

# 平成29年度後期(10~3月)講座 受講生募集!

徳島県立総合大学校「まなびーあ徳島」の単位が1回につき1単位取得できます。



<p><b>◎絵画表現Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ</b> 講師:峯 幸子(四国大学非常勤講師)</p> <p>水彩・油彩・アクリル等で個性ある作品づくりを楽しむ。</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:各15名 ●受講料:各20回17,000円(画材費別途)</p> <p>●準備物:スケッチブック6F,鉛筆2B</p> <p>I ●日時:10/3~3/13 火曜日 13:00~15:00(全20回)</p> <p>II ●日時:10/4~3/28 水曜日 10:00~12:00(全20回)</p> <p>III ●日時:10/4~3/28 水曜日 13:00~15:00(全20回)</p>
<p><b>◎朗読文化講座Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ</b> 講師:住友 美代子(朗読サロンさざなみ主宰)</p> <p>徳島作家作品や文学作品などを朗読し、朗読会や読み聞かせ実践レベルを目指す。</p> <p>●定員:各12名 ●受講料:各12回12,000円 *初回に全額納入</p> <p>I ●日時:10/6~3/16 第1・3金曜日(1月は第1・2金曜日) 13:30~15:30(全12回)</p> <p>●場所:自治研修センター</p> <p>II ●日時:10/5~3/15 第1・3木曜日(1月は第2・4木曜日) 13:30~15:30(全12回)</p> <p>●場所:総合教育センター</p> <p>III ●日時:10/2~3/19 第1・3月曜日(1月は第3・5金曜日) 13:30~15:30(全12回)</p> <p>●場所:南部総合県民局 阿南庁舎</p>
<p><b>◎心を元気にする!アートセラピー講座Ⅰ・Ⅱ</b> 講師:佐藤 千恵(「色彩学校」認定講師)</p> <p>生活に色を取り入れて心を豊かに健康にする方法を学ぶ。</p> <p>●定員:各15名 ●受講料:各6回6,000円(材料費込)</p> <p>I ●日時:10/30~3/12 第2月曜日(10月は第5月曜日,1・2月は第3月曜日) 13:00~14:30(全6回)</p> <p>●場所:自治研修センター</p> <p>II ●日時:10/6~3/2 第1金曜日 13:00~14:30(11月は第3金曜日 10:30~12:00)(全6回)</p> <p>●場所:総合教育センター</p>
<p><b>◎ストレス解消!アート体験(臨床美術ワークショップ)</b> 講師:武市 理恵(日本臨床美術協会認定臨床美術士)</p> <p>脳を活性化する臨床美術を楽しむ。絵の苦手な人もOK。絵画表現以外に工作のようなプログラムもあり。</p> <p>●日時:10/23~3/26 第4月曜日 13:30~15:00(全6回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:12名 受講料:6回4,200円(材料費込)</p>
<p><b>◎似合う色で美しく・カラーコーディネート講座</b> 講師:吉崎 礼子(色彩検定協会認定色彩講師)</p> <p>自分に似合う色を知ってファッション等のコーディネートを選び、好印象の自己表現とコミュニケーションに役立てる。</p> <p>●日時:10/23~3/12 第4月曜日(12月は第2・4月曜日,3月は第2月曜日) 10:00~11:30(全7回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:10名 受講料:7回5,600円(テキスト代別途)</p>
<p><b>◎パソコンを活用して仲間と楽しもう</b> 講師:とくしま学博士 吉田 明子(シニアITアドバイザー1級)</p> <p>パソコンの操作を楽しむ学ぶ(対象:パソコンの基本操作ができる方)</p> <p>●日時:10/13~3/23 第2・4金曜日(12月は第2金曜日のみ,1月は第4金曜日のみ) 13:00~15:00(全10回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:15名 受講料:10回6,000円(テキスト代込) ●準備物:パソコン</p>
<p><b>◎誰もが気軽にパソコンライフ</b> 講師:とくしま学博士 松本 妙子(シニアITアドバイザー1級)</p> <p>パソコンの基本操作を楽しむ学ぶ(対象:パソコン初心者の方)</p> <p>●日時:10/19~3/15 第3木曜日 13:00~15:00(全6回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:6回3,000円(テキスト代込) ●準備物:パソコン</p>
<p><b>◎パソコンを身近に活用しよう!</b> 講師:とくしま学博士 岡田 孝枝(シニアITアドバイザー1級)</p> <p>パソコンの操作を楽しむ学ぶ(対象:パソコンの基本操作ができる方)</p> <p>●日時:10/10~3/13 第2火曜日(1月は第1火曜日) 14:00~16:00(全6回)</p> <p>●場所:総合教育センター ●定員:18名 受講料:6回3,600円(テキスト代込) ●準備物:パソコン</p>
<p><b>◎とくしま学博士による歴史教養講座</b> 講師:とくしま学博士 ※事前申し込み不要</p> <p>郷土の偉人、史跡、寺院、伝説などテーマ別にとくしま学博士と楽しく歴史文化を学ぶ。</p> <p>●日時:12/5~12/26 火曜日,第1・2水曜日(開催日:12/5,6,12,13,19,26) 10:30~12:00(全6回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:6回600円(資料代込)</p>
<p><b>◎邪馬台国阿波説入門講座</b> 講師:藤井 榮(NPO法人阿波国古代研究所会員)</p> <p>邪馬台国問題を通して古代阿波について学ぶ。</p> <p>●日時:10/20~3/16 第3金曜日 9:30~12:00(全6回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:15名 受講料:6回2,500円(テキスト・資料代込)※受講料の内訳はテキスト・資料代のみ</p>
<p><b>◎とくしま学博士によるウォーキング講座 ~正しい歩き方を教えます~</b></p> <p>講師:とくしま学博士 前田 和子(日本ウォーキング協会公認指導員) 脇川 弘(日本ウォーキング協会指導員) 渡邊 茂(日本ウォーキング協会指導員)</p> <p>ウォーキングの基礎知識を習得し、健康維持・体づくりを実践する。</p> <p>●日時:10/2~12/18 第1・3月曜日 13:30~15:30(全6回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:6回3,600円(別途スポーツ安全保険料6回600円)</p>
<p><b>◎太極拳</b> 講師:赤川 正男((社)日本武術太極拳連盟公認指導員)</p> <p>ゆっくりとした動きの中で絶えず重心が移動する運動で、骨格・筋肉・関節を鍛錬し、バランス感覚を養う。</p> <p>●日時:10/10~3/27 火曜日(12月は除く) 10:30~12:00(全20回)</p> <p>●場所:自治研修センター ●定員:10名 受講料:20回15,000円</p>
<p><b>◎太極拳Ⅰ・Ⅱ</b> 講師:吉田 光子((社)日本武術太極拳連盟公認指導員)</p> <p>ゆっくりとした動きの中で絶えず重心が移動する運動で、骨格・筋肉・関節を鍛錬し、バランス感覚を養う。</p> <p>●定員:各10名 受講料:各22回16,500円</p> <p>I ●日時:10/2~3/26 月曜日 10:00~11:30(全22回)</p> <p>●場所:西部総合県民局 美馬庁舎</p> <p>II ●日時:10/3~3/20 火曜日 9:00~10:30(全22回)</p> <p>●場所:総合教育センター</p>

<p>◎<b>中国的健康法(気功術)</b> 講師:木内 資雄 心身の癒し・健康維持・介護予防等の一助として呼吸法を基本にした気功術を実践する。 ●日時:10/5~3/22 木曜日 14:00~15:30(第3木曜日10:00~11:30)(全24回) ●場所:自治研修センター ●定員:10名 受講料:24回19,200円</p>	
<p>◎<b>誰にでもできるヨーガ体操から始めるヨーガ</b> 講師:小宮山 昭三生(瀬戸内ヨーガ禅道友会代表) 日常生活に取り入れられるヨーガの実技のコツを習得し健康管理に役立てる。 ●日時:10/12~3/22 第2・4木曜日(11・12月は第2木曜日のみ) 10:00~12:00(全10回) ●場所:総合教育センター ●定員:10名 受講料:10回5,000円</p>	
<p>◎<b>歴史文化講座~日本と阿波の律令政治から見る権力者の実態~</b> 講師:とくしま学博士 沖野 勝徳 律令国家の形成経緯と、阿波の律令体制における権力者と民衆の実態を学ぶ。 ●日時:11/6~12/4 月曜日 9:30~12:00(全4回) ●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:4回400円(資料代込)</p>	
<p>◎<b>歴史文化講座~阿波の歴史~</b> 講師:とくしま学博士 佐藤 和代 「阿波三好氏と長宗我部元親」「中富川合戦から蜂須賀氏の阿波入国まで」をテーマに、阿波の歴史を楽しく学ぶ。 ●日時:10/26(木曜日)、11/30(木曜日) 10:30~12:00(全2回) ●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:2回200円(資料代込)</p>	
<p>◎<b>歴史文化講座~庚午事変(稲田騒動)~</b> 講師:とくしま学博士 柏木 良博 幕末から明治維新の激動期における庚午事変(稲田騒動)について学ぶ。 ●日時:10/24(火曜日) 13:30~15:00 ●場所:南部総合県民局 阿南庁舎 ●定員:20名 受講料:100円(資料代込)</p>	単発講座
<p>◎<b>背筋スッキリ健康体操</b> 講師:とくしま学博士 大西 清市 しっかりと筋力をつけ、要支援・要介護状態になるのを予防する。 ●日時:10/25(水曜日) 13:30~15:00 ●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:無料 ●準備物:運動のできる服装、タオル、水</p>	単発講座
<p>◎<b>歴史文化講座~徳島城~</b> 講師:とくしま学博士 酒井 勇治 四国で最初に築城された織豊系城郭「徳島城」について、全国の他の城郭と比較しながら、その特徴を学ぶ。 ●日時:11/10(金曜日) 10:30~12:00 ●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:100円(資料代込)</p>	単発講座
<p>◎<b>南海トラフ巨大地震よもや話~プレートについて~</b> 講師:とくしま学博士 武市 義雄 地震のメカニズムについて学ぶ。 ●日時:12/8(金曜日) 10:00~12:00 ●場所:自治研修センター ●定員:20名 受講料:100円(資料代込)</p>	単発講座

※講座開始日以降でも、定員に空きがあるとき等、受付可能な場合がありますので、お気軽にお問い合わせください。  
※講座ごとの詳しいスケジュールについてはお問い合わせください。(実施除外日等あり)

## <開催場所>

### ●徳島県自治研修センター



【住所】 徳島市南庄町5丁目77-1  
【電話】 088-612-8801  
【アクセス】 JR徳島駅から西へ5km JR鮎喰駅から徒歩15分  
徳島バス・徳島市バス「鮎喰町一丁目」下車徒歩5分

### ●徳島県立総合教育センター



【住所】 板野郡板野町犬伏字東谷1-7  
【電話】 088-672-7770  
【アクセス】 JR板野駅から車で約6分  
徳島バス鍛冶屋原線(不動・板野経由)「総合教育センター」下車

### ●徳島県西部総合県民局 美馬庁舎



【住所】 美馬市脇町大字猪尻字建神社下南73  
【電話】 0883-53-2031  
【アクセス】 JR穴吹駅から車で約10分

### ●徳島県南部総合県民局 阿南庁舎



【住所】 阿南市富岡町あ王谷46  
【電話】 0884-24-4170  
【アクセス】 JR阿南駅から徒歩約5分

## <申込方法> \*原則先着順です\*

まずは下記までお電話ください。(その際に①講座名・②氏名・③電話番号をお教えてください)  
その後、直接、講座運営者(講師)へお問い合わせ・お申し込みいただくこととなります。  
※「とくしま学博士による歴史教養講座」は事前申込み不要です。直接会場へお越しください。

## <お問い合わせ先>

徳島県立総合大学校本部事務局(自治研修センター内)  
電話:088-612-8801 ファクシミリ:088-612-8805  
電子メール:manabia@pref.tokushima.jp ホームページ:http://manabia.tokushima-ec.ed.jp/