| ⑧ 1/14(金) 9:00～12:30 | (集合)本庄総合公園 (シルクドーム側駐車場) | | |
| ⑨ 2/ 4(金) 9:00～12:30 | (集合)早稲田リサーチパーク | | |

ミドルコース【一般講座】

11. 心あったかウォーキング～「百花繚乱」歩いて感じる故郷の花～(全11回) 【定員各60名】 <持ち物> 飲み物

<注意> 運動ができる服装、歩きやすい靴、両手が空くバッグ(リュックサックなど)で参加。

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|----------------------------|---|---------------|
| ① 4/30(金) 9:00～12:30 | (集合)観光農業センター | スポーツ推進委員 新井 光夫 先生 町田 喜久雄 先生 小暮 純一 先生 | ★★ 芝桜 |
| ② 5/14(金) 9:00～12:30 | (集合)若泉公園 (元市民プール駐車場) | | ★ 蘭・藤 |
| ③ 6/25(金) 9:00～12:30 | (集合)観光農業センター | | ★★★ 紫陽花 |
| ④ 7/ 9(金) 9:00～12:30 | (集合)早稲田リサーチパーク | | ★ 向日葵 |
| ⑤ 8/27(金) 9:00～12:30 | (集合)本庄総合公園 (四季の里側駐車場) | | ★★★ 蓮 |
| ⑥ 9/24(金) 9:00～12:30 | (集合)児玉サッカー場 | | ★ 曼殊沙華 |
| ⑦ 10/29(金) 9:00～12:30 | (集合)早稲田リサーチパーク | | ★★ マリーゴールド |
| ⑧ 11/26(金) 9:00～12:30 | (集合)若泉公園 (元市民プール駐車場) | | ★★★ 菊 |
| ⑨ 12/17(金) 9:00～12:30 | (集合)本庄総合公園 (シルクドーム側駐車場) | | ★ 銀杏 |
| ⑩ 1/21(金) 9:00～12:30 | (集合)観光農業センター | | ★★ 蠟梅 |
| ⑪ 2/18(金) 9:00～12:30 | (集合)本庄総合公園 (シルクドーム側駐車場) | | ★★★ 紅梅 |

地元の季節の花を楽しみながらウォーキングしましょう。自分に合ったコースを選び、無理なく心も体も健康に、リフレッシュしましょう。

★の数が多いところは、歩くコースや距離が厳しいところとなります。

12. (前期) 終活早わかりシリーズ(全2回) 【定員40名】

※抽選結果をご確認ください!

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|---------------------------|--|
| ① 6/ 8(火) 14:00～16:00 | 本庄市民文化会館 (第3会議室) | ファイナンシャルプランナー 中村 享二 先生 | ”よくわかるエンディング・ノートの書き方”と”よくわかる遺言書の書き方”を具体的に分かり易く解説します。 |
| ② 6/15(火) 14:00～16:00 | | | |

13. (後期) 終活早わかりシリーズ(全2回) 【定員40名】

※抽選結果をご確認ください!

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|---------------------------|--|
| ① 2/ 9(水) 14:00～16:00 | 本庄市民文化会館 (第3会議室) | ファイナンシャルプランナー 中村 享二 先生 | ”よくわかるエンディング・ノートの書き方”と”よくわかる遺言書の書き方”を具体的に分かり易く解説します。 |
| ② 2/16(水) 14:00～16:00 | | | |

ミドルコース【一般講座】

14. 知っておきたい地元の遺産～備前渠用水路の歴史と発展～(全2回)

【定員40名】

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|-----------|--|
| ① 5/12(水) 10:00～12:00 | 本庄市民文化会館 (第3会議室) | 町田 喜久雄 先生 | 世界かんがい施設遺産に登録された「備前渠用水路」の歴史を学び、2回目は、現地を見に行きます。 |
| ② 5/19(水) 10:00～12:00 | | | |

15. 秋の児玉霊場御朱印巡りⅢ(全2回)

【定員30名】御朱印代300円/寺

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|----------------|---------------------------|-----------------------|
| ① 10/ 8(金) 9:00～12:00 | (集合)美里町遺跡の杜駐車場 | 本庄市観光協会 副会長 根岸 久 先生 | 真東寺、智徳寺、常福寺、大興寺を巡ります。 |
| ② 11/19(金) 9:00～12:00 | (集合)美里町遺跡の杜駐車場 | | 永明寺、宗清寺、光厳寺を巡ります。 |

ミドルコース【託児付講座】

16. 自助共助、家庭でできる防災対策(全1回)

※託児あり

【定員20名】

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|-------|-------------|----------------------------|
| ① 10/ 1(金) 13:30~15:30 | 児玉公民館 | 危機管理課 職員 | 自分でできる日ごろからの備えについて解説を行います。 |

17. 旬の野菜、果物を摂って健康生活

～四季折々の野菜、果物の健康効果をお伝えします～(全4回)

※託児あり

【定員40名】

※抽選結果をご確認ください！

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|---------------------|---------------------------------|--|
| ① 6/22(火) 14:00~16:00 | 本庄市民文化会館 (第3会議室) | 野菜ソムリエ 調理師・健康管理士 重田 健一 先生 | 季節ごとの旬の野菜、果物の健康効果をお伝えします。また、感染症に負けない食生活を提案します。 |
| ② 8/17(火) 14:00~16:00 | | | |
| ③ 10/19(火) 14:00~16:00 | | | |
| ④ 12/14(火) 14:00~16:00 | | | |

18. (前期)いつまでも健やかにハッピーに!! ～健幸ヨガ～ (全4回)

※託児あり

【定員40名】<持ち物>バスタオル又はヨガマット、体育館シューズ

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|-------------------------------|-------------------------|---|
| ① 6/29(火) 13:30~15:30 | 本庄総合公園体育館 シルクドーム サブアリーナ | ヨガインストラクター 岡田 智英子 先生 | 呼吸に合わせてゆっくり体を動かします。無理のないようご自身のちょうどいい範囲で動いていきます。体の堅い人、ヨガをやったことない人、大歓迎です。終わった後の心身の軽さを感じましょう!! |
| ② 7/27(火) 13:30~15:30 | | | |
| ③ 9/28(火) 13:30~15:30 | | | |
| ④ 10/26(火) 13:30~15:30 | | | |

19. (後期)いつまでも健やかにハッピーに!! ～健幸ヨガ～ (全4回)

※託児あり

【定員40名】<持ち物>バスタオル又はヨガマット、体育館シューズ

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|-------------------------------|-------------------------|---|
| ① 11/30(火) 13:30~15:30 | 本庄総合公園体育館 シルクドーム サブアリーナ | ヨガインストラクター 岡田 智英子 先生 | 呼吸に合わせてゆっくり体を動かします。無理のないようご自身のちょうどいい範囲で動いていきます。体の堅い人、ヨガをやったことない人、大歓迎です。終わった後の心身の軽さを感じましょう!! |
| ② 12/21(火) 13:30~15:30 | | | |
| ③ 1/25(火) 13:30~15:30 | | | |
| ④ 2/22(火) 13:30~15:30 | | | |

ミドルコース【託児付講座】

20. (前期)ウォーキングも量から質の時代へ Ⅲ

～歩行フォームを改善するコンビウォークにチャレンジ！～(全4回) ※託児あり

【定員40名】<持ち物>体育館シューズ

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-------------------------------|------------------------------|---|
| ① 6/ 9(水) 14:00～16:00 | 本庄総合公園体育館 シルクドーム サブアリーナ | 早稲田大学本庄高等学院 教諭 田邊 潤 先生 | 姿勢作りや腕の振り方、腰の使い方等を学ぶために工夫された歩き方「コンビウォークドリル」を指導します。自分に合ったウォーキングフォームを身につけてゆきながら、ウォーキングを健康づくりに生かしましょう。 |
| ② 6/16(水) 14:00～16:00 | | | |
| ③ 6/23(水) 14:00～16:00 | | | |

21. (後期)ウォーキングも量から質の時代へ Ⅲ

～歩行フォームを改善するコンビウォークにチャレンジ！～(全4回) ※託児あり

【定員40名】<持ち物>体育館シューズ

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|---------------------------|-------------------------------|------------------------------|---|
| ① 11/17(水) 14:00～16:00 | 本庄総合公園体育館 シルクドーム サブアリーナ | 早稲田大学本庄高等学院 教諭 田邊 潤 先生 | 姿勢作りや腕の振り方、腰の使い方等を学ぶために工夫された歩き方「コンビウォークドリル」を指導します。自分に合ったウォーキングフォームを身につけてゆきながら、ウォーキングを健康づくりに生かしましょう。 |
| ② 11/24(水) 14:00～16:00 | | | |
| ③ 12/ 1(水) 14:00～16:00 | | | |

ミドルコース【世代間交流講座】

【塙保己一没後200周年記念事業】

【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会 連携講座】

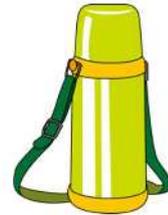
22. パラリンピック正式競技ボッチャに挑戦！(全3回)

【定員10名】

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|--------------|---|
| ① 11/13(土) 9:30～12:00 | はにぼんプラザ (多目的ホール) | 本庄ボッチャの会の皆さん | 障害者も健常者も、老いも若いも、一緒にできるスポーツ「ボッチャ」に挑戦しましょう。 3回目は、大会開催予定！ |
| ② 11/27(土) 9:30～12:00 | | | |
| ③ 12/ 4(土) 9:30～12:00 | | | |

ジュニアコース

屋内、屋外の講座にかかわらず
熱中症予防のため、飲み物を持
たせてください！



☆ 異学年交流講座

☆ 一般講座

☆ 世代間交流講座



ジュニアコース【異学年交流講座】

【早稲田大学本庄高等学院】

1. 茶道教室～茶道の基本を教えます～(全1回)

【定員20名】(材料費700円) ※対象:小学校4年生以上

<持ち物> 白い靴下

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-----|--------------------|---|
| ① 7/11(日) 10:00～11:30 | 宥勝寺 | 早稲田大学本庄高等学院 茶道部 | 日本の伝統文化を体験します。お辞儀の仕方の基本もやってみましょう。一度体験するといろいろな場面で活かされます。 |

【早稲田大学本庄高等学院】

2. 100万年前の虫を探そう!～琥珀を磨く～(全1回)

【定員25名】(材料費1,000円) ※対象:小学校4年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--|-------------|----------------------|---|
| 7/4(日) ① 13:30～14:30 ② 15:00～16:00 | 早稲田大学本庄高等学院 | 早稲田大学本庄高等学院 河川研究班 | 琥珀は大昔の松やにの化石です。ごくまれに松やにの中に閉じ込められた虫がいます。今回は、琥珀を磨いて100万年前の虫を探します。磨いた琥珀はお持ち帰り出来ます。 |

【本庄第一高等学校】

3. 世界を英語で旅してみよう!～Let's have fun in English～(全1回)

【定員10名】 ※対象:小学校5年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|-------------------------|----------|--------------------|---|
| ① 8/3(火) 13:00～14:00 | 本庄第一高等学校 | 本庄第一高等学校 ESS同好会 | 英語でゲームやクイズをしながら、世界の文化に触れていきます。楽しく英会話を学べます。ぜひ、英会話にトライしてみましょう!! |

【本庄第一高等学校】

4. 夏の思い出、書とともに!!～みんなで書こう書道教室～(全1回)

【定員20名】

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|-------------------------|----------|-----------------|---|
| ① 8/3(火) 10:00～12:00 | 本庄第一高等学校 | 本庄第一高等学校 書道部 | 好きな文字とデザインを決めて自分だけのうちわを作りましょう。また、書道パフォーマンスを体験しましょう! |

ジュニアコース【一般講座】

5. 理科実験教室(全1回) 【定員30名】【参加費500円】 ※対象:小学校4年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------|-------------------|
| ① 7/10(土) 9:30~12:00 | 早稲田リサーチパーク・ コミュニケーションセンター | 早稲田大学本庄高等学院 教諭 影森 徹 先生 | 実験・観察で空気の力を体験しよう! |

6. 体育が苦手な子集まれ! ～基礎的な運動 走る・跳ぶ・投げるを伸ばそう～(全1回) 【定員30名】 <持ち物> 体育館シューズ(上履き)

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-------------|------------------------------|---------------------------------------|
| ① 7/17(土) 13:30~14:30 | 早稲田大学本庄高等学院 | 早稲田大学本庄高等学院 教諭 田邊 潤 先生 | 基礎的な運動を楽しく体験しましょう。 苦手な体育が好きになるかも?! |

7. 科学・工学×謎解き 「機械のからくりを学んで、ふっかちゃんを探せ!」(全1回) 【定員35名】【参加費500円】

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-------------------|------------------------------------|---|
| ① 8/20(金) 13:30~15:30 | はにぼんプラザ 多目的ホール | 埼玉工業大学 工学部機械工学科 長谷 亜蘭 先生 | みんなと一緒に機械の勉強をするのを楽しみにしていたふっかちゃん…しかし、今日は朝から見当たりません。どこにいったのかな…あれ?ふっかちゃんから連絡が!? 「準備をしていたら講義室から出られなくなっちゃった…Y(o0w0o)Y」どうやらふっかちゃんは準備に夢中で、警備員さんに講義室のカギをかけられてしまった様子。送られてきた情報をもとにカギを見つけて、ふっかちゃんを助けよう! 謎解きしながらペーパークラフトを作って、機械のからくりを学習しましょう。 |

ジュニアコース【一般講座】

8. 看護への道(全1回)

【定員30名】

※対象:小学校1年生～3年生

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|-------------------------|-------------------|--------------------|--|
| ① 7/26(月) 9:30～10:15 | はにぼんプラザ 多目的ホール | 医療人材課 看護・医療人材担当 | 血圧計や聴診器を使用しながら、看護の仕事や看護に関する資格と進路などについて勉強しましょう。 |

9. 看護への道(全1回)

【定員30名】

※対象:小学校4年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-------------------|--------------------|--|
| ① 7/26(月) 10:30～11:30 | はにぼんプラザ 多目的ホール | 医療人材課 看護・医療人材担当 | 血圧計や聴診器を使用しながら、看護の仕事や看護に関する資格と進路などについて勉強しましょう。 |

10. 野生動物を見つけたら?(全1回)

【定員30名】

※対象:小学校1年生～3年生

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|-------------------------|---|-----------|---|
| ① 6/12(土) 9:30～10:15 | 早稲田リサーチパーク・ コミュニケーションセンター レクチャールーム2 | 北部環境管理事務所 | ヒナが落ちている、ケガをした鳥がいる、見慣れない動物がいるときなど、どうすればよいのかを学びます。 |

11. 野生動物を見つけたら?(全1回)

【定員30名】

※対象:小学校4年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---|-----------|---|
| ① 6/12(土) 10:30～11:30 | 早稲田リサーチパーク・ コミュニケーションセンター レクチャールーム2 | 北部環境管理事務所 | ヒナが落ちている、ケガをした鳥がいる、見慣れない動物がいるときなど、どうすればよいのかを学びます。 |

ジュニアコース【一般講座】

12. 情報セキュリティ講演(全1回)

【定員30名】

※対象:小学校4年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-------------------|----------------|---|
| ① 9/11(土) 10:00～11:30 | はにぼんプラザ 多目的ホール | 埼玉県警察本部 少年課 | サイバー犯罪に巻き込まれることを防ぐため、犯罪の実例からあらゆる危険性をわかりやすく学びます。 |

【塙保己一没後200周年記念事業】

【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会 連携講座】

13. 郷土の偉人「塙保己一」を学ぶ(全1回)

【定員25名】 ※対象:小学校1年生～3年生

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|-------------------------|-------------------|-------------------------|----------------------------------|
| ① 8/18(水) 9:30～10:15 | はにぼんプラザ 活動室D・E | 総検校塙保己一遺徳顕彰会 根岸 久 先生 | 本庄市の偉人「塙保己一」の偉業を、群読劇や映像から学びましょう。 |

【塙保己一没後200周年記念事業】

【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会 連携講座】

14. 郷土の偉人「塙保己一」を学ぶ(全1回)

【定員25名】 ※対象:小学校4年生以上

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|-------------------|-------------------------|----------------------------------|
| ① 8/18(水) 10:30～11:30 | はにぼんプラザ 活動室D・E | 総検校塙保己一遺徳顕彰会 根岸 久 先生 | 本庄市の偉人「塙保己一」の偉業を、群読劇や映像から学びましょう。 |

ジュニアコース【世代間交流講座】

【塙保己一没後200周年記念事業】

【総検校塙保己一先生遺徳顕彰会 連携講座】

15. パラリンピック正式競技ボッチャに挑戦！（全3回）

【定員10名】

| 日時 | 場所 | 講師 | 講座内容など |
|--------------------------|---------------------|--------------|---|
| ① 11/13(土) 9:30～12:00 | はにぼんプラザ (多目的ホール) | 本庄ボッチャの会の皆さん | 障害者も健常者も、老いも若いも、一緒にできるスポーツ「ボッチャ」に挑戦しましょう。 3回目は、大会開催予定！ |
| ② 11/27(土) 9:30～12:00 | | | |
| ③ 12/ 4(土) 9:30～12:00 | | | |

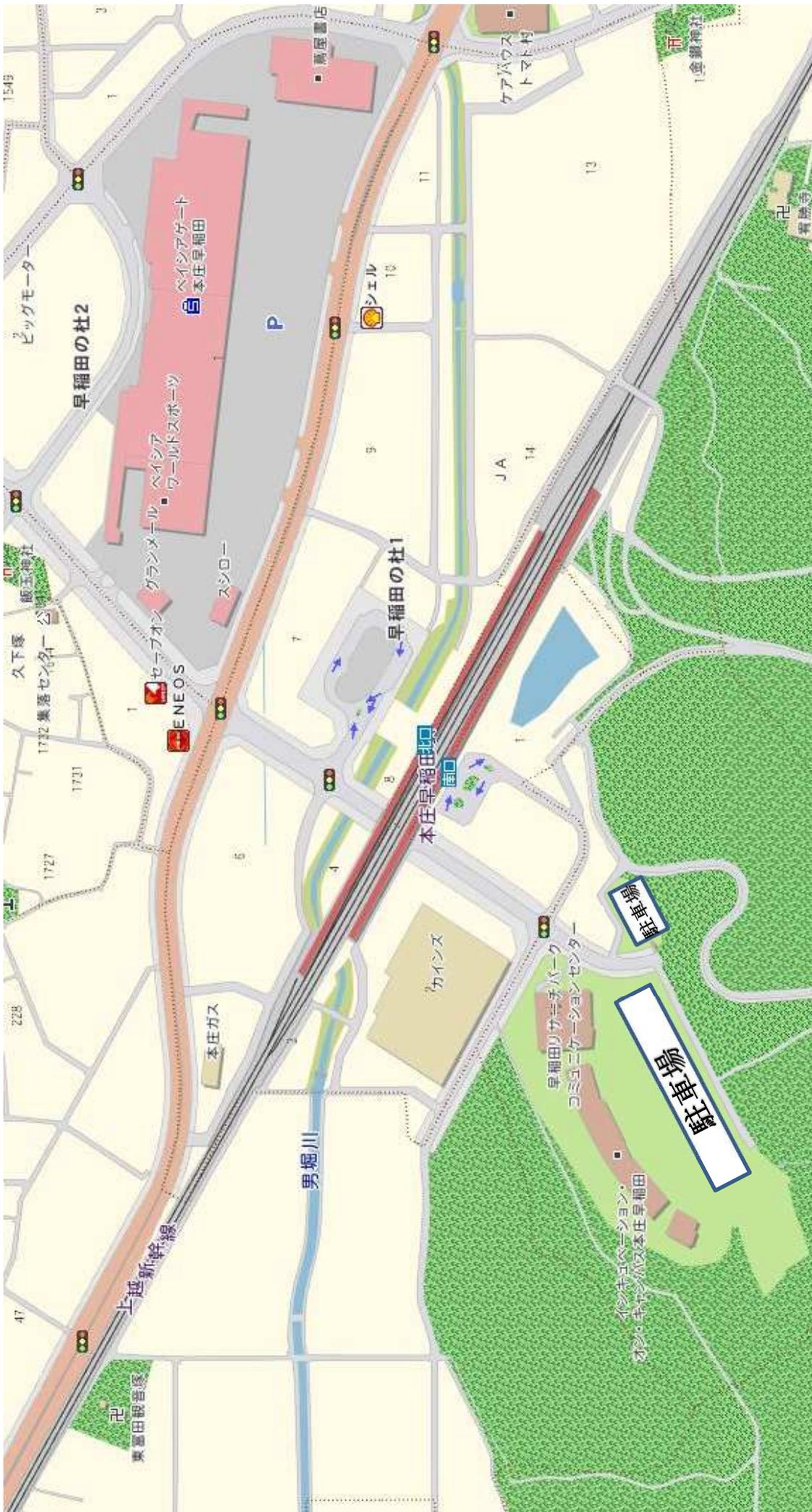
主な会場までの地図

- ☆ 早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター
- ☆ 本庄総合公園駐車場(第一駐車場、第二駐車場)
- ☆ 児玉文化会館(セルディ)
- ☆ 本庄市観光農業センター
- ☆ あさひ多目的研修センター
- ☆ 本庄市の公民館案内図



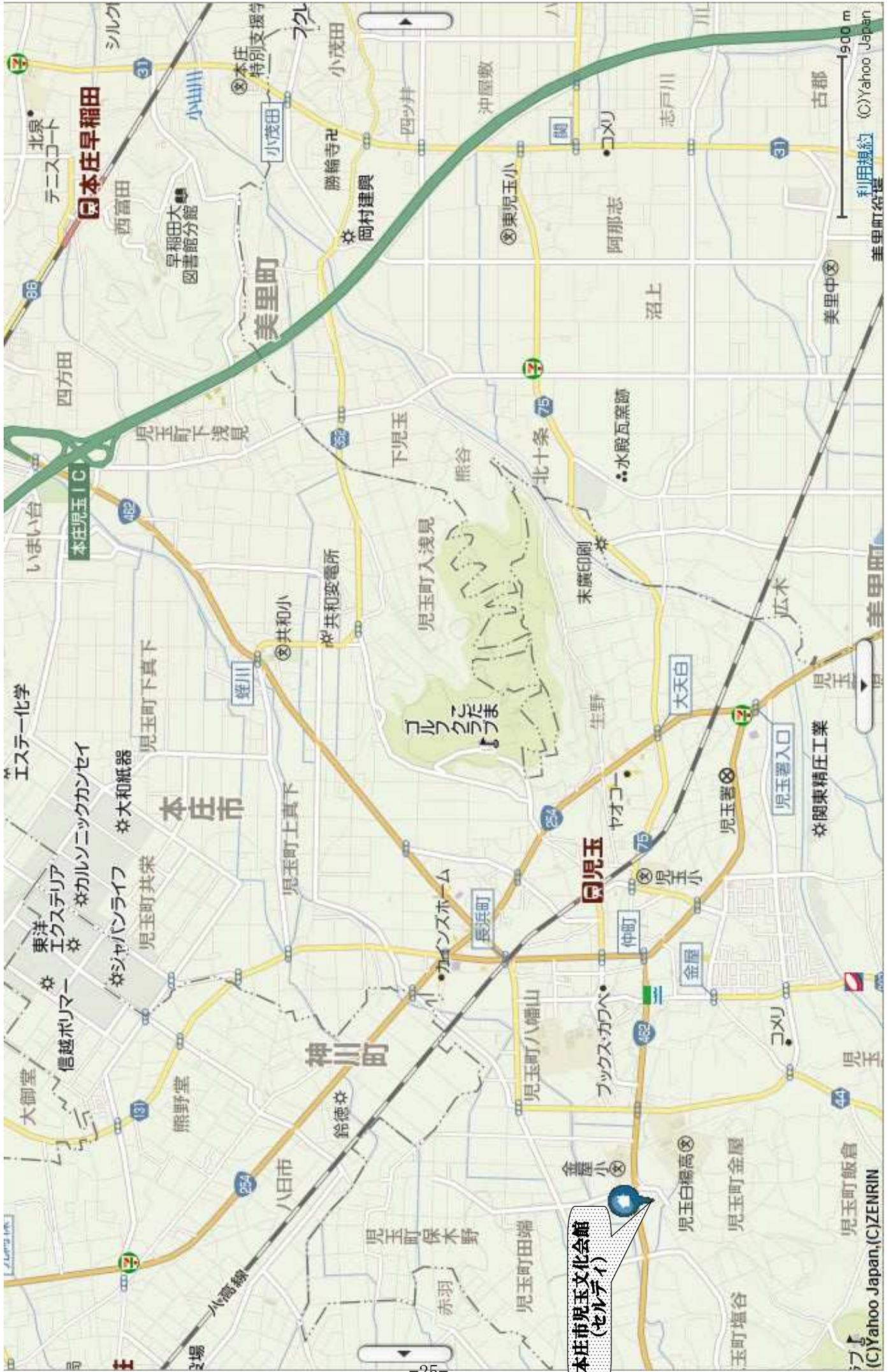


次ページ参照



早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター
〒367-0035 本庄市西富田大久保山1011-3

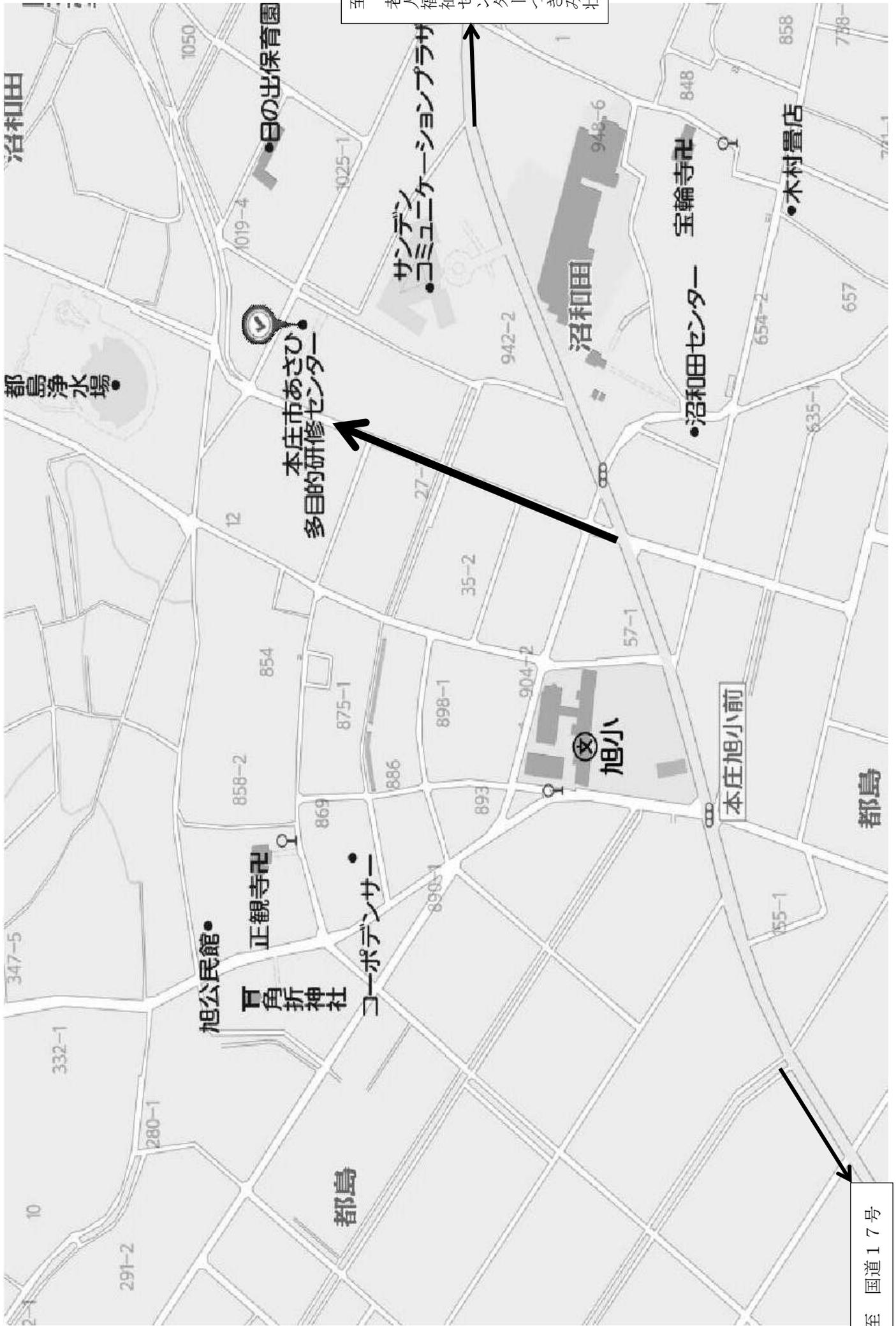
本庄市児玉中央公民館・児玉文化会館(セルデイ) 〒367-0216 埼玉県本庄市児玉町金屋728-2 TEL 0495(72)8851



あさひ多目的研修センター

本庄市沼和田 1005

☎0495-24-5288



至 老人福祉センターつきみ社

至 国道17号

本庄市の公民館案内図



<お問合せ> 本庄市市民総合大学事務局

本庄市教育委員会生涯学習課 生涯学習係

電話 0495-22-3248 FAX 0495-25-1193

E-Mail shidai@city.honjo.lg.jp

