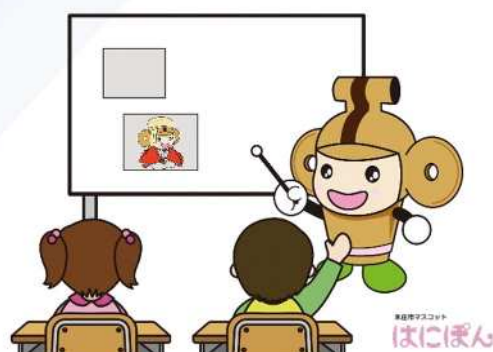


令和4年度

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」



 本庄市教育委員会  生涯学習課

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、閉講式、生涯学習推進大会について	5
月 1 回受講コース	6
自由選択コース	
生活・福祉分野	7-8
歴史・文学分野	9-10
芸術・工作分野	11-13
健康・運動分野	14-17
自然・科学分野	18-19
主な会場までの地図	20-27

令和4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、全講座必修と自由選択の2コースで構成します。
全コースの講座は、市内在住・在勤・在学の小学生から高齢者までが受講できます。ただし、対象年齢が決まっている講座もあります。

① 月1回受講コース（全講座必修、旧シニアコース）

② 自由選択コース（5つの分野にある講座から自由に選択）

<分野> 生活・福祉

歴史・文学

芸術・工作

健康・運動

自然・科学

※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。

6 期 間 令和4年4月～令和5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 費 用 受講料は無料（全コースに必要経費(材料費など)の負担がある講座あり）

10 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・分野		対象者
全講座必修コース 決められた講座を受講します。	月1回受講 (旧シニアコース)	市内在住・在勤・在学の方 *受講対象年齢が決められている講座もあります。
自由選択コース 5つの分野にある講座から自由に選択した講座を受講します。	生活・福祉	
	歴史・文学	
	芸術・工作	
	健康・運動	
	自然・科学	

<講座について>

- ☆ 新型コロナウイルス感染症の感染拡大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。

- ☆ 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。
- ☆ 屋内、屋外の講座にかかわらず熱中症予防のため、飲み物をお持ちください。
- ☆ 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>

学校便りは、令和4年5月から令和5年3月まで発行します。

- ☆ 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などをみな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(アスピアこだま内)
 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 (アスピアこだま)
 <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・基調講演

日 時 令和4年4月23日（土）

場 所 本庄市児玉文化会館（セルディ）

<式典>午後1時30分～

<基調講演>午後2時～

「健康長寿を目指して
お散歩でこの国を元気にする」

講師 流通科学大学人間社会学部観光学科

教授 にしむら 西村 のりよし 典芳 先生

<閉講式・生涯学習推進大会について>

（時間・出演者などの詳細は、
令和5年1月の学校便りでお知らせします。）

●閉講式・生涯学習推進大会

日 程 令和5年3月11日（土）

場 所 本庄市民文化会館

生涯学習講座「芸術鑑賞会」



※全講座はにほんチャレンジ対象講座

月1回受講コース(全9回必修)

No	日時・会場・講座名	講師
1	5/11(水)14:00～16:00 児玉文化会館セルディ ホール <健康> 安全入浴講座～お風呂がいかに体に良いか～	高齢者入浴 アドバイザー協会 代表理事・上級講師 鈴木 知明 先生
2	6/15(水)10:00～12:00 児玉文化会館セルディ ホール <健康> 生活習慣病予防のために～どう下げる！高血圧～	野菜ソムリエプロ 調理師・健康管理士 重田 健一 先生
3	7/13(水)10:00～12:00 児玉文化会館セルディ ホール <健康> 生活習慣病予防のために ～続けよう！食べて、動いて血糖値コントロール～	
4	9/14(水)10:00～12:00 児玉文化会館セルディ ホール <生活> 終活～簡単エンディングノートの書き方～	ファイナンシャル プランナー 中村 享二 先生
5	10/12(水)10:00～12:00 児玉文化会館セルディ ホール <生活> 終活～簡単遺言状の書き方～	
6	11/9(水)10:00～12:00 児玉文化会館セルディ ホール <歴史> 本庄市の歴史	柴崎 起三雄 先生
7	12/14(水)10:00～12:00 児玉文化会館セルディ ホール <歴史> 塙保己一に学ぶ	荒井 一夫 先生
8	1/11(水)10:00～12:00 本庄市民文化会館ホール <心に潤い> あなたの笑顔があったから！	ユニーク・スピリット 松村 正 先生
9	2/8(水)10:00～12:00 本庄市民文化会館ホール <心に潤い> 音楽をとおして心のストレッチ！	



生活・福祉分野

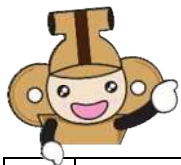
No.	講座名・講師	日程・会場・その他
1	大学芋 & サツマイモの世界 ～今日からあなたも、さつまいもマスター～ <講師> 日本・大学芋愛協会 会長 奥野 靖子 先生	<全2回> ① 10/7(金) 14:00～16:00 ② 10/14(金) 14:00～16:00 <会場> 本庄市民文化会館 第3会議室
	<内容> 甘いお菓子が少なかった昔から身近だったおやつ「大学芋」。材料となる「サツマイモ」と「大学芋」の奥深いお話と大学芋のお店紹介、大学芋の作り方紹介。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
2	お葬儀の最新情報 ～なぜ葬儀をするのか?～ <講師> 冠婚葬祭コンサルタント 戌亥 正三郎 先生	<全1回> ① 7/1(金) 14:00～16:00 <会場> (決まり次第ご連絡します。)
	<内容> 葬儀についての最新情報を様々な角度から提供します。入棺体験もしましょう。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
3	よくわかる「木造住宅の耐震化！」 ～耐震診断・耐震改修のすすめ～ <講師> 熊谷建築安全センター 確認・安全担当職員	<全1回> ① 12/6(火) 14:00～15:30 <会場> 本庄市民文化会館 第3会議室
	<内容> いつ起こるとも分からない大地震。安心・安全な住まいづくりを進めるため、住まいの耐震診断や耐震改修について、事例を交えながらの解説。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
4	相続 ～「争族」にならないために～ <講師> 行政書士 五十嵐 清美 先生	<全1回> ① 5/27(金) 14:00～15:30 <会場> はにぼんプラザ 多目的ホール
	<内容> 残された遺族が争わないために、より良い相続について学びます。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
5	子どものライフプラン ～夢に向かって今からできること～ <講師> ファイナンシャルプランナー 五十嵐 清美 先生	<全2回> ① 8/17(水) 10:00～11:00 ② 8/18(木) 10:00～11:00 <会場> はにぼんプラザ 活動室D・E ※小学4年生～6年生対象
	<内容> 自分の夢に向かって必要なこと、やるべきことを学びます。	



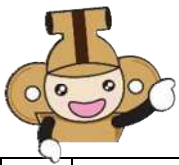
生活・福祉分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
6	SDGsってなんだろう？ ～目指すべき目標を知って、 課題を一緒に考えよう～ ＜講師＞ SDGsファシリテーター 矢野間 規 先生	<全2回> ① 8/2(火) 10:00～11:30 ② 8/3(水) 10:00～11:30 ＜会場＞ はにぼんプラザ 活動室D・E
＜内容＞ ゲームを通してSDGsについて学び、自分の身近で何ができるか考えます。		

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
7	子育て世代のマネー講座 ～教育資金って、いくらかかるの？～ ＜講師＞ ファイナンシャルプランナー 五十嵐 清美 先生	<全1回> ① 5/14(土) 14:00～15:30 ＜会場＞ はにぼんプラザ 多目的ホール
＜内容＞ 親世代とは違う、今の子育て世代が必要となるお金についてを学びます。		

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
8	家族信託 ～親が自分が認知症になってしまったら～ ＜講師＞ 行政書士 五十嵐 清美 先生	<全1回> ① 1/14(土) 14:00～15:30 ＜会場＞ はにぼんプラザ 多目的ホール
＜内容＞ もし、親が自分が認知症になってしまったら・・・その前に、やっておきたいことを学びます。		

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
9	食生活の知恵 ～食材のことを知って、 健康や環境を考えよう～ ＜講師＞ 野菜ソムリエプロ・調理師・健康管理士 重田 健一 先生	<全4回> ① 10/18(火) 14:00～16:00 ② 10/25(火) 14:00～16:00 ③ 11/1(火) 14:00～16:00 ④ 11/8(火) 14:00～16:00 ＜会場＞ リサーチパーク レクチャールーム1
＜内容＞ ① シニアからの食生活～五大栄養素を学ぼう～ ② 食品ロスをなくすための「環境学習講座」～野菜、果物の保存法を学ぼう～ ③ 埼玉野菜を摂って感染症、生活習慣病予防 ④ 腸内環境改善のための食生活～機能性成分と発酵食品～		



歴史・文学分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
10	僧侶が教える山陰の小京都、 津和野の楽しみ方 ＜講師＞ 曹洞宗 西光寺 副住職 萩野 慈隆 先生	＜全1回＞① 11/12(土) 10:00～12:00 ＜会場＞ はにぽんプラザ 多目的ホール
	＜内容＞ 定番の観光スポットから地元住民のおすすめのレアな場所までを、季節の写真を見ながら紹介します。その他、津和野出身の文豪「森鷗外」とその菩提寺についてお話します。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
11	児玉の歴史 ＜講師＞ 野口 泰宣 先生	＜全2回＞① 9/17(土) 14:00～15:30 ② 9/24(土) 14:00～15:30 ＜会場＞ セルディ 大・中会議室
	＜内容＞ 本庄市の地名と歴史について学びます。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
12	武蔵西北部、児玉地方の中世史を探る ＜講師＞ 伊藤 正文 先生	＜全3回＞① 7/9(土) 14:00～15:30 ② 7/16(土) 14:00～15:30 ③ 7/23(土) 14:00～15:30 ＜会場＞ リサーチパーク レクチャールーム1
	＜内容＞ ①太田道灌状に見える武州二宮城の所在地について。 ②九郷用水開鑿の担い手考～猿楽堰分岐用水と九郷落しに着目して～ ③まとめ	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
13	本庄市の歴史・偉人達 ＜講師＞ 柴崎 起三雄 先生	＜全3回＞① 6/4(土) 13:30～15:00 ② 6/11(土) 13:30～15:00 ③ 6/18(土) 13:30～15:00 ＜会場＞ リサーチパーク レクチャールーム1
	＜内容＞ 本庄人物伝として、医術や文化など幅広い分野で活躍した本庄の偉人たちを紹介します。	

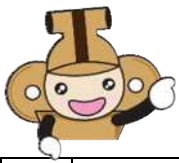
No.	講座名・講師	日程・会場・その他
14	歴史散歩 ～児玉武士を訪ねて～ ＜講師＞ 町田 喜久雄 先生	＜全3回＞① 1/16(月) 9:00～12:00 ② 1/23(月) 9:00～12:00 ③ 1/30(月) 9:00～12:00 ＜会場＞ ①セルディ 大・中会議室 ②リサーチパーク 第3・4駐車場 ③アスピーア児玉 第2駐車場
	＜内容＞ 1回目に児玉武士について学び、 2回目、3回目はその足跡を歩いて辿ります。	



歴史・文学分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
15	アフターコロナのために、 古典から学ぶ政治哲学 <講師> 早稲田大学 名誉教授 佐藤 正志 先生	<全4回>① 6/7(火) 14:00~15:30 ② 6/14(火) 14:00~15:30 ③ 6/21(火) 14:00~15:30 ④ 6/28(火) 14:00~15:30 <会場> リサーチパーク レクチャールーム1
	<内容> コロナ禍で問われている政治の意味について、自由や権力、公共性といった観点から考えてみたいと思います。 ホップズとアリストテレスの二つの極の間に揺れ動く政治について、またポスト・コロナに望まれる政治について、二人の著作を中心として古典から抜粋したテキストを読みながら、一緒に考えてゆきたいと思います。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
16	塙保己一の歩みを見つめて <講師> 荒井 一夫 先生	<全3回>① 9/6(火) 10:00~11:30 ② 10/4(火) 10:00~11:30 ③ 11/15(火) 10:00~11:30 <会場> セルディ 大・中会議室
	<内容> ① 塙保己一と群書類従について ② 何度となく訪れた京都への旅日記を紹介します。 ③ 常に思いをはせていた生まれたふるさとを塙保己一目線で振り返ります。	



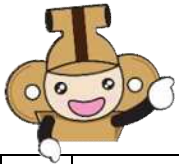
芸術・工作分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
17	模型飛行機を作って！飛ばそう！	<全2回>① 8/8(月) 13:00～16:00 ② 8/9(火) 13:00～16:00
	<講師> 坂東ローカルフライヤーズの みなさん	<会場> ① セルディ 大・中会議室 ② エコーピア
	<内容> 飛行機の歴史と理論を学び、 実際にゴム動力模型飛行機を作って 楽しく飛ばします。	<材料費> 1,000円 <持ち物> 体育館シューズ(2回目のみ) ※小学5年生以上対象

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
18	本革ワークショップ ～レザーを使って オリジナルストラップを作ろう～	<全1回>① 7/27(水) 10:00～11:30
	<講師> ララミーレザー	<会場> はにぼんプラザ 活動室D・E <材料費> 500円
	<内容> 本革の切れ端を使って、オリジナルのストラップを作ります。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
19	書道～かな書道を楽しもう～	<全4回>① 10/8(土) 13:30～15:00 ② 10/15(土) 13:30～15:00 ③ 10/22(土) 13:30～15:00 ④ 10/29(土) 13:30～15:00
	<講師> 書道研究途上社 代表 渡部 大語 先生	<会場> はにぼんプラザ 活動室D・E <材料費> 3,000円
	<内容> かなの基本的かつちょっとした極意的な ことをご教授いたします。また、講師所蔵の 肉筆かな作品の鑑賞もいたしましょう。	※必要な持ち物はありません。

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
20	焼き物文化を楽しむ	<全5回>① 9/13(火) 13:00～16:00 ② 9/20(火) 13:00～16:00 ③ 9/27(火) 13:00～16:00 ④ 11/9(水) 13:00～16:00 ⑤ 11/16(水) 13:00～16:00
	<講師> 元早稲田大学本庄高等学院教諭 佐々木 幹夫 先生 元(公財)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	<会場> セルディ 美術工芸室 <材料費> 3,000円
	<内容> 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。	<持ち物> 学校便りでお知らせします。



芸術・工作分野

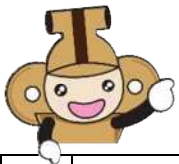
No.	講座名・講師	日程・会場・その他
21	埴輪作り <講師> 元(公財)とちぎ未来づくり財団 埋蔵文化財センター職員 進藤 敏雄 先生 <内容> 実物に近い女子人物埴輪を作ります。	<全2回>① 9/28(水) 13:30~16:00 ② 11/28(月) 13:30~16:00 <会場> ① セルディ 美術工芸室 ② リサーチパーク レクチャールーム1 <材料費> (決まり次第ご連絡します。) <持ち物> 学校便りでお知らせします。

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
22	初めての木工工作(午前クラス) <講師> 新井 光夫 先生 <内容> 貯金箱にもなるミニ・ドールハウスを作ります。	<全2回>① 7/22(金) 9:30~11:30 ② 7/28(木) 9:30~11:30 <会場> 本庄市民文化会館 多目的ホールB <材料費> 1,000円 <持ち物> 三角定規、絵筆、雑巾、手拭き用タオル 金尺(ある人はお持ちください。)

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
23	初めての木工工作(午後クラス) <講師> 新井 光夫 先生 <内容> 貯金箱にもなるミニ・ドールハウスを作ります。	<全2回>① 7/22(金) 13:30~15:30 ② 7/28(木) 13:30~15:30 <会場> 本庄市民文化会館 多目的ホールB <材料費> 1,000円 <持ち物> 三角定規、絵筆、雑巾、手拭き用タオル 金尺(ある人はお持ちください。)

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
24	【早稲田大学本庄高等学院協力講座】 茶道教室～茶道の基本を教えます～ <講師> 早稲田大学本庄高等学院 茶道部のみなさん <内容> 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。	<全1回>① 7/10(日) 10:00~11:30 <会場> 宥勝寺 <材料費> 700円 <その他> 白の靴下で参加してください。 ※小学4年生以上対象

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
25	【本庄第一高等学校協力講座】 夏の思い出、書とともに！！ ～みんなで書こう書道教室～ <講師> 本庄第一高等学校 書道部のみなさん <内容> 好きな文字とデザインを決めて自分だけのうちわを作しましょう。 また、書道パフォーマンスを体験しましょう！	<全1回>① 8/5(金) 10:00~11:30 <会場> 本庄第一高等学校 ※小学生・中学生対象



芸術・工作分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
26	【本庄第一高等学校協力講座】 あなたの絵を 芸術作品にするためのコツ教えます！ <講師> 本庄第一高等学校 美術部のみなさん	<全1回>① 8/5(金) 13:00~14:30 <会場> 本庄第一高等学校 ※小学3年生~6年生対象
	<内容> 絵画やポスターを見栄えのよい作品にしよう！ どのようにお絵描きを始めたらよいのか、いくつかのポイントをふまえてアドバイスいたします！	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
27	オーケストラをとおして学ぶ「傾聴力」 <講師> フリーランストランペット奏者 早稲田大学アカデミックソリューション講師 三浦 翔 先生	<全3回>① 9/2(金) 14:00~15:30 ② 9/9(金) 14:00~15:30 ③ 9/16(金) 14:00~15:30 <会場> リサーチパーク レクチャールーム1
	<内容> 多様性(ダイバーシティ)を音で表現する「オーケストラ」とおして、他者の好きな音楽や、感じたことを受容する「傾聴力」と、自分の好きな音楽を見つけて相手に理解してもらう「伝える力」を、コミュニケーション研究のテクニックを用いて学びます。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
28	ハンドメイドクラフトに挑戦！ <講師> 田邊 晶子 先生	<全4回>① 2/7(火) 10:00~12:00 ② 2/14(火) 10:00~12:00 ③ 2/21(火) 10:00~12:00 ④ 2/28(火) 10:00~12:00
	<内容> 4回で3つの作品(エコバッグ、ホーローペインティング、アロマストーン)を作ります。 楽しくオリジナル作品を作りましょう。	<会場> はにぽんプラザ 活動室D・E <材料費> 3,000円 ※必要な持ち物はありません。



健康・運動分野

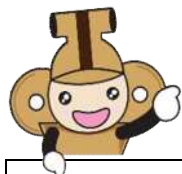
No.	講座名・講師	日程・会場・その他
29	医師と一緒に考える あなたの健康寿命 ～末永く入浴を楽しむために～ ＜講師＞ 医療法人社団 優青会 理事長 野城 聡志 先生	＜全1回＞① 8/6(土) 14:00～16:00 ＜会場＞ はにぼんプラザ 多目的ホール
	＜内容＞ 健康な生活に欠かせない入浴を、生涯続けていくために大切なことを学び健康寿命について、一緒に考えてみましょう。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
30	椅子ヨガで「健幸」に！ ～身体とこころに向き合う時間～ ＜講師＞ yogabiija認定チェアヨガ インストラクター 窪田 真弓 先生	＜全2回＞① 6/10(金) 14:00～16:00 ② 6/17(金) 14:00～16:00 ＜会場＞ セルディ 大・中会議室
	＜内容＞ マットやウェア要らず。椅子に座って行うリラクソヨガです。 体が硬い方、自由に動かせない箇所がある方でも無理なく行うことができます。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
31	お口のケア ～「健口」を目指して～ ＜講師＞ 歯科衛生士 田原 けい子 先生	＜全1回＞① 12/10(土) 10:00～11:30 ＜会場＞ はにぼんプラザ 多目的ホール
	＜内容＞ 歯周病、誤嚥性肺炎を予防するための口腔ケアを学びましょう。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
32	楽しみながらスポーツにチャレンジ！ ～体力向上にトライしよう～（午前クラス） ＜講師＞ スポーツ推進委員 小暮 純一 先生	＜全1回＞① 5/21(土) 10:00～12:00 ＜会場＞ シルクドーム サブアリーナ ＜持ち物＞ 体育館シューズ、スポーツタオル（長めの物）
	＜内容＞ 体育が苦手でも大丈夫。 楽しく体を動かしましょう。	※小学1年生～3年生対象

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
33	楽しみながらスポーツにチャレンジ！ ～体力向上にトライしよう～（午後クラス） ＜講師＞ スポーツ推進委員 小暮 純一 先生	＜全1回＞① 5/21(土) 13:30～15:30 ＜会場＞ シルクドーム サブアリーナ ＜持ち物＞ 体育館シューズ、スポーツタオル（長めの物）
	＜内容＞ 体育が苦手でも大丈夫。 楽しく体を動かしましょう。	※小学4年生～6年生対象



健康・運動分野

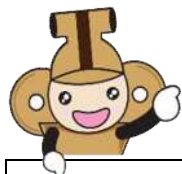
No.	講座名・講師	日程・会場・その他
34	安全入浴講座 ～お風呂がいかにかに体に良いか～ ＜講師＞ 高齢者入浴アドバイザー協会 代表理事・上級講師 鈴木 知明 先生	＜全1回＞① 11/26(土) 14:00～16:00 ＜会場＞ はにぼんプラザ 多目的ホール
	＜内容＞ お風呂、温泉、銭湯などの楽しい話が満載。 脱衣所 → 浴室 → 脱衣所の流れも実演で伝授します。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
35	小学生お風呂講座 ～お風呂博士になりたい子集まれ！～ ＜講師＞ 温泉利用指導者 温泉入浴指導員 鈴木 知明 先生	＜全1回＞① 11/26(土) 10:00～11:30 ＜会場＞ はにぼんプラザ 多目的ホール ＜参加費＞ 300円 ※小学生対象
	＜内容＞ お風呂って何？温泉や入浴施設でのマナーも楽しく学びましょう。(テキストあり)	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
36	【北武蔵C.C.協力講座】(講義・実技) 気候療法講座と森林・地形療法の実践 ～ゴルフ場のフェアウェイを歩いて心も体もリフレッシュ～ ＜講師＞ 新井 光夫 先生 (気候療法士リーダー 鈴木 知明 先生)	＜全2回＞① 9/7(水) 13:30～16:30 ② 10/5(水) 13:30～16:30 ＜会場＞ 北武蔵カントリークラブ ＜参加費＞ 500円 ＜持ち物＞ 大きめのタオル
	＜内容＞ 気候療法について学び、ゴルフ場ウォーキングで即実践。タオルを引いて、芝の上に寝転んでみましょう。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
37	【北武蔵C.C.協力講座】(昼食・講義・実技) 気候療法講座と森林・地形療法の実践 ～ゴルフ場のフェアウェイを歩いて心も体もリフレッシュ～ ＜講師＞ 新井 光夫 先生 (気候療法士リーダー 鈴木 知明 先生)	＜全2回＞① 4/27(水) 12:00～16:30 ② 9/21(水) 12:00～16:30 ＜会場＞ 北武蔵カントリークラブ ＜参加費＞ 2,000円 ＜持ち物＞ 大きめのタオル
	＜内容＞ 気候療法について学び、ゴルフ場ウォーキングで即実践。タオルを引いて、芝の上に寝転んでみましょう。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
38	心あったか、公園お散歩ウォーキング ～自分の足で100歳まで歩こう！～ ＜講師＞ スポーツ推進委員 新井 光夫 先生	＜全4回＞① 6/3(金) 9:00～12:00 ② 10/28(金) 9:00～12:00 ③ 12/2(金) 9:00～12:00 ④ 2/3(金) 9:00～12:00 ＜会場＞ ① 城下公園 ② 四季の里第一公園 ③ 見福公園 ④ しものどう公園
	＜内容＞ 免許を返納してしまって外出の機会が減ってしまった方も、ぜひ近くの公園を利用して運動不足を解消し、100歳まで自分の足で歩きましょう。	



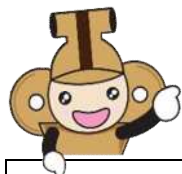
健康・運動分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
39	心あったかウォーキング ～無理なく歩いて目指せ100歳！～ ＜講師＞ スポーツ推進委員 新井 光夫 先生	＜全5回＞① 5/6(金) 9:00～12:00 ② 7/8(金) 9:00～12:00 ③ 9/30(金) 9:00～12:00 ④ 11/18(金) 9:00～12:00 ⑤ 1/13(金) 9:00～12:00
	＜内容＞ 復活！心あったかウォーキングです。 毎回、3km～5kmを歩きます。 市内のあちらこちらを歩くことで、今まで気が付かなかったことを発見できるかもしれません。 無理なく楽しく歩きましょう！	＜会場＞ ① (集合) 本庄総合公園 駐車場 ② (集合) リサーチパーク 駐車場 ③ (集合) 本庄総合公園 駐車場 ④ (集合) 若泉公園 駐車場 ⑤ (集合) 観光農業センター

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
40	ボッチャに挑戦！ ＜講師＞ 本庄ボッチャの会のみなさん	＜全3回＞① 8/20(土) 10:00～12:00 ② 8/27(土) 10:00～12:00 ③ 9/10(土) 10:00～12:00
	＜内容＞ 障害者も健常者も、老いも若きも、一緒にできるスポーツ「ボッチャ」に挑戦しましょう。	＜会場＞ シルクドーム サブアリーナ ＜持ち物＞ 体育館シューズ

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
41	コンビウォークで 美しい歩き方を目指しましょう！ ＜講師＞ 早稲田大学本庄高等学院 教諭 田邊 潤 先生	＜全3回＞① 5/11(水) 9:30～11:30 ② 5/18(水) 9:30～11:30 ③ 5/25(水) 9:30～11:30
	＜内容＞ 姿勢作りや腕の振り方、腰の使い方など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。	＜会場＞ シルクドーム サブアリーナ ＜持ち物＞ 体育館シューズ、大きめのタオル

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
42	「くすり」の疑問アレこれ ～誰かに話したくなる話が満載！～ ＜講師＞ 元大正製薬株式会社 薬事アドバイザー 鈴木 知明 先生	＜全1回＞① 9/3(土) 14:00～15:30
	＜内容＞ ドラッグストア用のくすり、病院のくすりの両方を、実際にあった問い合わせなどをお話しながらわかりやすく説明します。	＜会場＞ リサーチパーク レクチャールーム1

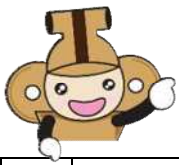


健康・運動分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
43	モルックに挑戦！ ～モルックから学ぶ優しい世界～ ＜講師＞ 日本モルック協会公認団体 「モルック津和野」代表 萩野 慈隆 先生	＜全1回＞① 11/11(金) 14:00～16:00 ＜会場＞ 若泉公園 多目的グラウンド(フットサル場) (雨天の時は、武道館です。)
	＜内容＞ モルックの概要を紹介し、モルック体験をします。 競技をとおして、チームメイトや対戦相手への、思いやりの気持ちを感じてもらいます。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
44	【北武蔵C.C.協力講座】 ゴルフ場お散歩ボランティア ＜引率＞ 本庄市生涯学習課職員	＜全3回＞① 5/24(火) 14:00～16:00 ② 10/11(火) 14:00～16:00 ③ 1/24(火) 14:00～16:00 ＜会場＞ 北武蔵カントリークラブ
	＜内容＞ ゴルファーが作った芝の穴を砂で埋める作業です。ゴルフ場では、「目つち」といいます。 「目つち」をすることで、芝が再生しきれいなフェアウェイになります。 このゴルフ場には、「目つち」ボランティアのクラブがあります。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
45	【埼玉県立本庄高等学校協力講座】 サッカー上達への道！！ ～技術が身につく練習技術教えます～ ＜講師＞ 埼玉県立本庄高等学校 サッカー部のみなさん	＜全1回＞① 11/5(土) 10:00～12:00 ＜会場＞ 若泉公園 多目的グラウンド(フットサル場) ※小学生・中学生対象
	＜内容＞ サッカーがうまくなる練習方法を教えます。	



自然・科学分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
46	温泉学入門 ～温泉を10倍楽しもう～ <講師> 温泉ソムリエ分析書マスター・ 温泉観光実践士 清永 恵子 先生	<全1回>① 9/30(金) 14:00～16:00 <会場> 本庄市民文化会館 第3会議室
	<内容> 温泉の秘密や症状別温泉のススメなど、わかりやすくご説明します。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
47	【早稲田大学本庄高等学院協力講座】 100万年前の虫を探そう～琥珀を磨く～ <講師> 早稲田大学本庄高等学院の みなさん	<全1回>① 7/17(日) 9:30～12:00 <会場> 早稲田大学本庄高等学院 <材料費> 1,500円 ※小学4年生以上対象
	<内容> 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。 注意:現在、琥珀の入手が困難になっており、内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。	

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
48	ラジオを作って、 仕組みを知って、実際に聞いてみよう! ～もしかしたら出演できるかも?～ <講師> 早稲田大学本庄高等学院 副学院長 影森 徹 先生	<全2回>① 7/30(土) 9:30～12:00 ② 8/4(木) 14:00～15:00 <会場> ① 早稲田大学本庄高等学院 ② (株)ほんじょうFM
	<内容> FMラジオの仕組みを勉強し実際に作ります。	<材料費> 1,500円 注:金額が変更となりました。 ※小学4年生～6年生対象

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
49	県北の気候 <講師> 熊谷地方気象台職員	<全1回>① 12/13(火) 14:00～15:30 <会場> はにぽんプラザ 多目的ホール
	<内容> 夏、特に暑い県北の気候の特徴を知るとともに、気象災害と災害時の 気象情報の活用について学びます。	



自然・科学分野

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
50	<p>私たちにとっての“カーボンニュートラル”とは？ ～本庄市での地球温暖化への対応と 省エネ生活の推進～</p> <p><講師> 早稲田大学大学院 環境エネルギー研究科 教授 納富 信 先生 王 任卓 先生</p>	<p><全4回> ① 7/5(火) 10:00～11:30 ② 7/12(火) 10:00～11:30 ③ 7/19(火) 10:00～11:30 ④ 7/26(火) 10:00～11:30</p> <p><会場> リサーチパーク レクチャールーム1</p>
<p><内容> ① カーボンニュートラルとは？(地球温暖化、エネルギーの基礎) ② 気候変動・地球温暖化の今はどうなっているの？ ③ エネルギーとは？ エネルギーに関わる問題とは？ ④ 省エネルギー生活とは？ これから私たちに出来ることは何？</p>		

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
51	<p>【午前クラス】 自分の住む街を大切に、そしてキレイに！ ～街の景観を“花”から考える～</p> <p><講師> 早稲田大学大学院 環境エネルギー研究科 教授 納富 信 先生 大学院生のみなさん</p>	<p><全3回> ① 9/4(日) 9:30～11:30 ② 9/11(日) 9:30～11:30 ③ 9/18(日) 9:30～11:30</p> <p><会場> リサーチパーク 納富研究室 ※小学生・中学生対象</p>
<p><内容> 「自分の住んでいる街はキレイですか？」「自分の住んでいる街は、どんな街であってほしいですか？」 ”花”を通じて街の景観を豊かにする、そんなことを学んで体験してみましょう。</p>		

No.	講座名・講師	日程・会場・その他
52	<p>【午後クラス】 自分の住む街を大切に、そしてキレイに！ ～街の景観を“花”から考える～</p> <p><講師> 早稲田大学大学院 環境エネルギー研究科 教授 納富 信 先生 大学院生のみなさん</p>	<p><全3回> ① 9/4(日) 13:30～15:30 ② 9/11(日) 13:30～15:30 ③ 9/18(日) 13:30～15:30</p> <p><会場> リサーチパーク 納富研究室 ※小学生・中学生対象</p>
<p><内容> 「自分の住んでいる街はキレイですか？」「自分の住んでいる街は、どんな街であってほしいですか？」 ”花”を通じて街の景観を豊かにする、そんなことを学んで体験してみましょう。</p>		

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

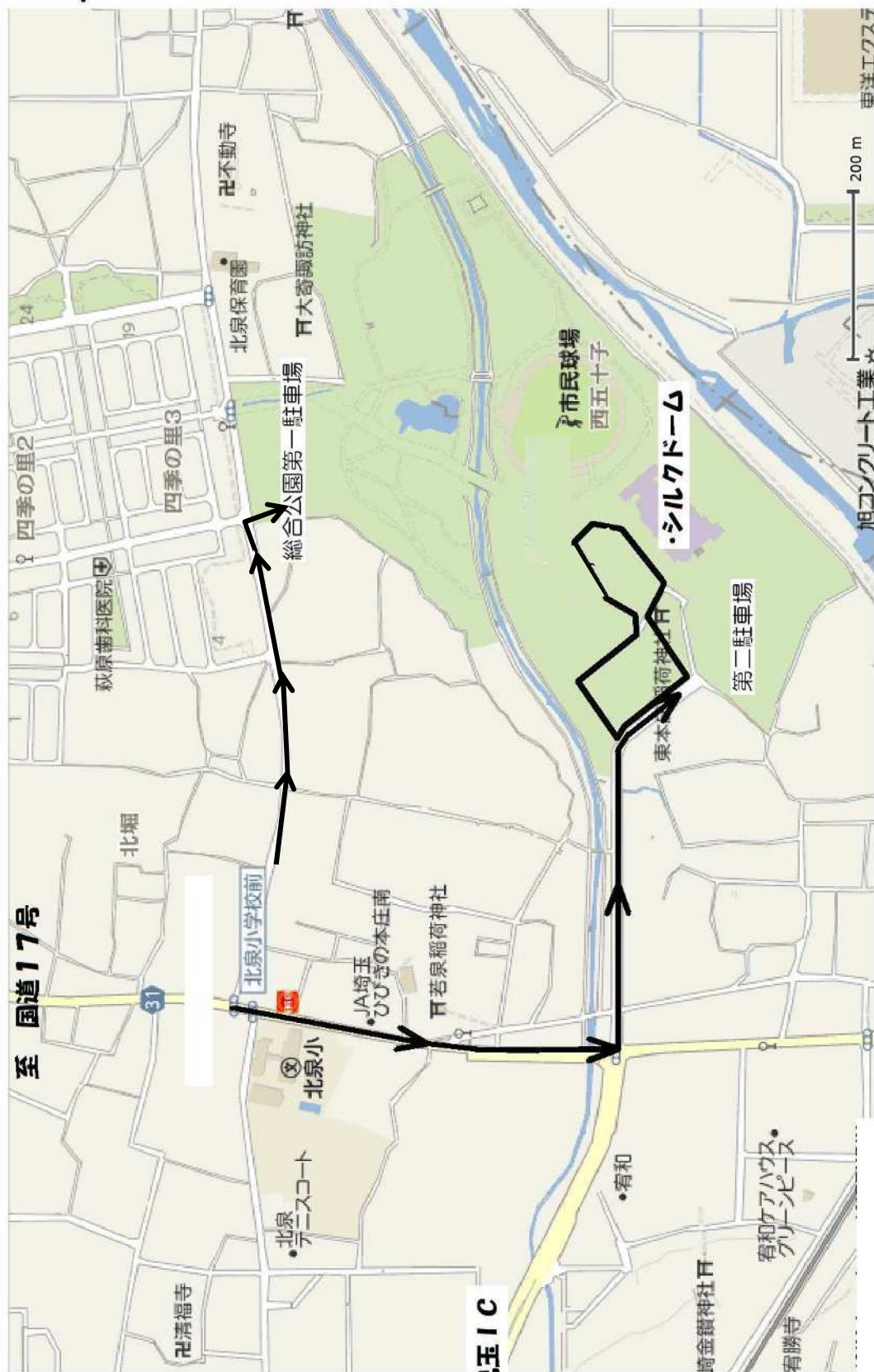


早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター
〒367-0035 本庄市西富田大久保山1011-3

本庄総合公園駐車場

第一駐車場(四季の里側)…北泉小学校前の信号を左折。
第二駐車場(シルクドーム側)…北泉小学校を過ぎて1つ目の信号を左折。

4



至 寄居



本庄市児玉文化会館
(セルデイ)

本庄市ふるさとの森公園 本庄市観光農業センター

本庄市児玉町小平 653番地

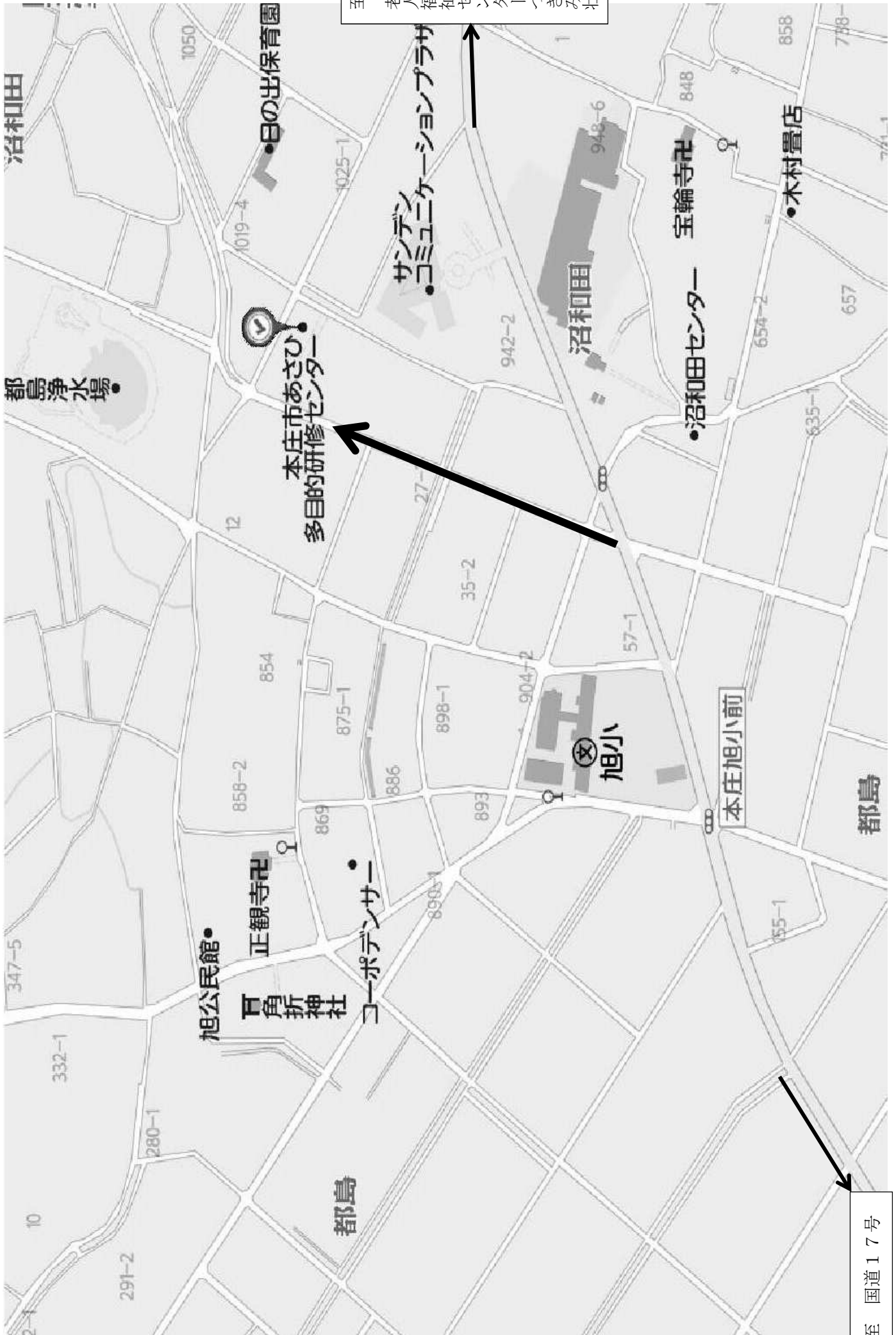
電話：72-6742



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

