

北九州市民カレッジ

2019年度 後期 講座案内

学びたいこと、いろいろ選べる!

受講生
募集中!!

10月から順次開講

全31講座



レジリエンス(回復力)
アップ



健康づくりのための
食の安全・安心講座



コミュニケーションの
ための英文法2



もっと身近に!
国際交流と
ボランティア



大学連携
リレー講座



社会教育・
生涯学習基礎講座



水泳愛好者のための
水泳教室



生涯を健康に
過ごすには?



未来を切り開く
材料の世界

한글

韓流ドラマで学ぶ
「韓国語の世界」

大人の学び、応援します！

～ようこそ、北九州市民カレッジへ！～

★お申込み方法

step
1

講座案内パンフレットや北九州市のホームページ等をご覧ください、受講したい講座をお選びください。

講座により、内容、開催日時および会場、受講料、回数、申込みお問い合わせ先、応募締め切り日等が異なりますので、ご確認ください。



step
2

受講したい講座が決まりましたら、次のいずれかの方法で、各講座ごとの応募締め切り日までにお申し込みください。

パンフレット
裏表紙の

「北九州市民カレッジFAX・郵送申し込み票」に記入し、

① 郵 送

切手を貼った封筒に入れて、申込先へ郵送。



② FAX

申込先へFAXで送信



③今年度からインターネットでお申し込みができるようになりました！

講座案内パンフレットの各講座のページに掲載されているQRコードを読み取って、スマートフォンからお申し込みできます。
北九州市のホームページからお申し込みいただくこともできます。
「北九州市民カレッジ」で検索してください。



step
3

講座の開講1週間前までに、「受講票」をお送りいたします。

申込み多数で抽選により受講者を決定した場合は、抽選にもれた方にも文書でお知らせいたします。

★受講料

「まちづくり・人材育成系コース」「総合・教養系コース」は、受講初日にご持参ください。

「高等教育機関提携コース」は、申込先がお知らせする方法でお納めください。

★「スポット受講」について

お忙しい方も受講できる時に、自分に合う講座がどうかお試して、「スポット受講対象講座」の中のお好きな回を選んで特別料金で受講することができます。

詳しくは、P2「スポット受講のご案内」をご覧ください。

「スポット受講」も応募締め切り日までにお申し込みが必要です。



「スポット受講」のご案内

「スポット受講対象講座」の中のお好きな回をお選びいただき、特別料金で体験できます。

(講座により「スポット受講」できる回数が異なります。)

マークの見方

このマークのついている講座はスポット受講ができます。

スポット受講の際の受講料

スポット受講可能な回数

スポット受講

詳細は2ページ

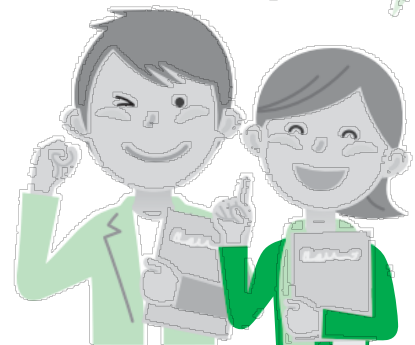
料金

000円/回

●回限り

初めての方、お忙しい方にもオススメです。

気に入ったら全体受講に切替えることができるのね。



対象講座

今回「スポット受講」できるのは、「スポット受講対象講座」のマークがついている24講座です。

受講料

受講料は講座ごとに異なりますので、6ページ以降の講座ごとのページをご覧ください。

申込方法

裏表紙にある「北九州市民カレッジFAX・郵送申し込み票」に必要事項およびスポット希望日をご記入の上、締切日までにFAXまたは郵送でお申し込みください。スマートフォンや北九州市のホームページからもお申し込みできます。

受講者には、講座の開講1週間前までに、「受講票」をお送りします。

ご注意くださいこと

- 「スポット受講」ができる回数や受講料は、講座によって異なりますので、6ページ以降の講座ごとのページでご確認ください。
- スポット受講の回数や受講料により、全体受講の方が受講料が安くなる場合があります。その場合は、ぜひ全体受講でお申し込みください。
- 「スポット受講対象講座」の表示がない講座では、「スポット受講」は実施していません。
- その講座を引き続き受講したい場合は、差額の受講料をお支払いいただき、全体受講に切り替えることもできますので(定員に余裕がある場合のみ)、第1回目の「スポット受講」をお勧めします。

○定員を上回るお申し込みがある場合は、全体受講の方が優先となります。

お問い合わせ 北九州市立生涯学習総合センター TEL(093)571-2735

◆ 後期実施講座一覧

おもな曜日・時間帯を掲載しています。詳しい曜日・時間帯は6ページ以降の詳しい内容をご覧ください。



「北九州市民カレッジ」の情報は「北九州市」のホームページの中の
「**くらしの情報**」▶「**生涯学習**」▶「**北九州市民カレッジ**」から検索できます。

まちづくり・人材育成系コース(9講座)

1 SDGsを理解して、北九州の未来を考える

(6ページ) 応募締切: 10月10日(木)

スケジュール 2019年10月24日(木)～11月26日(火)

火 曜日 15:00～17:00

全6回

※10/24は木曜日
11/6は水曜日

実施場所 北九州市立大学小倉サテライトキャンパス

受講料 1,000円

定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

2 環境人材育成講座

(7ページ) 応募締切: 10月16日(水)

スケジュール 2019年10月30日(水)～11月27日(水)

水 曜日 10:00～12:00

全5回

実施場所 北九州市環境ミュージアム 他

受講料 1,000円

定員 20名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

3 社会教育・生涯学習基礎講座—SDGsと社会教育

(8ページ) 応募締切: 11月18日(月)

スケジュール 2019年12月2日(月)～2020年2月3日(月)

月 曜日 18:30～20:30

全8回

※12/21のみ土曜日
10:00～12:00

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター

受講料 2,000円

定員 30名

4 熱血!まちを彩る男達!!

(9ページ) 応募締切: 11月21日(木)

スケジュール 2019年12月5日(木)～2020年2月13日(木)

木 曜日 19:00～21:00

全5回

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター

受講料 1,000円

定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

5 私たちの手でつくる安全・安心～地域での防犯の取組～

(10ページ) 応募締切: 12月4日(水)

スケジュール 2019年12月18日(水)～2020年3月4日(水)

水 曜日 18:30～20:30

全6回

※第1回と第2回は
19:00～21:00

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター

受講料 1,000円

定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

6 [大学連携リレー講座]“生きがい”再発見、これからの人生～中高年よ、大志を抱け～

(11ページ) 応募締切: 1月10日(金)

スケジュール 2020年1月24日(金)～2月21日(金)

金 曜日 13:30～15:30

全5回

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター

受講料 1,000円

定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

7 北九州ふるさと再発見～身近な生き物の暮らしから未来を考える～

(12ページ) 応募締切: 10月31日(木)

スケジュール 2019年11月14日(木)～12月14日(土)

木 曜日 18:00～20:00

全5回

※第5回のみ土曜日
14:00～16:00

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター 他

受講料 1,000円

定員 20名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

8 自分を知り よりよく生きる～自分らしく輝くために～

(13ページ) 応募締切: 11月1日(金)

スケジュール 2019年11月15日(金)～12月13日(金)

金 曜日 14:00～16:00

全5回

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター

受講料 1,000円

定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

9 もっと身近に!国際交流とボランティア

(14ページ) 応募締切: 12月23日(月)

スケジュール 2020年1月11日(土)～2月22日(土)

土 曜日 10:30～12:30

全5回

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター

受講料 1,000円

定員 20名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

総合・教養系コース(4講座)

10 光源氏と女たちをめぐる謎!?

15ページ 応募締切: 10月26日(土)

スケジュール 2019年11月9日(土)~12月21日(土)

土曜日 13:30~15:30 全5回

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター

受講料 2,500円 定員 20名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
何回でも可

11 世界に誇る!北九州のものづくり現場を訪ねて

16ページ 応募締切: 1月9日(木)

スケジュール 2020年1月23日(木)~2月20日(木)

木曜日 13:00~15:30 全5回

実施場所 北九州イノベーションギャラリー 他

受講料 2,500円 定員 20名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
何回でも可

12 健康づくりのための食の安全・安心講座

17ページ 応募締切: 11月5日(火)

スケジュール 2019年11月19日(火)~12月17日(火)

火曜日 10:00~12:00 全5回

受講料 2,500円

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター

定員 40名

お客様の
同室見守り
対象講座

先着
5名
無料

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
初回1回のみ

13 レジリエンス(回復力)アップ -健康なこころの育て方-

18ページ 応募締切: 12月27日(金)

スケジュール 2020年1月16日(木)~2月13日(木)

木曜日 18:30~20:30 全5回

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター

受講料 2,500円 定員 30名

高等教育機関提携コース(18講座)

14 水泳愛好者のための水泳教室

19ページ 応募締切: 10月1日(火)

スケジュール 2019年10月14日(月)~12月23日(月)

月曜日 14:00~16:00 全10回

実施場所 九州共立大学キャンパス内 福原学園屋内公認プール

受講料 10,000円 定員 20名

15 理系の話を聞いてみよう(後編)

20ページ 応募締切: 10月25日(金)

スケジュール 2019年11月11日(月)~2020年1月27日(月)

月曜日 13:00~15:00 全10回

実施場所 九州共立大学自由ヶ丘会館3階

受講料 5,000円 定員 30名

16 健康で働くためには、どうすれば良い?! 第2弾

21ページ 応募締切: 10月24日(木)

スケジュール 2019年11月7日(木)~12月5日(木)

木曜日 18:00~20:00 全5回

実施場所 産業医科大学

受講料 3,000円 定員 20名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

17 生涯を健康に過ごすには?

23ページ 応募締切: 1月17日(金)

スケジュール 2020年1月31日(金)~2月28日(金)

金曜日 15:00~17:00 全5回

実施場所 産業医科大学

受講料 3,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

18 人生100年時代を健康でアクティブに生きるために

24ページ 応募締切: 10月31日(木)

スケジュール 2019年11月14日(木)~12月12日(木)

木曜日 13:00~15:00 全5回

実施場所 西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部

受講料 3,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
2回限り

19 未来を切り開く材料の世界

25ページ 応募締切: 10月18日(金)

スケジュール 2019年11月1日(金)~2020年1月24日(金)

金曜日 18:00~19:30 全11回

実施場所 ウェルとばた

受講料 6,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
5回限り

20 ExcelVBAプログラミング入門

27ページ 応募締切:10月25日(金)

スケジュール 2019年11月12日(火)~12月13日(金)

火金 曜日 18:30~20:30 全10回

実施場所 折尾愛真短期大学

受講料 10,000円 別途テキスト代 定員 15名

21 簡単で分かりやすい「リスク」管理入門

28ページ 応募締切:11月12日(火)

スケジュール 2019年11月26日(火)~2020年1月21日(火)

火 曜日 18:30~20:30 全5回

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター

受講料 5,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
3回限り

22 北九州学/みんなで北九州の未来をワイワイガヤガヤ考える講座

29ページ 応募締切:10月18日(金)

スケジュール 2019年11月1日(金)~11月29日(金)

金 曜日 18:15~20:15 全5回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
2回限り

23 コミュニケーションのための英文法2

30ページ 応募締切:10月19日(土)

スケジュール 2019年11月2日(土)~2020年2月22日(土)

土 曜日 10:30~12:00 全7回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 定員 30名

24 ステップアップ基礎中国語

31ページ 応募締切:10月23日(水)

スケジュール 2019年11月5日(火)~2020年1月21日(火)

火 曜日 18:00~20:00 全10回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 8,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

25 話すためのドイツ語文法Ⅱ

32ページ 応募締切:10月28日(月)

スケジュール 2019年11月11日(月)~2020年2月17日(月)

月 曜日 19:00~20:30 全13回 ※2/17のみ
19:00~21:00

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 8,000円 別途テキスト代 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

26 ハングル入門 ~韓国を学ぶ~

33ページ 応募締切:11月21日(木)

スケジュール 2019年12月5日(木)~2020年1月30日(木)

木 曜日 18:30~20:00 全7回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

27 マーケティング視点で「街おこし」を考える講座

34ページ 応募締切:12月18日(水)

スケジュール 2020年1月8日(水)~2月5日(水)

水 曜日 18:30~20:30 全5回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

28 おひとりさまの死後事務委任 ~終活の視点から考える後始末のあり方~

35ページ 応募締切:12月20日(金)

スケジュール 2020年1月10日(金)~2月7日(金)

金 曜日 18:30~20:30 全5回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 別途エンディングノート代 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

29 韓流ドラマで学ぶ「韓国語の世界」

36ページ 応募締切:1月8日(水)

スケジュール 2020年1月22日(水)~2月19日(水)

水 曜日 18:15~20:15 全5回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

30 争続にならないための相続準備講座 <応用編>

37ページ 応募締切:1月23日(木)

スケジュール 2020年2月6日(木)~3月5日(木)

木 曜日 18:15~20:15 全5回

実施場所 九州国際大学地域連携センター

受講料 4,000円 定員 30名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

31 モチベーションの心理学

38ページ 応募締切:11月2日(土)

スケジュール 2019年11月16日(土)~11月17日(日)

土日 曜日 9:45~16:50 全2回

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター

受講料 5,500円 資料代を含む 定員 10名

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

期間 2019年 10月24日(木)～11月26日(火) [全6回]

実施場所 北九州市立大学小倉サテライトキャンパス
〒802-0001 小倉北区浅野1丁目1番1号 アミュプラザ小倉 西館7階 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
TEL : 571-2735 FAX : 571-0943

時間 15:00～17:00

応募締切

10月10日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 1,000円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：北九州市立大学 経済学部 准教授 牛房 義明

SDGsは2015年9月に国連総会で採択された「持続可能な開発目標」で、世界の課題を17の目標にまとめています。北九州市はこれまでの取り組みが評価され、2018年にOECD(経済協力開発機構)から「SDGs推進に向けた世界のモデル都市」、国から「SDGs未来都市」に選定されました。

この講座では、SDGsの背景、理念、17の目標について理解し、一人一人がSDGsの目標達成に貢献し、社会をより良くすることを目指します。

(第1回は、10月24日(木)、第3回は11月6日(水)となります。ご注意ください。)

牛房 義明

専門分野は環境経済学、エネルギー経済学、行動経済学。2012年から3年間、情報通信技術を利用してエネルギーを賢く使う「北九州スマートコミュニティ創造事業」において経済分析を行いました。この講座では、私はSDGsの達成目標であるエネルギー、温暖化についてお話しします。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	10/24 (木)	SDGsとはなにか	北九州市立大学 地域創生学群 教授 眞鍋 和博 ESD/SDGsと学校・企業での 人材育成に取り組む。
2	10/29 (火)	貧困をなくそう、 すべての人に健康と福祉を	北九州市立大学 地域創生学群 准教授 坂本 毅啓 専門は社会福祉学。地域生活 課題の解決に取り組んでいる。
3	11/6 (水)	人や国の不平等をなくそう (フェアトレード)	北九州市立大学 外国語学部 教授 大平 剛 フェアトレード推進団体Etica、 北九州エシカル推進ネットワー ク-エシカル種まき隊-主宰者。
4	11/12 (火)	エネルギーみんなにそしてクリーンに (担当 牛房) 産業と技術革新の基盤をつくろう (担当 永原)	北九州市立大学 環境技術研究所 教授 永原 正章 人工知能と制御理論の世界的な 研究者、インド工科大学客員教授。
5	11/19 (火)	働きがいも経済成長も	経営戦略コンサルタント、 ラジオDJ、社会心理学研究者 橋本 和宏 SDGs経営に挑戦した、もと老 舗4代目、ヨガやアートも語る 多才多才。
6	11/26 (火)	住み続けられるまちづくりに	城野ひとまちネット タウンマネージャー 太田 信知 子どもから高齢者まで多様な世 代が笑顔になるくらしのために 取り組んでいます。

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

期間 2019年 10月30日(水)～11月27日(水) [全5回]

実施場所 【講座1、2、5回目】 北九州市環境ミュージアム 北九州まなびとESDステーション
〒805-0071 八幡東区東田2-2-6 (39ページアクセス参照) 【講座3、4回目】 〒802-0006 小倉北区魚町3丁目3-20 中屋ビル地下1階

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 10:00～12:00

応募締切
10月16日(水)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 20名

受講料 1,000円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：北九州市環境局環境学習課

北九州市では、持続可能な社会づくりに向けて、市内に豊富にある環境学習施設や自然フィールドなどの身近な場所で、世代を超え、能力や意欲に応じた学習ができる仕組みづくりを行い、「市民環境力」の向上を目指しています。

この講座は、環境意識の向上、持続可能な未来へ繋がる環境行動の実践を目的としています。

「ライフスタイルの変革」＝「気づき」から「行動」へに向け、学習や体験を通して楽しく学んでみませんか。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	10/30 (水)	～環境ミュージアムと地球の道～ 地球誕生から現代までの46億年の壮大なドラマを、歩いて体験する「地球の道」。 脚本家・倉本聰氏が塾長を務める富良野自然塾のプログラムをガイドでご案内します。	北九州市環境ミュージアム 企画調整員 向井 侯太 環境学習コンシェルジュ。地球の道インストラクター、展示ガイド
2	11/6 (水)	～環境首都北九州市のあゆみ～ 1960年代、「七色の煙」に覆われた空」「死の海」と呼ばれた洞海湾に代表される深刻な公害から、奇跡の再生を果たした北九州市の環境の歴史を、館内ツアーを交えて紹介します。	環境ミュージアム ガイドリーダー 本田 千尋 環境学習コンシェルジュ。地球の道インストラクター、展示ガイド
3	11/13 (水)	～SDGsは、私たちの未来への道しるべ～ 今、世界が注目する2030年までの国際目標・SDGs(持続可能な開発目標)について、北九州市の取組やいくつかの国の話題等を交えてお話します。	北九州ESD協議会 泉 優佳理 科学技術コミュニケーター。博士(学術)。環境首都検定検討会構成員 北九州市企画調整局 SDGs推進室
4	11/20 (水)	～ジオ&バイオから見る、地域の魅力～ 北九州に約3億年以上前から広がる多様な大地(ジオ)。多様な大地が生み出す生物(バイオ)や人の生活、産業等について、ワークショップとともにご紹介します。	北九州ESD協議会 杉野 広利 ジオ&バイオ研究会会長。北九州市自然環境サポーター
5	11/27 (水)	～環境首都検定合格応援講座～ 12月15日に行われる環境首都検定の合格応援講座を行います。過去問題や出題傾向から、検定の学習ポイントなどを学びます。 ※検定の受検には別途申込が必要です。	北九州市環境ミュージアム 館長 中藪 哲 北九州市職員として長きにわたり環境行政に携わり、現在、環境ミュージアムにて、本市の公害克服の歴史等、環境行政の解説を行う

期間 2019年12月2日(月)～2020年2月3日(月)[全8回]

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 18:30～20:30 (第4回のみ 10:00～12:00)

応募締切
11月18日(月)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 2,000円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：九州大学 准教授 岡 幸江

2019年度より、本市社会教育主事が、「地域・人づくりアドバイザー」の肩書も持つようになりました。社会教育現場および市民センター実践において、「地域づくりと社会教育」の関係はどう考えるかは、一層根幹的な問題に浮上しています。そうしたなかで今年、「地域づくり」としてSDGs(持続可能な開発目標。2015年国連サミットで採択)に焦点をあてます。

本市が他市に先駆けてSDGsをすすめる背景—いかに環境と開発が市と市民の課題となり、とりまかれてきたのか—をも学びつつ、この課題を地域や市民センター実践に主体的に活かしていく視点と知恵を手にするを、全体の目標としています。

岡 幸江

2009年より九州大学准教授。同年より社会教育主事講習主任講師を担当。本基礎講座は、前任者より引き継ぎ、2010年より担当しています。本年からコーディネートを現地北九州市立大学准教授の恒吉先生にもご一緒いただくこととなりました。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	12/2 (月)	オリエンテーション—SDGsと社会教育 今期の講座をめぐるテーマの背景、とくに市民センター・社会教育職員にとっての本テーマの意義と課題を考えます。	九州大学 准教授 岡 幸江 北九州市立大学 准教授 恒吉 紀寿
2	12/9 (月)	北九州市におけるSDGsのとりくみ 全国的にも評価の高い、本市のSDGs施策展開の歴史・現在・未来について考えます。	北九州市SDGs推進室 次長 上田 ゆかり
3	12/16 (月)	北九州圏域におけるSDGsの実践 市民活動からSDGsにどうとりくみ、市との協働はどう行われてきたのか、周辺圏域にも広がる見地から学びます。	豊の国海幸山幸ネット 事務局長 原賀 いずみ
4	12/21 (土)	SDGs 総論 (公開講座) 本市のテキスト『私たちの未来とSDGs』の監修者でもある講師より、基礎および一歩応用にふみこむ話をさせていただきます。	法政大学 准教授 川久保 俊
5	12/23 (月)	持続可能な社会と社会教育 SDGsの目標が有する可能性や限界もふまえ、地域の現実に根ざしてSDGsを活用するとはどういうことかを考えます。	鹿児島大学 准教授 酒井 佑輔
6	1/20 (月)	岡山の事例からみるSDGsと社会教育 公民館として意識的にESD・SDGsにとりくんできた岡山市の蓄積から、市の政策と公民館の関係について考えます。	岡山市教育委員会 公民館振興室 主査 友延 栄一
7	1/27 (月)	公害学習と社会教育 北九州市における環境問題と社会教育の原点となる1960年代のとりくみに学びながら、社会教育とはなにか、改めて考えます。	北九州市立大学 准教授 恒吉 紀寿
8	2/3 (月)	まとめディスカッション 今期のまとめおよび、次年度にむけての課題を語り合いのなかからさぐります。	九州大学 准教授 岡 幸江 北九州市立大学 准教授 恒吉 紀寿

スポット受講
詳細は2ページ
料金
500円/回
何回でも可

期間 2019年12月5日(木)～2020年2月13日(木) [全5回]

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 19:00～21:00

応募締切
11月21日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 1,000円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：生涯学習総合センター

「シビックプライド」という言葉を聞いたことがありますか？

自分自身が関わって地域を良くしていこうとする“自負心”それが「シビックプライド」です。

この講座では、北九州市を愛する男たちが「食」・「声」・「花」・「まち」・「数字」等を手段に、このまちの文化を日本全国や世界に発信している姿をお届けいたします。

若者たちの熱い想いにパワーをもらい、あなたにできるまちづくりを考えてみませんか。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	12/5 (木)	「食」&「イベント」で地域の元気を作った男! 「食」で北九州市を全国へ広めていった、キーポイントは何だろう! イベントを活用した、まちづくりや人づくりを一緒に考えてみましょう。	松尾薬品株式会社 専務取締役 わっしょい百万夏まつり振興会事務局 顧問 八幡ぎょうざ協議会 顧問 松尾 孝治 小倉発祥焼うどん・八幡ぎょうざの地域ブランド構築や様々なイベントの企画・運営を通した、まちづくり活動を積極的に展開している。
2	12/19 (木)	「声」をタイムカプセルに詰め込んだ男! コミュニティFMを通してどの様に地域と関わっていったのか、そしてタイムカプセルに詰め込まれた声の行方を一緒にのぞいてみましょう。	AIR STATION HIBIKI株式会社 代表取締役 武智 充 北九州博覧祭のラジオ局にボランティアスタッフとして参加し、その後コミュニティFMを設立。「黒崎ハロウィン」「タウンシップスクール黒崎まちの合唱部」等に携わっている。
3	1/9 (木)	「花」のこころを名画にした男! “癒し・魅惑・喜び”花から届く様々な想いを一緒に体験しましょう。	naturica 和田生花店 代表 公益社団法人日本フラワーデザイナー協会講師 和田 翔 Japan Florist of the year2015 日本花職杯 優勝 (めざましテレビでパフォーマンス) 2019ソウルで開催フラワーボディーデコレーションに参加!
4	1/23 (木)	「まち」をあじわう「繋がり」を仕掛けた男! 従来型の観光開発ではない旅によって地元の人や店の人と仲良くなれる拠点づくりを一緒にイメージしてみましょう。	株式会社北九州家守舎 代表取締役 (一社)ソシオファンド 北九州理事 遠矢 弘毅 2010年café causa(インキュベーションカフェ)創業 新しいツーリズムに挑むホステル&ダイニング株式会社タンガテール取締役、 テレビ西日本「土曜NEWSファイルCUBE」コメンテーター
5	2/13 (木)	「数字」と「写真」を愛した男! 生活の中に、活きている数学のおもしろさを、一緒に気づいてみましょう。	フォトグラファー 西日本工業大学 工学部・デザイン学部 非常勤講師 ほか 四海 飛鳥 リバーウォーク北九州において “24時間愛は地球を救う!”を アート作品でプロデュース

スポット受講
 詳細は2ページ
 料金
 500円/回
 何回でも可

期間 2019年12月18日(水)～2020年3月4日(水)[全6回]

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター
 〒803-0811 小倉北区大門1-6-43 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
 〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
 TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 18:30～20:30 (第1回と第2回は19:00～21:00)

応募締切

12月4日(水)

スマートフォンからも
 お申込みできます▶



定員 30名

受講料 1,000円

受講生への
 メッセージ

コーディネーター：特定非営利活動法人KID's work 代表理事 大久保 大助

「北九州市安全・安心条例」にうたわれているように、犯罪から身を守り安心して暮らすためには、市民による地域での取りくみが大切です。

犯罪の機会を与えない、犯罪を未然に防ぐという観点から、受講者同士で学び合い、フィールドワークを通して実践に結び付けられる力を高めていきます。

大久保 大助

社会貢献教育ファシリテーター
 地域総合リーダー養成講座卒業生
 「企画XX(キカックス)」プロジェクトリーダー
 主に野外活動・自然体験・ものづくり体験で子どもたちをサポートし、子どもの健全育成に寄与し、未来の市民を創る活動をしています。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	12/18 (水)	アクティブ・ブック・ダイアログ®で読む “身近な犯罪” ～事例を知って自分ごと化してみよう～	アクティブ・ブック・ダイアログ® 認定ファシリテーター 藤谷 真利子 読書が好きな人も苦手な人も一緒に、短時間で一冊の本が読める手法「アクティブ・ブック・ダイアログ®」を活用した学び合いの場づくりをしています。NPO法人里山を考える会・職員。
2	1/8 (水)	犯罪機会論とは ～被害防止能力の向上や犯罪が起こりにくいまちづくりとは～	北九州市立大学 特任教員 防犯・防災PJ(MATE's)指導教員 村江 史年 専門は「教育学」。大学院を卒業後、公益財団法人の勤務を経て現職へ。現職では大学の地域連携の窓口となり、大学と地域、地域と学生を繋いで多様な社会課題の解決に向け日々学生たちと活動を行っている。
3	1/15 (水)	フィールドワークに向けて 第1、2回の学びを基に、フィールドワークを行う上での視点を考えます。	
4	2/5 (水)	フィールドワーク 「犯罪機会論」の視点で実際に地域を歩き、点検します。	コーディネーター 大久保 大助
5	2/19 (水)	フィールドワークの振り返り 地域実践につなげるための振り返りをします。	
6	3/4 (水)	実践プラン作り 地域実践のための企画書を作成します。	

期間 2020年 1月24日(金)～2月21日(金) [全5回]

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター
 〒803-0811 小倉北区大門1-6-43 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
 〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
 TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 13:30～15:30

応募締切

1月10日(金)

スマートフォンからも
 お申込みできます▶



定員 30名

受講料 1,000円

受講生への
 メッセージ

コーディネーター：北九州市立生涯学習総合センター

中年・高年期を迎えた方は、その生き方、あり方についての社会的関心も強く、仕事一筋の生き方から、アフターファイブの過ごし方やもう一人の自分探し、といわれるような生き方を模索する時期となります。

この講座では、健やかな老後を送るために、中高年の方が直面する社会問題や健康な心身、生きがい、一般教養などについて学び、これからの人生設計を考えていきます。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/24 (金)	i-Designにおける学び 自分や地域の未来をデザインし、考えていくために必要となる、柔軟な発想方法や人に分かりやすく伝える方法などを紹介し、みなさんに実際に体験していただきます。	北九州市立大学 教授 中尾 泰士 博士(理学)、i-Designコミュニ ティカレッジ副塾長。同カレッジ で「学問のススム」を担当。
2	1/31 (金)	健康に過ごす秘訣「元気に長生き」 「健康寿命とは？」日常生活を顧みて、よりよく過ごす秘訣を見つけましょう。出来そうで出来ない?!思わず笑顔になる簡単な体操で、脳に刺激を与えます。	九州国際大学 助教 木下 温子 理学療法士として病院勤務後、 福岡大学スポーツ科学部助教 を経て、H26年より現職。
3	2/7 (金)	自分の体を知ろう ー解剖学的な理解ー 私たちの体を表面から観察するだけでも、人体の様々な基本的な構造を理解することができます。体の硬い部分、突出した部分など、それぞれに解剖学的な理由があるものです。本講座では、解剖学的なヒトの体の見方、形の上での性差などを解説します。	九州栄養福祉大学 教授 大澤 得二 東京教育大学理学部卒。歯学 博士(理学)。岩手医科大学 で34年間、人体解剖を教え てきました。
4	2/14 (金)	ひきこもり状態にある人と家族との かかわりについて考える ひきこもりの現状、支援施策、支援の実際に触れ、地域住民としてひきこもり状態にある人と家族とかわかる際に、おさえておきたいポイントについて考えます。	西南女学院大学 講師 梶原 浩介 医療機関・教育機関での勤務 経験を経て、2019年度より西 南女学院大学にて勤務。博士 (社会福祉学)。
5	2/21 (金)	「知ることは、最大の喜び」今こそ学ぼう、知ろう 社会は益々複雑になり、すごい勢いでAI化も進んでいます。中高年は「着いて行く」のではなく「キャリアをもってリドして行く」態度が必要です。これまでの実践を踏まえて、これからはたくさんの方のことを幅広い読書を通じて得ていきましょう。豊かな人生のための読書案内を行います。	折尾愛真短期大学 前准教授 (非常勤講師) 市川 順一 九州大学 経済学部卒業、現 パナソニックに入社。2010年 より折尾愛真短期大学 准教 授。2019年4月より現職。

期間 2019年 11月14日(木)～12月14日(土) [全5回]

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページ アクセス参照)
(第5回は 響灘ビオトープ: 若松区響町一丁目126-1※原則現地集合・解散)

申込・問合せ先 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内
TEL: 641-9360 FAX: 641-9332

時間 18:00～20:00 (第5回のみ 14:00～16:00)

応募締切

10月31日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 20名

受講料 1,000円

受講生への
メッセージ

コーディネーター: 響灘ビオトープ 園長 安枝 裕司

北九州市は工業都市でありながらも自然環境も豊かな都市で、里山～川～里地～干潟～海など多様な生態系も有しています。生息する生き物は、地域ごとに特色があり、希少になったものも少なくありません。

地区ごとの特色ある生き物にスポットをあて、それらを保全することで、豊かな自然環境を次世代に引き継ぐため、自然環境の現状を正しく理解し、それらを市民が主体となって保全する方法を考える講座です。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/14 (木)	門司 『アサギマダラ』 “旅する蝶”と言われ、日本で唯一、数百キロの長距離移動をする蝶を守る取り組みについて	白野江植物公園 園長 阿南 裕之
2	11/21 (木)	戸畑 『戸畑あやめ』 かつて戸畑の原野にのみ自生し自滅したと考えられていた伝説の花を、地域の方々を中心に守り育てる取り組みについて	戸畑あやめを育てる会 会員 高崎 聡
3	11/28 (木)	小倉南 『ガシャモク』 西日本では北九州が唯一の自生地となった希少な水生植物を守る取り組みについて	市丸小学校 主幹教諭 山元 佳典
4	12/5 (木)	八幡他 『ニッポンバラタナゴ』 かつてはため池・湖・沼などに多く生息していたが、現在は絶滅の危機にある淡水魚を守る取り組みについて	水環境館 福田 海輝
5	12/14 (土)	若松 『カヤネズミ』 生息場所となる草が減少し、絶滅の危機に直面する、日本で一番小さいネズミを守る取り組みについて ※現地集合、解散	響灘ビオトープ 次長 三上 剛

スポット受講

詳細は2ページ

料金

500円/回

何回でも可

スポット受講
 詳細は2ページ
 料金
 500円/回
 何回でも可

期間 2019年 11月15日(金)～12月13日(金) [全5回]

 実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
 〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページ アクセス参照)

 申込・問合せ先 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
 〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内
 TEL: 641-9360 FAX: 641-9332

時間 14:00～16:00

応募締切

11月1日(金)

 スマートフォンからも
 お申込みできます▶


定員 30名

受講料 1,000円

 受講生への
 メッセージ

コーディネーター：北九州市立八幡西生涯学習総合センター

「自分のことを知りたい」と思うのは「幸せになりたい」という思いと同じく、私たちが自然に持っている願望の一つではないでしょうか。価値観が多様化する現代、幸せの形は様々となってきています。そんな中、自分自身がどういう人間であるのか、自分にとって一番大切なものは何なのかを考えることはとても大切です。人生のシナリオは自分だけのもの。よりよい人生を送り、自分らしく輝くために 一緒に学んでみませんか。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/15 (金)	自分の心の癖を知って 楽になる ～心理学で読み解く「自分」の傾向～	OK牧場代表 TA教育コンサルタント 山下 志保 心理学(交流分析)を主体とした セミナーや講座を行っています。
2	11/22 (金)	カラーセラピーで自分を癒す ～身近にある色を手掛かりに もよもやした心の中を整理してみましょう～	色彩心理カウンセラー 小林 理恵 「心と色の教室」を主宰する傍ら、色を利用して自分や相手の心を大切に方法方法を伝えています。
3	11/29 (金)	過去や未来にとらわれない 心の整え方 ～「いま」に集中するための マインドフルネス(瞑想など)の方法～ ☆実践あり	北九州市立大学 文学部人間関係学科 講師 柴原 健太郎 日本スポーツ心理学会などに 所属し、アスリートを対象にメンタルトレーニングの指導も 行っています。
4	12/6 (金)	リンパマッサージで自分の体と対話し、癒す ～身体のデトックスと免疫力向上のために～	日本メディケアリンパ協会 理事長 丸尾 陽実 リンパや五感を刺激することで 心と身体の健康づくりを支援し ています。
5	12/13 (金)	その存在を認め、受け入れる ～心理学でみる自己肯定感の意義～	西南女学院大学 保健福祉学部 教授 北九州市立大学 名誉教授 臨床心理士 中島 俊介 心と健康、対話などについての 研修の講師や講演を行っています。



期間 2020年 1月11日(土)～2月22日(土) [全5回]

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 641-9360 FAX: 641-9332

時間 10:30～12:30

応募締切

12月23日(月)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 20名

受講料 1,000円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：公益財団法人北九州国際交流協会

北九州市は、多文化を受入れ世界に開かれた魅力ある地域づくりと人づくりを進めています。

その実現のためには、地域で暮らす日本人と外国人が互いのちがいを理解し、尊重しあうことが大切です。

その第一歩として、多文化共生や国際理解、国際交流の活動をしている人たちの声を外国人、日本人の視点から聞きます。外国人市民が今後増加することが見込まれる今、もっと身近に国際交流とボランティアをしてみませんか。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/11 (土)	多文化共生ってなんだろう？ 多文化共生ワンストップインフォメーションセンターで 働く人の声を聞いてみよう！ 前半は北九州市の多文化共生についてのお話。後半は多文化共生ワンストップインフォメーションセンターに寄せられる相談や、北九州市で暮らす外国人のことについて一緒に考えてみましょう。	北九州市企画調整局国際部 北九州国際交流協会 多文化ソーシャルワーカーと 外国語相談員のみなさん
2	1/18 (土)	国際交流員から話を聞いてみよう！ 様々な国から来た国際交流員のみなさんに、流暢な日本語でそれぞれ自国の紹介や国際交流員の仕事について語っていただきます。	北九州市の国際交流員
3	2/1 (土)	留学生とホストファミリーボランティア から話を聞いてみよう！ 留学生とホストファミリーボランティアの方々に、交流を通して気がついたことや、文化の違い、「ことば」の壁などを語っていただきます。	留学生と ホストファミリーボランティアの みなさん
4	2/8 (土)	北九州国際交流団体ネットワーク「キーネット」で 活躍する人から話を聞いてみよう！ 北九州市や近隣地域で国際交流にかかわる市民団体の方からその活動について語っていただきます。	キーネットに所属している 団体のみなさん
5	2/22 (土)	日本語コーディネーター、 日本語ボランティアの話を聞いてみよう！ 日本語教育と地域の日本語教室について、やさしい日本語への言い換えのコツ、市内のボランティアによる日本語教室紹介などを行います。	北九州国際交流協会 日本語コーディネーター 日本語ボランティア教室の みなさん

期間 2019年 11月9日(土)～12月21日(土) [全5回]

実施場所 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 13:30～15:30

応募締切

10月26日(土)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 20名

受講料 2,500円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：九州女子大学 教授 荻原 桂子

日本が世界に誇る恋愛小説『源氏物語』は誰もが知っている有名な物語。しかし、桐壺から夢浮橋まで読み通した方は意外に少ないのではないのでしょうか。54帖という長さにくわえて古文ではちょっとという方も多いのではありませんか。そこで、面白いほどよくわかる『源氏物語』の講座を用意しました。絶世の美男子が次々と起すラブアフェアだけでなく、帝四代にわたる歴史小説であり、藤原氏をめぐる政治サスペンスでもあるといった贅沢な王朝エンターテイメントです。

一念発起『源氏物語』にチャレンジしてみようという方、昔読んだけどもう一度読み直してみようという方、すべて読み通すという夢を実現したい方は是非参加してください。みんなでわいわいがやがや『源氏物語』の世界を楽しみましょう!

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/9 (土)	史上最高の恋愛小説『源氏物語』 1000年以上も前に書かれた『源氏物語』ですが、令和の私たちに語りかけてくる内容はとても新鮮で意味深いですよ。	
2	11/30 (土)	10代の光源氏と女たち 母である桐壺更衣に続いて、10代の光源氏と女たちをめぐる謎について解き明かします。	九州女子大学 教授・博士(学術) 荻原 桂子
3	12/7 (土)	20代の光源氏と女たち 朧月夜、六条御息所、葵の上、紫の上、明石の君についての謎を解き明かします。	日本近現代文学の中でも森鷗外・夏目漱石・樋口一葉を研究しています。最近、日本古典文学の面白さに目覚め、万葉集から雨月物語まで和歌や物語を中心に読んでいます。その中でも『源氏物語』の魅力にハマってしまい、紫式部日記、源氏物語絵巻、源氏かるた、貝合わせ、源氏香まで色々収集しました。是非みなさんと一緒に『源氏物語』の世界を堪能できることを楽しみにしています。
4	12/14 (土)	壮年の光源氏と女たち 明石の姫君、雲居雁、花散里、玉鬘、真木柱、秋好中宮についての謎を解き明かします。	
5	12/21 (土)	さまざまな現代語訳『源氏物語』 『源氏物語』の現代語訳をした与謝野晶子、谷崎潤一郎、瀬戸内寂聴、田辺聖子、角田光代について紹介します。	

スポット受講

詳細は2ページ

料金

1,000円/回

何回でも可

期間 2020年 1月23日(木)～2月20日(木) [全5回]

実施場所 北九州イノベーションギャラリー
〒805-0071 八幡東区2-2-11 (39ページ アクセス参照)
※5回のうち3回は外部施設見学(最寄駅早目の集合、現地解散あり)

申込・問合せ先 北九州市立生涯学習総合センター
〒803-0811 小倉北区大門1-6-43
TEL: 571-2735 FAX: 571-0943

時間 13:00～15:30

応募締切

1月9日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 20名

受講料 2,500円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：北九州イノベーションギャラリー 企画運営室長 田端 尚和

北九州には、名だたる大手メーカーやオンリーワンの技術で高いシェアを誇る中小企業があり、“ものづくりのメッカ”として恥じないクオリティを持つ製品や部品を世界に供給し続けています。

今回の講座では、その最新にして最高レベルの大手メーカーの技術や品質管理、環境への取り組み等について現地見学で理解を深めるとともに、オンリーワン企業については、当館の自主制作映像を解説付きでご覧いただくことで、その知られざる強みに迫ります。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/23 (木)	導入講座 *イノベーションギャラリー集合・解散 見学企業の予習 ～KIGS自主制作映像視聴 等	北九州イノベーションギャラリー 企画運営室 田端 尚和 毎年、当講座のコーディネーターをしています
2	1/30 (木)	ビジットツアーⅠ 小倉 *JR小倉駅 25分前集合、現地解散 環境技術編① ～TOTO(ミュージアム&講話)	TOTO(株) ミュージアム推進グループ 古田 香織 ミュージアムの普及責任者
3	2/6 (木)	ビジットツアーⅡ 若松 *JR黒崎駅 25分前集合・送りあり 環境技術編② ～シャボン玉石けん(工場)	(株)シャボン玉本舗 案内係 徳永 佳子 工場見学案内のエキスパート
4	2/13 (木)	ビジットツアーⅢ 八幡 *JR黒崎駅 15分前集合・現地解散 電気技術編 ～安川電機(工場&みらい館)	(株)安川電機 人事総務部 岡林 千夫 安川電機みらい館 館長
5	2/20 (木)	完結講座 *イノベーションギャラリー集合・解散 北九州オンリーワン企業 ～KIGS自主制作映像視聴 等	北九州イノベーションギャラリー 企画運営室長 田端 尚和



期間 2019年 11月19日(火)～12月17日(火) [全5回]

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内
TEL: 641-9360 FAX: 641-9332

時間 10:00～12:00

応募締切
11月5日(火)

スマートフォンから
お申込みできます▶



定員 40名

受講料 2,500円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：北九州市立大学 教授 森田 洋

「食」は生命維持の原点であり、私たちの健康を保つだけでなく、健全な心と身体を培い豊かな人間性を育むために大きな役割を担っています。一方で、食品を購入したときに安全で品質が高い状態でも、その後の保存・調理方法によっては安全性を脅かすものへと変化していきます。

本講座では「食と健康」に焦点をあてて、食中毒の対策や健康づくりのための発酵食品の利活用、更には健康食品の見極め方などについて、やさしく解説を進めていきます。

(2018年度前期 北九州市民力レッジ「まちがいたらけの食品選び!? ～知って得する食品表示～」と内容が重複します。)

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/19 (火)	食中毒の現状と課題 衛生環境が飛躍的に向上したわが国においても、いまだ食中毒は私たちの生活に深刻な被害をもたらしています。ここでは食中毒の現状と課題についてやさしく解説をしていきます。	北九州市立大学 国際環境工学部 教授 森田 洋
2	11/26 (火)	様々な食中毒 食中毒には細菌性、ウイルス性、動物性、植物性、アレルギー性など様々な原因物質があります。ここでは様々な食中毒を紹介し、その対処法についてやさしく解説をしていきます。	
3	12/3 (火)	発酵食品を活用しよう! 微生物の機能を利用して嗜好性や保存性を高めているのが発酵食品です。ここでは私たちの健康を支える乳酸菌類にスポットをあてて、発酵食品の有用性について話を進めていきます。	
4	12/10 (火)	発酵食品の表示 みそ、しょうゆ、ヨーグルト、酒類など、発酵食品には様々なものがあります。ここでは発酵食品の表示に焦点をあてて、やさしく解説を進めていきます。	
5	12/17 (火)	健康食品は本当に健康に良いのか? 私たちの身の回りには様々な健康食品があふれかえっていますが、これらが本当に健康に良いのかは「食品表示」を見ることによって理解が深まります。ここでは様々な健康食品について解説をしていきます。	

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
初回1回
のみ

お子様の
同室見守り
対象講座 無料
先着5名

詳細はお問い合わせください。

期間 2020年 1月16日(木)～2月13日(木) [全5回]

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページアクセス参照)

申込・問合せ先 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内
TEL: 641-9360 FAX: 641-9332

時間 18:30～20:30

応募締切

12月27日(金)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 2,500円

受講生への
メッセージ

コーディネーター：心療内科医 元福岡教育大学 教授 宮田 正和

私たちは、職場や社会の中で多くのストレスを受けています。心身症やうつ病などの心の病気も増えてきています。またコミュニケーションの取り方を迷うことも多いでしょう。

この講座は、ストレスが多い社会の中であなたの心のレジリエンス(回復力)を高め、心の健康を保ち健やかに生きていくために、いろいろな心の病気やその予防法についてわかりやすく解説していきます。

またリラックス法や簡単なアートセラピーの実習も行います。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/16 (木)	ストレスとレジリエンス(回復力) —心の健康寿命を伸ばそう!— メンタルヘルス不調が起こる理由。 レジリエンス(回復力)を高めるには?	心療内科医 元福岡教育大学 教授 宮田 正和
2	1/23 (木)	誰でもかかる心の病気 うつ、不安、不眠、心身症などストレス疾患の症状、 治療や予防について。 (5分でできる抑うつチェック)	1976年 神戸大学医学部卒業 1983年 九州大学院医学博士課程修了 九州大学病院、産業医科大学病院などで 心療内科の診療に従事。 福岡教育大学健康科学センター教授とし て学生の教育・健康管理に従事。 現在は心療内科の臨床、産業医などの仕 事を行っています。
3	1/30 (木)	多様性時代のメンタルヘルス不調 子どもや大人にみられるいろいろな心の病気について。 (5分でできるフォーカシング:自分の心の気づき方) *サインペン・クレパスをご持参ください	
4	2/6 (木)	心の健康の考え方 不安や抑うつなどのストレス状態で苦しんでいる方 への基本的な接し方について。	看護師 元福岡教育大学 心理相談員 飯田 一恵 こころの健康講座に携わり16 年、受講生から多く教わりまし た。感謝です。
5	2/13 (木)	働き方改革時代のメンタルヘルス ワーク・ライフ・バランスを保つための、心の状態 がわかる心理テストとストレス解消に役立つリラッ クス法について。 (体験アートセラピー) *サインペン・クレパスをご持参ください	心療内科医 元福岡教育大学 教授 宮田 正和

期間 2019年 10月14日(月)～12月23日(月) [全10回]

実施場所 九州共立大学キャンパス内 福原学園屋内公認プール
〒807-8585 八幡西区自由ヶ丘1-8 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 九州共立大学地域連携推進センター
〒807-8585 北九州市八幡西区自由ヶ丘1-8
TEL・FAX: 693-3255

時間 14:00～16:00

応募締切
10月1日(火)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 20名

受講料 10,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州共立大学地域連携推進センター

本講座では、競泳4泳法をより綺麗に、より楽に、より速く泳ぐためのコツを学習するための講座です。「自分で泳いでいるけど、中々上達しない」「もう少し楽に長い距離を泳げるようになりたい」など、現在の泳力をさらに高めるためのお手伝いをします。また、「久しぶりに泳ぎたいけど、きっかけがない」という方にもオススメです。本講義ではビデオ撮影を取り入れ、泳法観察も実施しますので、興味のある方はぜひご参加下さい。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	10/14 (月)	泳力測定(25mタイム計測) 受講生の皆さんの泳力を判断するために、25mの泳力測定を実施します。	九州共立大学 スポーツ学部 准教授 森 誠護 (日本水泳連盟公認上級コーチ)
2	10/21 (月)	クロール クロールを効率よく泳ぐためのドリルワーク(技術練習)を行います。	
3	10/28 (月)	平泳ぎ 平泳ぎを効率よく泳ぐためのドリルワーク(技術練習)を行います。	
4	11/11 (月)	背泳ぎ 背泳ぎを効率よく泳ぐためのドリルワーク(技術練習)を行います。	
5	11/18 (月)	バタフライ バタフライを効率よく泳ぐためのドリルワーク(技術練習)を行います。	
6	11/25 (月)	個人メドレー これまで練習してきた4泳法を続けて泳ぐ「個人メドレー」にチャレンジします。	
7	12/2 (月)	スタート・ターン練習 この時間では、スタート動作(飛び込み)とターン動作について学習します。	
8	12/9 (月)	インターバル・トレーニング① 泳力をさらに向上するためのトレーニング方法を紹介、実践します。	
9	12/16 (月)	インターバル・トレーニング② 泳力をさらに向上するためのトレーニング方法を紹介、実践します。	
10	12/23 (月)	タイムトライアル 競技会形式でのタイムトライアルを実施します。種目については、相談の上、決定します。	

長崎県生まれ。福岡大学大学院スポーツ学研究科修了。福岡大学助手、福岡大学非常勤講師、鈴鹿工業高等専門学校講師を経て、2015年より現職。
九州共立大学水泳部監督。日本水泳連盟公認上級コーチ。
専門分野は、コーチ学、スポーツバイオメカニクス、トレーニング学。

期間 2019年11月11日(月)～2020年1月27日(月)[全10回]

実施場所 九州共立大学 自由ヶ丘会館3階
〒807-8585 北九州市八幡西区自由ヶ丘1-8 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 九州共立大学地域連携推進センター
〒807-8585 北九州市八幡西区自由ヶ丘1-8
TEL・FAX: 693-3255

時間 13:00～15:00

応募締切
10月25日(金)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 5,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州共立大学地域連携推進センター

理工学の裾野を広げることに少しでも貢献したいということをライフワークに、これまで約7年間にわたって「理系の話を聞いてみよう」「もう一度数学」「おもしろ数学」というテーマで開講してきました。第一線を退かれた方々や家庭の主婦の間で、理工学や数学に興味をお持ちの方が少なくないことを知り、大変嬉しく思うと同時に、家庭でのお孫さんの教育や学童保育などで活躍していただけることを楽しみにしています。前期に引き続き「理系の話」(後編)ですが、後期から聞かれても問題はありません。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/11 (月)	第1回 自然対数の底eの話 自然対数の底eの定義 微分積分におけるeの役割	元九州共立大学 教授 江口 弘文 長崎市出身。昭和42年九州工業大学工学部制御工学科卒業。防衛庁技術研究本部第3研究所を経て九州共立大学工学部機械工学科教授。工学博士。平成23年、同退職。
2	11/18 (月)	第2回 微分方程式の話 理工学で微分方程式が重要になる理由 微分方程式の例	
3	11/25 (月)	第3回 古典力学の基礎 ニュートン力学で重要になる概念一質点 ニュートンの運動に関する三つの法則	
4	12/2 (月)	第4回 自由落下運動 自由落下運動とは？ 自由落下運動の解	
5	12/9 (月)	第5回 放物運動 鉛直投げ上げ投げ下ろし運動 鉛直面内放物運動の解	
6	12/16 (月)	第6回 万有引力 ケプラーの法則 第3法則から万有引力へ	
7	12/23 (月)	第7回 静止衛星と宇宙速度 静止衛星とは？ 国際宇宙ステーション	
8	1/6 (月)	第8回 数値微分 数値微分とは？ Excel VBAの使い方とプログラム例	
9	1/20 (月)	第9回 数値積分 面積を求める数値積分 微分方程式を解く数値積分	
10	1/27 (月)	第10回 ペットボトルロケット ペットボトルロケットの概要 ペットボトルロケットの運動方程式	



期間	2019年 11月7日(木)~12月5日(木) [全5回]
実施場所	産業医科大学 〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1 (39ページ アクセス参照)
申込・問合せ先	産業医科大学 大学管理課 〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1 TEL: 691-7205 FAX: 602-5482
時間	18:00~20:00

応募締切
10月24日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶

定員 **20名**

受講料 **3,000円**

受講生への
メッセージ

実施機関：産業医科大学

健康に快適に働くためには、職場や生活習慣などに潜む様々な問題を解決する必要があります。本コースでは、働いている方の健康を研究している教員が、様々な課題に対して、どのように取り組めば、健康に働くことができるかを説明いたします。ご興味のある方々のご受講を歓迎いたします。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/7 (木)	<p>慢性閉塞性肺疾患(COPD)とは、どんな病気?</p> <p>タバコが引き起こす代表的な肺の病気が慢性閉塞性肺疾患(COPD)です。この病気はどのようなものか、どのようにすれば防ぐことができるか、およびどのような治療をするのかを説明します。</p>	<p>呼吸病態学 教授 森本 泰夫</p> <p>職場における肺の病気のメカニズムや予防の研究をしています。</p>
		<p>禁煙とウォーキングで健康増進</p> <p>①楽に、自然に禁煙する方法／家族を禁煙させる方法 ②持久力がアップするウォーキングのスピードと自宅でできる筋トレ方法 について説明します。</p>	<p>健康開発科学 教授 大和 浩</p> <p>多忙な勤労者が運動習慣を獲得・維持できる職場環境の整備と指導方法について研究しています。</p>
2	11/14 (木)	<p>住まい方と健康</p> <p>住宅は安らぎや安全を得る場所ですが、実は住まい方は健康に大きく影響します。特に、室内の温熱環境は血圧、体の痛み、睡眠などと密接に関連します。健康に暮らすための秘訣をお伝えします。</p>	<p>環境疫学 教授 藤野 善久</p> <p>様々な社会環境、経済状況、職業と健康との関連を研究しています。</p>
		<p>健康と睡眠</p> <p>良い睡眠を取ることは健康であるために重要です。どのようにすれば良い睡眠を得ることができるのか、また閉塞性睡眠時無呼吸などの睡眠の病気についても解説します。</p>	<p>人間工学 教授 藤木 通弘</p> <p>働き方の問題に起因する病気とその予防の研究をしています。</p>

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
3	11/21 (木)	<p>知っておきたい化学物質の話</p> <p>職場では毒性があることを承知の上で使わざるを得ない化学物質が数多くあります。取り扱いに慣れてしまって、逆にその毒性を見過ぎてしまうことのないよう、最近話題となっている鉛の毒性を中心に説明します。</p>	<p>職業性中毒学 教授 上野 晋</p> <p>職場で使われる化学物質の毒性メカニズムに関する研究をしています。</p>
		<p>ストレスで人は命まで奪われるのか？</p> <p>ストレスによって、心や体の不調、病気を招くことはよく知られるようになっていますが、それらの関係について、できるだけわかりやすく解説したいと思います。</p>	<p>精神保健学 教授 廣 尚典</p> <p>働く人のストレスと心の健康に関する研究を行っています。</p>
4	11/28 (木)	<p>酸化ストレスと健康</p> <p>“酸化ストレス”や“活性酸素”という言葉を目にした方も多いと思います。これらの言葉の意味を正しく理解して、健康に生きる生活を考えてみたいと思います。</p>	<p>職業性腫瘍学 教授 河井 一明</p> <p>発がんの原因となる遺伝子損傷について研究しています。</p>
		<p>暑さや寒さによる健康影響</p> <p>暑さや寒さの指標、体温調節のメカニズム、温熱条件が血圧や体液に与える影響、熱中症の予防法などについて、わかりやすく説明します。</p>	<p>産業保健管理学 教授 堀江 正知</p> <p>製鉄業の産業医経験から熱中症の予防法を研究しています。</p>
5	12/5 (木)	<p>身近にある放射線の利用と影響</p> <p>放射線は危険というイメージしかないでしょうが、身の回りに意外と存在し、利用されています。放射線に対して闇雲に不安を持つのではなく、正しく理解してもらえるように、わかりやすく説明します。</p>	<p>放射線健康医学 教授 岡崎 龍史</p> <p>低線量被ばく影響の研究や放射線教育による不安軽減効果について研究をしています。</p>
		<p>イキイキと働き、生活するためのコツ</p> <p>とかくせわしなく、周囲との関係もギクシャクしがちな社会において、イキイキと生活するためのコツを、生活習慣、認知、コミュニケーションの視点から説明します。</p>	<p>産業保健経営学 教授 森 晃爾</p> <p>従業員の生産性に与える健康や生活習慣、環境の関係について研究しています。</p>



期間	2020年 1月31日(金)～2月28日(金) [全5回]
実施場所	産業医科大学 〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1 (39ページ アクセス参照)
申込・問合せ先	産業医科大学 大学管理課 〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1 TEL: 691-7205 FAX: 602-5482
時間	15:00～17:00

応募締切
1月17日(金)

スマートフォンからも
お申込みできます▶

定員 **30名**

受講料 **3,000円**

受講生への
メッセージ

実施機関：産業医科大学

産業医科大学は、働く人々の健康を守り、いきいきとした生活を送ることを支援しています。九州女子大学栄養学科は栄養を通して人々の健康増進へ貢献しています。“職”と“食”、ともに生涯の健康を支えています。

本コースでは、産業医科大学と九州女子大学とのコラボにより“生涯を健康に過ごすには？”というテーマで、それぞれの専門分野について講義を行っていただくものです。ご興味のある方々のご受講を歓迎いたします。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/31 (金)	高齢者の骨粗鬆症・ ロコモティブシンドロームの病態と対策 骨粗鬆症にならないように丈夫な骨をつくることとロコモティブシンドロームにならないように運動習慣を身につけておくことが健康寿命を延伸する秘訣です。	産業医科大学 医学部 整形外科 教授 酒井 昭典
2	2/7 (金)	若く老いるための栄養学 老いてくると若く見えたり、老いて見えたり個人差が大きくなります。なぜでしょう？元気に若く老いるためにはモチベーション、食事、運動が必要です。食を通じて体の中から若返るお話をします。	九州女子大学 栄養学科 主幹教授 巴 美樹 (地域教育実践センター所長)
3	2/14 (金)	生涯現役社会の産業医学 働くひとの健康は企業の力を高め、持続可能でやりがいのある仕事は個人の健康を高めます。世界に先行する高齢社会を迎えた日本が活力ある社会を創るためのアイデアを産業医学の視点から解説します。	産業医科大学 学長 東 敏昭
4	2/21 (金)	慢性疾患を予防する食事 万が一糖尿病や高血圧になったら…食事はどうするの？食事を少し注意するだけで病気になりにくい食事のポイントをお話します。	九州女子大学 栄養学科 主幹教授 巴 美樹 (地域教育実践センター所長)
5	2/28 (金)	認知症にならないために 新しい認知症施策は共生と予防を両輪として推進されることになりました。特に予防が重要であり、運動不足、生活習慣病、社会的孤立を改善することが認知症の発症を遅らせることを説明します。	産業医科大学病院 認知症センター 部長 魚住 武則

期間 2019年 11月14日(木)～12月12日(木) [全5回]

実施場所 西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部

〒803-0835 小倉北区井堀1-3-5 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部 地域連携室

〒803-0835 小倉北区井堀1-3-5

TEL: 583-5243 FAX: 592-4287

時間 13:00～15:00

応募締切

10月31日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 3,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部 地域連携室

人生100年時代を健康でアクティブに生きるためには、「食べること」「運動すること」「学ぶこと」などが大切なキーワードになります。

この講座では、西南女学院大学保健福祉学部の看護学、福祉学、栄養学、教職課程の専門家たちが、「適切な食事と食べ方」「効果的な運動の方法」「学ぶことの楽しさ」「病気と付き合い方」などを分かりやすく解説します。

本講座を受講されて、健康長寿を目指して下さい！

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/14 (木)	令和から始める食生活の改善 ～健康長寿を目指しましょう～ 健康づくりは食事から。食事の大切さを学び、日頃の食生活を見直してみませんか？	西南女学院大学 保健福祉学部 教授 近江 雅代
2	11/21 (木)	からだを使って健康長寿 運動は健康・体力の維持・増進に不可欠です。運動の効果に関する最新情報と効果的な実践方法を紹介します。	西南女学院大学 保健福祉学部 教授 稲木 光晴
3	11/28 (木)	命をつなぐ ～食べるということ～ 人が生きていくために大事な食べることについてその仕組みや誤嚥予防などお話しします。	西南女学院大学 保健福祉学部 講師 吉原 悦子
4	12/5 (木)	自分だけの人生のために ～学ぶということ～ 学びの歴史をふりかえり、学びの思想をよみとくことで、おとなのためのアクティブな学びについて考えます。	西南女学院大学 保健福祉学部 教授 新谷 恭明
5	12/12 (木)	長生きのコツ ～内科医からのアドバイス～ 長年、医師として病院に勤務した経験をもとに、病気と上手に付き合い方などをお話しします。	西南女学院大学 保健福祉学部 教授 浅野 嘉延





期間	2019年11月1日(金)～2020年1月24日(金)[全11回]
実施場所	ウェルとばた 〒804-0067 北九州市戸畑区汐井町1-6 (39ページ アクセス参照)
申込・問合せ先	九州工業大学 総務課社会連携係 担当: 永松 〒804-8550 戸畑区仙水町1-1 TEL: 884-3004 FAX: 884-3015
時間	18:00～19:30

応募締切
10月18日(金)

スマートフォンからも
お申込みできます▶

定員 **30名**

受講料 **6,000円**

受講生への
メッセージ

実施機関：九州工業大学

人間の歴史は材料の開発の歴史とともにありました。祖先が最初に携行した道具は石と木でできた槍や弓矢でしたが、その後青銅器、鉄器へと変わり、今日では、高性能電子デバイスを組み込んだスマートフォンを片手に高層ビルの立ち並ぶ都市の間を飛行機や車で自在に行き来するまでになりました。新しい材料の発見と改良の試みは今日でも日進月歩で続いており、現代文明をより高度なものへ進歩させるための強力な推進力となっています。

本講座では、材料の歴史、その現状と将来について、特別な基礎知識を必要としなくても理解できるようにやさしく講義いたします。科学技術にご興味のある一般の方々や大学生の方、大学の講義や先端科学に触れてみたいとお考えの高校生の方など、どなたでも受講できます。スポット受講も歓迎です。幅広い人たちのご参加を期待しています。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/1 (金)	材料の元となる元素はどこから来たか —物質の起源と宇宙— 地球には材料の元となる様々な元素や物質が存在します。これらはなぜそこにあるのか、その成り立ちについて説明します。 (キーワード)宇宙開闢、元素合成、周期表	教授 エネルギー・環境材料 松本 要 エネルギー材料の基礎を薄膜技術や並列計算機を用いて研究しています。
2	11/8 (金)	—身近な金属 古より未来へ— 金属学の歴史について概説し、合金探索の地図となる「状態図」、金属の性質・製法、身近な金属製品について紹介します。 (キーワード)歴史、状態図、相変態、材料設計	准教授 材料・プロセス設計 徳永 辰也 状態図に基づいた材料設計技術とプロセス最適化に関して調べています。
3	11/15 (金)	電子で覗く原子の世界 —電子顕微鏡— 材料の性質は原子配列に強く依存します。この講義では、構造を調べる手法の1つとして電子顕微鏡について紹介します。 (キーワード)原子、結晶、顕微鏡、格子欠陥	教授 電子顕微鏡、構造解析 石丸 学 電子顕微鏡を用いて構造と機能の関係について調べています。
4	11/22 (金)	材料の強度と破壊 —強靱な材料をつくるために— 材料の強度と破壊の過程や機構についてミクロな観点から解説し、強靱な材料の開発指針について紹介します。 (キーワード)強度、破壊、金属、老朽化	准教授 環境材料強度 横山 賢一 材料の強さと壊れやすさの関係について調べています。
5	11/29 (金)	—鉱石から金属ができるまで— 鉄を初めとする身の回りの金属材料の作り方や適用例などについて紹介します。 (キーワード)社会基盤、金属加工、鉄とアルミ	准教授 接合・表面改質・高温材料 山口 富子 接合・表面改質法とその特性・高温材料について調べています。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
6	12/6 (金)	<p>構造物は継ぎ目が大事 —金属の溶接・接合技術—</p> <p>構造物を作るには2つ以上の部品をくっつける必要があります。金属を溶かしてくっつける溶接・接合技術を解説します。</p> <p>(キーワード)自動車、航空輸送機、溶接・接合</p>	<p>准教授 溶接、力学 北村 貴典</p> <p>溶接された継手の強度について調べています。</p>
7	12/13 (金)	<p>—冷たい鋼のホットな造形—</p> <p>金属とくに鋼を利用した構造物の造形について、切る、つなぐ、強制的に曲げるに加えて、触れずに曲げる方法を紹介します。</p> <p>(キーワード)大型構造物、船(ぎょう鉄)、変形</p>	<p>教授 生産造形力学 秋山 哲也</p> <p>レーザフォーミングという方法で金属の造形方法を調べています。</p>
8	12/20 (金)	<p>元素が循環する社会をめざして —リサイクル、都市鉱山、未来の製錬技術—</p> <p>材料のリサイクルが、資源やエネルギー、地球環境に及ぼす効果とその大切さについて紹介します。</p> <p>(キーワード)リサイクル、都市鉱山、レアメタル</p>	<p>准教授 製錬リサイクル 高須 登実男</p> <p>環境調和を目指した素材製造・リサイクル・廃棄物安定化についての方法を調べています。</p>
9	1/10 (金)	<p>材料の性質は何が決める? —ナノの世界のマテリアル—</p> <p>我々の身の回りには、様々な電子材料が存在します。これらの材料の内部で何が起こり、その性質が決まるのかを紹介します。</p> <p>(キーワード)電子材料、半導体、メモリ、コンピュータ</p>	<p>准教授 結晶構造・ナノ構造 堀部 陽一</p> <p>結晶構造・ナノ構造と機能の関係について調べています。</p>
10	1/17 (金)	<p>—近未来の電力事情と磁性材料の関わり—</p> <p>半導体の進歩がモーターの電力供給方法を変えつつあります。その変化と磁性材料の関わりを説明します。</p> <p>(キーワード)磁性、磁性材料、金属組織、モーター</p>	<p>准教授 界面工学 本塚 智</p> <p>磁性と金属組織の新しい制御方法を研究しています。</p>
11	1/24 (金)	<p>—超伝導が切り拓くエネルギー利用の未来—</p> <p>超伝導材料は、エネルギー分野への応用が期待されています。超伝導材料の特徴とその応用の最前線について説明します。</p> <p>(キーワード)超伝導、薄膜、ナノ構造、エネルギー</p>	<p>准教授 薄膜材料 堀出 朋哉</p> <p>超伝導材料のナノ構造制御と高性能化の研究をしています。</p>

期間 2019年 11月12日(火)~12月13日(金) [全10回]

実施場所 折尾愛真短期大学
〒807-0861 八幡西区堀川町11-1 (39ページ アクセス参照)

申込・
問合せ先 折尾愛真短期大学 教務課
〒807-0861 八幡西区堀川町11-1
TEL: 602-2105 FAX: 603-4741

時間 18:30~20:30

応募締切

10月25日(金)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 15名

受講料 10,000円
別途テキスト代
2,000円(税込)

受講生への
メッセージ

実施機関：折尾愛真短期大学

表計算ソフトExcelの中で動くプログラミング言語VBAの入門講座です。

VBAによって複雑な計算処理や自動処理が可能になります。また独自の関数を作成することもできます。

私も職場の生産性向上や自分自身の仕事の効率化のためにVBAを活用しており、業務の生産性向上のための強力なツールだと確信しています。興味がおありの方は一緒にVBAの可能性を追求していきませんか。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/12 (火)	VBAとは 簡単なプログラムを作ってみよう	折尾愛真短期大学 教授 橋本 哲宜
2	11/15 (金)	変数について その1 ExcelのマクロとVBA、演算子 変数について その2、セルの操作	
3	11/19 (火)	デバッグ アルゴリズムとフローチャート 条件分岐 その1 If Then Else	
4	11/22 (金)	条件分岐 その2 Select Case	
5	11/26 (火)	繰り返し処理 その1 For Next	
6	11/29 (金)	繰り返し処理 その2 Do Loop	
7	12/3 (火)	メッセージの表示 ワークシートの操作 ワークブックの操作	
8	12/6 (金)	色の設定 プログラムの呼び出し 引数、ユーザ定義関数	
9	12/10 (火)	オブジェクトとプロパティとメソッド セルの相対参照、プログラムの構造を理解する、プログラムのコメントを書く、乱数、ワークシートの作成と削除	
10	12/13 (金)	ワークブックの作成と削除と取込 まとめ	

1959年熊本県生まれ。早稲田大学政治経済学部卒。安川情報システム(現ワイイーデジタル)でシステム開発に従事。1995年から現職。VBAで教務システム開発。「習うより慣れよ」のモットーで開発した自作テキストを使用します。



期間 2019年11月26日(火)～2020年1月21日(火) [全5回]

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 折尾愛真短期大学 教務課
〒807-0861 八幡西区堀川町11-1
TEL: 602-2105 FAX: 603-4741

時間 18:30～20:30

応募締切

11月12日(火)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 5,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：折尾愛真短期大学

私たちの周りには「リスク」でいっぱいです。なにかすれば、必ず「リスク」があります。古来、「リスク」は「不安」という形で私たちに襲ってきます。「明日が試験だ。不安で眠れない。」や「いっしょけんめい準備した。でも、うまくいかないかもしれない」などこんなことは誰でも経験しているのではないのでしょうか。

そうです! 「リスク」や「不安」がない世界なんてありません。スポーツが人を感動させるのは、「リスク」による思いがけないドラマがあるからです。

「リスク」は「くすり(薬)」という考え方もあります。楽しみながら、科学的に考えてみましょう。きっと、これまでと違った新しい世界が広がってきます。「ああ! なるほど そうだったのか。」が楽しく体験できる講座です。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/26 (火)	リスク管理入門(オリエンテーション) 「リスク」とはどんなものでしょうか。私たちはどんなことに「リスク」、「不安」を感じるのでしょうか。	折尾愛真短期大学 前准教授(非常勤講師) 市川 順一
2	12/3 (火)	リスクの実体は 「リスク」の実体は、案外、簡単なことです。知ってみればおもしろいし、楽しいものです。	
3	12/17 (火)	リスクの実体をもう少し深く 「リスク」の実体を、もう少し深く、具体的な例(歴史的事実 等)をあげて、みてみましょう。昔の人の知恵のすごさがわかります。	
4	1/14 (火)	ちょっと、科学的に分析してみましょう 「リスク」の管理を、ちょっと科学的に簡単な統計手法や数式を応用してみましょう。 数学苦手でもまったく問題ありません。	
5	1/21 (火)	これからのために 基礎が分かった皆さんと、楽しくわいわいガヤガヤと「リスク」管理をまとめましょう。 これからのために、みんなで考えましょう。	

1952年生まれ、孫2人もいる67歳。九州大学 経済学部卒業、現パナソニックに入社、外国為替、海外リスクなど海外業務を中心に担当。2010年より2019年3月まで折尾愛真短期大学 准教授。2019年4月より現職、経済学、金融論、財政学、マーケティングなどを担当。モットーは、「ひたむきに前を目指して…」

期間 2019年 11月1日(金)～11月29日(金) [全5回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 18:15～20:15

応募締切
10月18日(金)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

北九州市が誕生して56年目を迎えています。近代化された大きな地方都市に成長していったものの、いろいろと綻びが出始めています。人口減少をはじめ、都市のスポンジ化、財政的にも厳しさを増しつつあります。

明治中期以降、日本の近代化を支えてきた北九州が現在、大きな時代の変容・変態の中で持続可能な都市をどのように目指していけばいいのかを一緒に学んでみませんか。

※都合によって講義の順序が入り替わることがあるかもしれません。その場合は事前に連絡があります。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/1 (金)	都市の変遷とこれから 全国の主要都市及び北九州の変遷をみながら持続可能な都市像を探る。 北九州学全体の概説	九州国際大学 社会文化研究所 客員研究員 九州職業能力開発大学校非常勤講師 岩下 陽市 九州芸術工科大学博士課程満期退学 元九州職業能力開発大学校教授 地域デザインを中心に北九州の持続可能な未来づくりの活動を行っています。特に最近では都市の盛衰史的な視点で国内外の都市に興味があります。
2	11/8 (金)	基幹交通体系の変遷とこれから 資産としての北九州基幹交通網を他の領域とのつながりをもたせることにより、新たな価値の創出を探る。	西日本工業大学 学長 片山 憲一
3	11/15 (金)	持続可能な都市(地域)づくりへの挑戦 1901年の官営八幡製鉄所操業開始以来、我が国の産業革命発祥の地として近代化を牽引してきた八幡東田地区の持続可能な都市への進化の足跡を辿る。	九州国際大学 大学院企業政策研究科 非常勤講師 網岡 健司
4	11/22 (金)	工業都市の変遷とこれから 従来の素材型から次世代型の産業構築を探る。	(公財)北九州産業学術推進機構 専務理事 松岡 俊和
5	11/29 (金)	北九州の経済・産業を俯瞰する 時代の大きな変動・変態の中で北九州の経済・産業界の新たな方向性・可能性をみる。 北九州学まとめ	朝日新聞経済部記者 田幸 香純 岩下 陽市

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
2回限り

期間 2019年11月2日(土)～2020年2月22日(土)[全7回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 10:30～12:00

応募締切

10月19日(土)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

英会話で決まった表現は分かるけれど、メールを書いたり、SNSでのやり取りで、もう少し違う表現を身につけたいと思われる方へ。英文法の勉強をしてみませんか？

ネイティブスピーカーの方の会話表現を参考に、英文法を学ぶことで、シンプルに言いたいこと、書きたいことの幅をちょっぴり広げてみませんか？

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/2 (土)	副詞① 形容詞と副詞	九州国際大学 非常勤講師 泉澤 みゆき 北九州市、下関市市内の大学および、生涯学習講座等で講師として勤務中。専門はアメリカ文学。 また、共訳書『わが生涯の書物』他、翻訳家柴田元幸氏とのトークライブ出演等、翻訳関連の仕事を開始。
2	11/16 (土)	副詞② 副詞のあれこれ・・・副詞とは	
3	12/7 (土)	副詞③ 副詞のあれこれ・・・副詞の位置	
4	12/21 (土)	副詞④ 副詞のあれこれ・・・程度、頻度1	
5	1/11 (土)	副詞⑤ 副詞のあれこれ・・・程度、頻度2	
6	2/8 (土)	副詞⑥ 副詞のあれこれ・・・その他の副詞	
7	2/22 (土)	副詞⑦ まとめ	



期間 2019年 11月5日(火)～2020年 1月21日(火) [全10回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 18:00～20:00

応募締切
10月23日(水)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 8,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

本講座は中国語の発音(ピンイン)をすでに学ばれた方で基礎固めをされたい方を対象としています。プリント教材を使用し、発音の訓練を行いながら、基本的な語彙・文法を学び、簡単な会話の練習を行います。さらに、映像教材を用いて中国語圏の生活習慣や中国語の流行音楽なども紹介し、中国語圏の多彩な文化に触れていただきたいと思えます。

※2回目以降のテーマについては、調整・変更を行うことがあります。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/5 (火)	オリエンテーション 発音の総復習 簡単な会話の復習(自己紹介、買い物等)	九州国際大学 非常勤講師 眞島 淳
2	11/12 (火)	一日の生活について話してみよう 時間の表現を学習します。	
3	11/19 (火)	余暇や趣味について話してみよう 好みや願望の表現を学びます。	
4	11/26 (火)	家や街について話してみよう ものの数え方や場所の表現を学びます。	
5	12/3 (火)	旅行の思い出について話してみよう 経験を表す表現を学びます。	
6	12/10 (火)	特技について話してみよう 習得した技能を表す表現を学びます。	
7	12/17 (火)	今何をしているかについて話してみよう 進行形の表現を学びます。	
8	1/7 (火)	観光で使う表現を学ぼう① レストランやホテルでの表現を学びます。	
9	1/14 (火)	観光で使う表現を学ぼう② 交通手段や感想に関する表現を学びます。	
10	1/21 (火)	総復習	

現在、北九州市、福岡市内の大学および
エクステンションセンターで講師として中
国語教育に従事。専門は中国語教育学。



期間 2019年 11月11日(月)～2020年 2月17日(月)[全13回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・
問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 19:00～20:30 (2/17のみ 19:00～21:00)

応募締切

10月28日(月)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 8,000円
別途テキスト代
2,600円(税別)

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

この講座では初級ドイツ語の知識をお持ちの方を対象に、前期に引き続き、「聞く、読む、話す、書く」をバランスよく学習します。使用教材は藤原三枝子(他)著『スタート! 1』(三修社、2600円+税)で、レベルはA1です。後期からの受講も大歓迎です。教材につきましては事務室までお問い合わせください。

多数の皆様の参加をお待ちしています。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/11 (月)	イントロダクション	九州国際大学 教授 島浦 一博
2	11/18 (月)	L5: Essen und Trinken (1) ドイツ語で食べ物と飲み物を言うことができる。	
3	11/25 (月)	L5: Essen und Trinken (2) レストランで注文と支払いができる。	
4	12/2 (月)	L5: Essen und Trinken (3) 読み物：ドイツ人は何を食べる？	
5	12/9 (月)	L6: Einkaufen (1) お店で何を買いたいか言うことができる。	
6	12/16 (月)	L6: Einkaufen (2) 物の値段をドイツ語で言うことができる。	
7	12/23 (月)	L6: Einkaufen (3) 読み物：日本とドイツのお店の営業時間。	
8	1/6 (月)	L7: Familie (1) 家族を紹介することができる。	
9	1/20 (月)	L7: Familie (2) 家族についてインタビューすることができる。	
10	1/27 (月)	L7: Familie (3) パーティへ招待することができる。	
11	2/3 (月)	講座のまとめ (1) 各課についての補足的説明。	
12	2/10 (月)	講座のまとめ (2) 筆記とリスニングのテスト。	
13	2/17 (月)	講座のまとめ (3) テスト結果の講評と今後の勉強について。 (この回の講座は120分となります)	

九州国際大学において「ドイツ語」「西洋の文化と歴史」を担当。趣味は山歩きとB級グルメの食べ歩き。

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

期間 2019年12月5日(木)～2020年1月30日(木)[全7回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階(39ページアクセス参照)

申込・
問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 18:30～20:00

応募締切
11月21日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

韓国の音楽やドラマで、韓国にふれる機会が多くなりました。皆さんは、韓国に行ったことがありますか？この講座では、「初めての韓国、初めてのハンゲル」をテーマに、韓国のいろいろな事を紹介しながら旅行などのシーンで使えるハンゲルを面白く楽しく勉強していきます。

※韓国の社会などに興味や関心のある方も大歓迎ですが、本講座はハンゲルの学びが主です。また、本講座はハンゲルの読めない方・学んだことのない方などの初心者を対象にしています。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	12/5 (木)	韓国ってどんな国？ 言葉ひとつで世界は広がる よく使う挨拶	九州国際大学 准教授 大津 健登
2	12/12 (木)	韓国あるある ～文化にふれながら～ お店で欲しいモノ・買いたいモノを伝える	
3	12/19 (木)	ソウルの日常 ～社会を知りながら～ 行き先は大丈夫？ タクシーや電車に乗る	
4	1/9 (木)	サムスンのすごさ？ ～経済を学びながら～ 数の表現でお金の感覚ばっちり	
5	1/16 (木)	世界遺産をめぐる ～歴史を感じながら～ 日本語で通じる韓国語？ ホテルに泊まる	
6	1/23 (木)	韓国の人たちの情熱 ～政治を考えながら～ 自己紹介をして韓国の人たちに話しかけてみよう	
7	1/30 (木)	日本と韓国、韓国と日本 ～交流を思いながら～ 語学は毎日一歩ずつ プラスワン表現	

茨城県生まれ。高麗大学大学院(明治大学協定校留学)などを経て、明治大学大学院商学研究科博士後期課程修了、博士(商学)。専門分野は国際経済で、韓国の事例について研究を行っています。趣味は海外旅行です。

期間 2020年 1月8日(水)～2月5日(水) [全5回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・
問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL : 631-2203 FAX : 631-2204

時間 18:30～20:30

応募締切

12月18日(水)

スマートフォンから
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

街おこしは、街づくりとは違います。また、一過性のイベントで盛り上げたり、他所の成功事例を安易に持ち込むことでもないはず。そもそも、わが街のことを、どこまでご存知ですか？ 何十年も住んで強い愛着を感じながらも、あるいは何か大事なことを見落としているかも知れません。

本講義では、いくつかのマーケティング理論を援用して街の魅力を再確認するとともに、今後の「街おこし」の姿について考えます。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/8 (水)	北九州の街おこしの概観 九州国際大学が関わっている八幡東区の中央町をはじめ、若松区や戸畑区などでの街おこしの取組みを概観します。	九州国際大学 教授 村上 真理
2	1/15 (水)	エリア・マーケティングによる検証 ポイントになる地点を中心に半径1キロメートルで捉えたエリアについて、詳細なデータに基づき「街の地力」を検証します。	
3	1/22 (水)	住民満足度からの考察 いくつかの調査では北九州は「住みよい街」の上位にランクされています。ここでは住民の満足度の面から、街の現状を確認します。	
4	1/29 (水)	価値共創アプローチ 価値共創というのは、マーケティング理論の新たな潮流です。それぞれの街で、価値がいかにか創造されているかを考えます。	
5	2/5 (水)	わが街の魅力の再認識 街に対する満足も不満も、そこに住まうからこそのもので。ここでは最後に、わが街の行く末を大胆に予測してみましよう。	

広島県出身。広島大学大学院マネジメント専攻博士課程修了。博士(マネジメント)。金融機関勤務の後、2016年4月より現職。専門はマーケティング論で、経営系の科目を講義する傍ら、関係性マーケティングを軸に社会事象の理論化に取り組んでいるところ。学内では「地域防災リーダー育成プロジェクト」の顧問を務める。

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

期間 2020年 1月10日(金)～2月7日(金) [全5回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・
問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 18:30～20:30

応募締切

12月20日(金)

スマートフォンから
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円
別途エンディングノート代
1,000円(税込)

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

元気な時は、自由な暮らしがいいと思っていても、ひとり暮らしの人は、将来に不安を感じることも多い。介護が必要になったら誰が面倒みってくれるのだろうか？など、“いざ”というときに頼れる人がいないことに気付くことがあるかもしれません。

「おひとり様」の不安について5つの制度を組み合わせることで、安心な老後に備えることが、実現できます。5つの制度の解説と特に「死後事務委任」について、事例を踏まえながら、一人ひとりの場合はどうなのかを考えていきます。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/10 (金)	終活の全体像 「終活」は、「死」だけを考えることではない、正しい終活の定義について解説し、なぜ、5つの制度が必要なのかの問題提起を行います。	<p>上級終活インストラクター 神田 紀久男</p> <p>平成15年に(株)イフケア北九州を創業、市民センター等での終活講座を多数開催し、終活に関わる相談に応じ、多くの事例を交えた講座が人気です。</p>
2	1/17 (金)	5つの制度解説① 終活の中で、最も活用されるであろう制度「遺言」・「成年後見人制度」の理解と何時から準備を始めるべきかを考えていきます。	
3	1/24 (金)	5つの制度解説② 病院に入ったりするときに、求められることがある身元保証人等、家族・親族に頼めない場合などに活用する身元保証・身元引受や財産管理の信託制度などについて学びます。	
4	1/31 (金)	5つの制度解説③ 死後事務委任で、出来ること。活用方法などを、事例を踏まえて解説します。	
5	2/7 (金)	エンディングノートの活用と死後事務委任 何を死後事務委任するかを考える際のエンディングノートの効用を実習を踏まえて解説していきます。	

期間 2020年 1月22日(水)～2月19日(水) [全5回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 18:15～20:15

応募締切

1月8日(水)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

今回は韓国の熾烈な大学受験戦争を描いたドラマ、「SKYキャッスル」を教材にします。

韓国の名門大学関係者のみが居住する高級住宅団地で暮らす4組の家族。彼ら子供たちの入試を巡る激しい競争。異様にも映る人間模様を描いたこのドラマはストーリー展開の面白さで、2019年の最高視聴率を記録しました。

講座ではこのドラマで使われたユニークな台詞をもとに会話練習をします。

(ハングルが読める方ならどなたでも参加できます)

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	1/22 (水)	第2話～3話 息子をソウル大学医学部に合格させ、羨望の的になった母親の突然の自殺。その背景に何が・・・。 ドラマの中のユニークな台詞の解説と役立つフレーズを用いて会話の練習をします。	日韓翻訳・通訳家 元・韓国KBS国際局アナウンサー 森脇 錦穂 ○東京放送(TBS)ソウル支局勤務 ○韓国放送公社(KBS)勤務 (国際局アナウンサー) ○北九州国際交流協会理事 ○LOVE FM パーソナリティー ○北九州市立高等学校講師 (有)ネイバース 勤務(1990～現)
2	1/29 (水)	第4話～5話 名門大学への合格請負人「入試コーディネーター」の登場。ベールに包まれた彼女の実態は・・・。 ドラマで交わされる台詞の解説、役立つフレーズを用いて会話の練習をします。	
3	2/5 (水)	第6話～7話 有能な「入試コーディネーター」を獲得するための親たちの奮闘や隣人同士の建前と本音。 登場人物の台詞を用いて会話練習をします。	
4	2/12 (水)	第8話～9話 SKYキャッスルの新しい住人となった一家。 個性的な新しい住人への嫉妬とけん制など、葛藤する人々の会話の中から役立つフレーズを用いて会話の練習をします。	
5	2/19 (水)	第20話 さようなら、SKYキャッスル。人に知られたくない過去を持つSKYキャッスルの住人達。壊れゆく家族、去る者と残る者。 ドラマの中の役立つフレーズを用いて会話練習をします。	

スポット受講
詳細は2ページ
料金
1,000円/回
1回限り

期間 2020年2月6日(木)～3月5日(木) [全5回]

実施場所 九州国際大学地域連携センター(サテライトキャンパス)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階 (39ページ アクセス参照)

申込・
問合せ先 九州国際大学地域連携センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3
TEL: 631-2203 FAX: 631-2204

時間 18:15～20:15

応募締切

1月23日(木)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 30名

受講料 4,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：九州国際大学地域連携センター

「争わない相続」「失敗しない相続」

円満相続のために、法務、税務を中心とする関連分野の知識、相続前の準備の知識を学びながら「相続の本質」を知っていただく講座です。実例も紹介しながら、分かりやすく説明していきます。

基礎編を受講されていない方も、ご理解いただける内容です。

※内容が変更になる可能性もあります。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	2/6 (木)	相続の基本と相続放棄 相続を争続にしないための心得 ○複雑な家庭の相続人は？ ○相続手続きのしかた ○相続放棄の仕方と注意点 ○相続放棄できない例 ○借金相続から家族を守る ○実例から学ぶ	相続対策専門士 公認コンサルティングマスター 宅地建物取引士 松原 由香里 有限会社ビクトリー常務取締役 25年間の不動産業務のなか相続争いの場面に多々直面し円満相続をめざし活動。 1000件近い相続の相談、解決を手掛ける。
2	2/13 (木)	遺言書作成の基本と実用 ○遺言の種類と記載項目 ○自筆証書遺言と公正証書遺言 自筆証書遺言に関する民法改正点 公証役場の利用法と公正証書遺言 ○こんな場合は、ぜひとも遺言書作成を！ ○事情別の遺言内容例	元公証人 野島 香苗 裁判官退官後、福岡法務局所属公証人として、遺言、任意後見契約等の公正証書作成に従事。 講演等を通じ公証制度の広報活動を積極的に行いながら11年間執務し、平成30年5月退任。
3	2/20 (木)	超高齢社会と成年後見制度 ○成年後見制度の仕組みと利用方法 ～元気な今、正しく理解しておこう！～ ○任意後見で備えるか、法定後見で対処するか ○成年後見制度、民事信託、尊厳死宣言、遺言を活用して、人生100年時代も納得の老後を	
4	2/27 (木)	遺言の限界を超える民事信託 ○民事(家族)信託の仕組み ○今なぜ、信託が注目されるのか？ ～成年後見制度と信託の違い～ ○信託の活用法 ～信託はどのような時に使うのか？～ ○実例紹介	相続対策専門士 公認コンサルティングマスター 宅地建物取引士 松原 由香里
5	3/5 (木)	相続と不動産 ○相続前 ・しておいた方がよいこと しない方がよいこと ・成年後見制度を活用するとどうなる？ ・相続対策と不動産 ○相続発生後 ・相続手続きのしかた ・不動産相続で気をつけること ○実例から学ぶ	

期間 2019年 11月16日(土)～11月17日(日)[全2回]

実施場所 北九州市立八幡西生涯学習総合センター
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ内 (40ページ アクセス参照)

申込・問合せ先 放送大学福岡学習センター 北九州サテライトスペース
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ3階
TEL : 645-3201 FAX : 645-3208

時間 9:45～16:50

応募締切

11月2日(土)

スマートフォンからも
お申込みできます▶



定員 10名

受講料 5,500円 資料代を含む

受講生への
メッセージ

実施機関：放送大学福岡学習センター北九州サテライトスペース

仕事や勉強など私たちが取り組む課題を十分に果たすうえでモチベーションは不可欠です。たとえ優れた能力を持ち合わせていたとしても、モチベーションがなければ成果は生まれません。本講義では、モチベーションの本質とそれが産まれる心理的メカニズムを理解します。そしてモチベーションを引き出す方法について学術的な理論と実証的な知見を基に概説します。最後に、チームのモチベーションについても関連する理論を紹介します。

本講義では、現場の事例や映像資料、受講者との対話を取り入れながら授業を進めていきます。

また、仕事場面の話が中心になりますが、スポーツや勉強など様々な場面にも通じる話ですので、問題意識を持って受講頂ければ有意義な学びになるかと思えます。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	11/16 (土)	第1回 モチベーション (意欲、やる気)とは何か：時代背景とモチベーション研究の変遷	九州大学大学院 人間環境学研究院 准教授 池田 浩
		第2回 モチベーションはどのように 生まれてくるのか？	
		第3回 内発的モチベーション	
		第4回 外発的モチベーション	
2	11/17 (日)	第5回 職務設計とモチベーション	専門は、社会心理学、産業・組織心理学 リーダーシップやワーク・モチベーション 等、組織で働く人の心理や行動について 研究を行っている。放送大学客員教員も 務める。
		第6回 リーダーによる モチベーション・マネジメント	
		第7回 チームモチベーション	
		第8回 まとめ	

ACCESS

北九州市立大学 小倉サテライトキャンパス

〒802-0001 小倉北区浅野1-1-1 アミュプラザ小倉 西館7階
TEL 531-2702

- J R [小倉駅]直結
- 駐車場 有り(有料) 小倉駅ビル駐車場

北九州市環境ミュージアム

〒805-0071 八幡東区東田2-2-6 TEL 663-6751

- J R [スペースワールド駅]徒歩約5分
- バス [いのちのたび博物館]徒歩約3分
- 駐車場 有り(有料) 東田博物館ゾーン共同駐車場

北九州イノベーションギャラリー

〒805-0071 八幡東区東田2-2-11 TEL 663-5411

- J R [スペースワールド駅]徒歩約5分
- バス [いのちのたび博物館]徒歩約3分
- 駐車場 有り(有料) 東田博物館ゾーン共同駐車場



九州共立大学

〒807-8585 八幡西区自由ヶ丘1-8

TEL・FAX 693-3255

- J R [折尾駅]下車 徒歩約15分
- 市営バス [九州共立大前]すぐ
- 駐車場 有り(無料)

産業医科大学

〒807-8555 八幡西区医生ヶ丘1-1

TEL 691-7205(大学管理課) FAX 602-5482

- J R [折尾駅]下車 徒歩約20分
- 市営バス [産業医科大学病院入口]すぐ
- 駐車場 有り(有料)

折尾愛真短期大学

〒807-0861 八幡西区堀川町11-1

TEL 602-2105 FAX 603-4741

- J R [折尾駅]西口下車 南へ徒歩約5分
- 駐車場 有り(無料)



九州国際大学地域連携センター

(サテライト・キャンパス)

〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階

TEL 631-2203 FAX 631-2204

- J R [黒崎駅]徒歩約1分
- 筑豊電鉄 [黒崎駅前]徒歩約1分
- バス [西鉄黒崎バスセンター]徒歩約1分
- 駐車場 有り(有料) コムシティに隣接する市営駐車場



西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部

〒803-0835 小倉北区井堀1-3-5

TEL 583-5243 FAX 592-4287

- バス [西南女学院下]徒歩約3分
- 駐車場 有り(無料) 駐車台数に限りがあるため、できるだけ公共交通機関でお越しください。



ウェルとばた

〒804-0067 戸畑区汐井町1-6 TEL 871-7200

- J R [戸畑駅]徒歩約1分
- 駐車場 有り(有料)

お問い合わせ・アクセス

北九州市立

生涯学習総合センター

(愛称：まいなび21)

〒803-0811 北九州市小倉北区大門1-6-43

TEL:093-571-2735 FAX:093-571-0943



窓口案内

受付時間 9:00~17:15

休館日 年末年始(12月29日~翌年1月3日)

小倉北警察署を目印にお越しください。

駐車台数(20台)に限りがあります。

満車の場合は、近くの有料駐車場をご利用ください。

交通案内

JR 西小倉駅下車(徒歩約10分)

バス 西鉄バス小倉北警察署前下車(徒歩約1分)

西鉄バス小倉城松本清張記念館下車(徒歩約2分)

北九州市営バス松本清張記念館前下車(徒歩約2分)

北九州市立

八幡西生涯学習総合センター

〒806-0021 北九州市八幡西区黒崎3-15-3

コムシティ 3階

TEL:093-641-9360 FAX:093-641-9332



窓口案内

受付時間 9:00~17:15

休館日 年末年始
(12月29日~翌年1月3日)

交通案内

JR 黒崎駅下車(徒歩約1分)

筑豊電鉄 黒崎駅前下車(徒歩約1分)

西鉄・市営バス 西鉄黒崎バスセンター(徒歩約1分)

お車で越しの際は、コムシティに隣接する市営駐車場(有料)をご利用ください。

生涯学習総合センター・八幡西生涯学習総合センター “ボランティアグループ”

『学びサポーター』で活動しませんか？

学びサポーターは、生涯学習総合センターと八幡西生涯学習総合センターそれぞれを活動の場としているボランティアグループです。学習相談、学習情報、図書、講座運営、ギャラリー、パソコン等のグループに分かれて、様々な生涯学習の支援を行っています。

※生涯学習総合センターと八幡西生涯学習総合センターで活動グループ及び活動内容が異なりますので、詳しくは下記お問い合わせ先におたずねください。

学びサポーターの活動をするには？

- Q. 年齢や居住地など学びサポーターになるには条件がありますか？
- A. 特に条件はありません。ボランティアに興味がある方ならどなたでも活動できます。
- Q. 他にも活動があって、毎週参加できないけど大丈夫ですか？
- A. 大丈夫です。活動の参加方法は各グループで異なりますので、ご相談ください。
- Q. これまでボランティア活動や生涯学習活動をしたことが無くても参加できますか？
- A. 活動経験の有無は問いません。経験の無い方でもできる活動があります。
- Q. 複数のグループに参加することは可能ですか？
- A. 可能です。現在活動中の方のほとんどが複数のグループで活動されています。

お問い合わせ

生涯学習総合センター

TEL: 093-571-2735

八幡西生涯学習総合センター

TEL: 093-641-9360

受講のご案内

講座

- パンフレットに掲載した講座の中から学習目的にあわせて選んでください。
(複数の講座の受講も可能です。)
- 申込者が一定の人数に達しない場合や講師の事情などで、開講延期や中止、講義内容を変更することがあります。また、応募締切後でも、申し込みができる場合がありますので、それぞれの講座案内の「申込・問合せ先」へおたずねください。
- 台風や集中豪雨などの天災地変、交通機関のダイヤの乱れなどのため、やむを得ず休講することがあります。この場合、原則として「振替補講」及び受講料の「払い戻し」はいたしません。
- 代理の受講はできません。

受講料

- 受講初日にご持参ください。高等教育機関提携コースは、受講決定時にお知らせする納付方法でお納めください。
- 納入された受講料の払い戻しはできません。

申し込み方法

- 受講を希望される方は、裏表紙の「北九州市民カレッジFAX・郵送申し込み票」に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送でお申し込みください。また、各講座のページに掲載されているQRコードを読み取ってスマートフォンからもお申し込みできます。
- 申込者多数の場合は抽選で受講者を決定します。抽選にもれた方にも文書でお知らせします。
- 受講者には、講座の開講1週間前までに、「受講票」を送付します。

受講上の注意

- 講師や他の受講者に迷惑がかかる言動、行為が認められる場合は、受講をお断りすることがあります。
- 講座の録画、録音、写真撮影はお断りします。
- 教室内では携帯電話の電源をお切りになるか、マナーモードにしてください。
- 受講中、貴重品は身につけるなど各自で保管してください。
- 講師・受講者の住所、電話番号などはプライバシー保護のため、お教えできません。
- 講座を欠席される場合は、事前にご連絡ください。

学びの記録手帳

北九州市民カレッジを初めて受講される方には受講記録として、学びの記録手帳を差し上げています。

各講座に7割以上出席された方には、修了単位を認定し、スタンプを押しています。

北九州市民カレッジの受講記録だけでなく、さまざまな学習活動やボランティア活動の記録が記入できるようになっています。

ご自身の学習記録や活動記録としてもご活用ください。



北九州市民カレッジとは

高く

高度で専門的な学習ニーズにお応えする講座です。

深く

各分野の専門家が講座の流れをコーディネートし、体系的な学習を提供します。

学ぶ

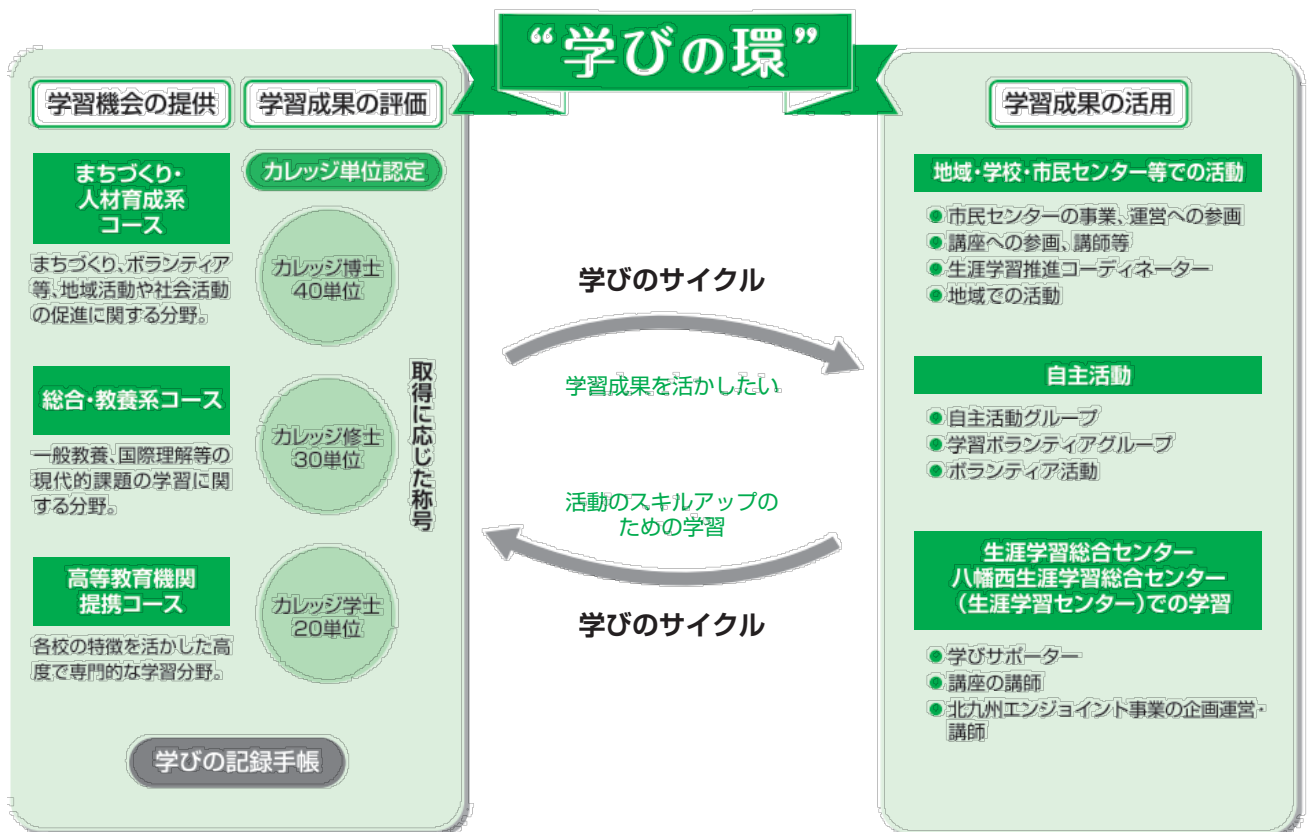
現代的課題について北九州市での取り組みから、全国の先進事例まで学びます。

創る

調査・研究など講師とともに講座を創りあげ、学んだ成果を発信します。

市民の多様な学習ニーズに対応した生涯学習機会を提供し、自己実現の促進および「循環型生涯学習社会」を担う人材の育成を図ります。

北九州市民カレッジのしくみ



人生の質の向上 ボランティア 市民力の向上
地域社会の活力向上 地域社会への還元 キャリアの開発 産業の活性化

北九州市民カレッジ FAX・郵送申し込み票

申込多数の場合は
抽選になります

- ◆ 申し込み方法 下記の申し込み票に記入のうえ、ファックスまたは封書でお送りください。申込(送付)先はそれぞれの講座案内の「申込・問合せ先」をご覧ください。
- ◆ 締切 締切りは講座ごとに異なりますので、講座案内でご確認ください。
- ◆ 受講料 【1】まちづくり・人材育成系コースと【2】総合・教養系コースは受講初日にご持参ください。【3】高等教育機関提携コースは、受講決定時にお知らせする納付方法でお納めください。

ふりがな		性別	男・女	学びの記録手帳をお持ちの方は、8ケタまたは9ケタの登録番号をご記入下さい。 □□□□□□□□
氏名		年齢	歳	
住所	〒 -	電話	()	
		FAX	()	
		携帯電話	()	
勤務先など その他連絡先	〒 -	電話	()	

希望する講座の にチェックしてください。 ※1枚で複数の講座の申し込みができます。

スポット受講をご希望の方は右欄にご希望の回の日にちをご記入ください。スポット受講可能な回数及び金額などは講座ごとに異なりますので、各講座案内にてご確認ください。(スポット受講の詳細についてはP2をご覧ください)

コース	<input checked="" type="checkbox"/> 番号	講座名	スポット希望日
[1] まちづくり・ 人材育成系 コース	1	SDGsを理解して、北九州の未来を考える	
	2	環境人材育成講座	
	3	社会教育・生涯学習基礎講座—SDGsと社会教育	
	4	熱血!まちを彩る男達!!	
	5	私たちの手でつくる安全・安心～地域での防犯の取組～	
	6	【大学連携リレー講座】“生きがい”再発見、これからの人生～中高年よ、大志を抱け～	
	7	北九州ふるさと再発見～身近な生き物の暮らしから未来を考える～	
	8	自分を知り よりよく生きる～自分らしく輝くために～	
	9	もっと身近に!国際交流とボランティア	
[2] 総合・教養系 コース	10	光源氏と女たちをめぐる謎!?	
	11	世界に誇る!北九州のものづくり現場を訪ねて	
	12	健康づくりのための食の安全・安心講座	お子様の見守り希望 (有・無)
	13	レジリエンス(回復力)アップー健康なこころの育て方ー	
[3] 高等教育機関 提携コース	14	水泳愛好者のための水泳教室	
	15	理系の話を聞いてみよう(後編)	
	16	健康で働くためには、どうすれば良い?! 第2弾	
	17	生涯を健康に過ごすには?	
	18	人生100年時代を健康でアクティブに生きるために	
	19	未来を切り開く材料の世界	
	20	ExcelVBAプログラミング入門	
	21	簡単で分かりやすい「リスク」管理入門	
	22	北九州学/みんなで北九州の未来をワイワイガヤガヤ考える講座	
	23	コミュニケーションのための英文法2	
	24	ステップアップ基礎中国語	
	25	話すためのドイツ語文法Ⅱ	
	26	ハングル入門～韓国を学ぶ～	
	27	マーケティング視点で「街おこし」を考える講座	
	28	おひとりさまの死後事務委任～終活の視点から考える後始末のあり方～	
	29	韓流ドラマで学ぶ「韓国語の世界」	
	30	争続にならないための相続準備講座<応用編>	
	31	モチベーションの心理学	

※個人情報、市民カレッジの目的のために利用させていただきます。第三者に提供することはありません。

