

生涯大学校

講座のご案内

本学では一般教養や職業知識など本学教員の有する研究知識を広く活用するものとして、生涯大学校を開講しています。

この講座が皆さんの知的好奇心に触れ、充実した生活の一助となれば幸いです。

是非、ご友人をお誘い合わせのうえご参加ください。

申込・お問い合わせ先
佐久大学信州短期大学部
生涯大学校事務局（教務課）

0267(68)6680

講座名 (担当講師)	概要	日時	受講料
シニアのための 「はじめてのパソコン」 [第2期] (三池 克明 助教)	シニアライフを楽しむためのパソコンの活用について解説します。パソコンを初めて使う方を対象に、キーボードやマウスの操作、そしてインターネットの活用などを学びます。ほんの少しだけ使い方が分かればパソコンはとても面白くなります。	10/ 5(水) 10/12(水) 10/17(月) 10/19(水) 10/26(水) 10/31(月) それぞれ 10:40~12:10(90分)	全6回分 6,000円
シニアのための パソコン講座 [第1期] (三池 克明 助教)	シニアライフと楽しむためのパソコン活用を解説します。例えばアルバムや年賀はがきのデザイン、旅行先の下見などを解説します。USBメモリを持参していただければ、完成したアルバムや年賀はがきのデータを持ち帰ることも可能です。	11/ 2(水) 11/ 7(月) 11/14(月) 11/16(水) 11/21(月) 11/28(月) それぞれ 10:40~12:10(90分)	全6回分 6,000円
シニアのための パソコン講座 [第2期] (三池 克明 助教)	「シニアのためのパソコン講座[第1期]」と同じです。	12/ 5(月) 12/ 7(水) 12/12(月) 12/14(水) 12/19(月) 12/21(水) それぞれ 10:40~12:10(90分)	全6回分 6,000円
健康づくり・ 生きがいづくり (片桐 学 講師)	今年も健康づくりで幸福感を！ ① 信州の自然にふれあいながらマレットゴルフに親しみます。 ② 大河ドラマ真田幸村の故郷をポールウォーキングで歴史探訪！ ③ 誰とでも楽しめるニュースポーツ4種目に挑戦します。 (スポーツ吹矢、バスケットボールピンポン、ラージーピンポンなど)	9/16(金) 9/23(金) 9/30(金) 10/ 7(金) 10/14(金) 10/28(金) 11/ 4(金) 11/11(金) それぞれ 13:00~14:30(90分)	全8回分 4,000円
介護ストレスに 向き合う (金高 茂昭 教授)	介護は気高い愛情表現だと言えます。しかし、親など身近な人を自宅で介護していくと心身共に疲れることが多いと思います。当講座では、介護を巡るストレス問題に焦点を当て、その軽減方法を探ります。	9/22(木・祝) 13:00~16:10 (休憩含む)	全1回分 2,000円

必要事項をご記入の上、お申込みください。

申込みは、受講する講座の開講1週間前までにお願いします。

申し込む講座に ○印を入れて下さい	講座名 (担当講師)	日時	受講料
	シニアのための「はじめてのパソコン」 [第2期] (三池 克明 助教)	10/ 5(水) 10/12(水) 10/17(月) 10/19(水) 10/26(水) 10/31(月) それぞれ10:40~12:10(90分)	全6回分 6,000円
	シニアのためのパソコン講座 [第1期] (三池 克明 助教)	11/ 2(水) 11/ 7(月) 11/14(月) 11/16(水) 11/21(月) 11/28(月) それぞれ10:40~12:10(90分)	全6回分 6,000円
	シニアのためのパソコン講座 [第2期] (三池 克明 助教)	12/ 5(月) 12/ 7(水) 12/12(月) 12/14(水) 12/19(月) 12/21(水) それぞれ10:40~12:10(90分)	全6回分 6,000円
	健康づくり・生きがいづくり (片桐 学 講師)	9/16(金) 9/23(金) 9/30(金) 10/ 7(金) 10/14(金) 10/28(金) 11/ 4(金) 11/11(金) それぞれ13:00~14:30(90分)	全8回分 4,000円
	介護ストレスに向き合う (金高 茂昭 教授)	9/22(木・祝) 13:00~16:10 (休憩含む)	全1回分 2,000円

氏名	男 ・ 女 () 歳
住所	
電話番号	()

受講料について

〔 郵 送 ・ F A X の 場 合 〕 受講料は講座初日に受付でお支払いください。

〔 窓 口 の 場 合 〕 受講料を添えてお申込みください。

連絡先

佐久大学信州短期大学部 生涯大学校事務局(教務課)

TEL:0267-68-6680 / FAX:0267-68-6687

※受付時間(窓口) 平日9:00~17:00 【土・日・祝日を除く】