

平成28年度 かほく市民大学校

【前期】 受講生募集



かほく市では、学びの機会と学びによる交流の輪を広げることを目的として市民大学校を開校します。
みなさんの「知りたい!」「学びたい!」のきっかけを見つけませんか?

(1) 講座の内容 前期は13講座(一般コース10講座、家庭教育コース3講座)

(2) 単位について 1講座(90分)を受講すると3単位取得できます。
1年間通しての取得単位によって修了証書をお渡しします。

取得単位数	修了証書
60~	博士号(ジャンプ賞)
40~59	修士号(スキップ賞)
20~39	学士号(ウォーク賞)

(3) 申込の方法

- ・希望の講座開催日の3日前までにお申込みください。
- ・申込みの際には、氏名、住所、電話番号をお知らせください。

(4) 申込先 かほく市教育委員会 生涯学習課
〒929-1195 かほく市宇野気二81番地
TEL (076) 283-7137 FAX (076) 283-3643

5月23日(月) 19:15~19:30 **1**

「平成28年度 開校式 兼 平成27年度修了証書交付式」

場所:七塚健康福祉センター 多目的ホール

平成28年度「かほく市民大学校」の開校式と平成27年度の受講生へ修了証書の交付を行います。

「末森合戦の周辺」 19:30~21:00

講師:石川県立図書館史料編さん室 室員 瀬戸 薫 氏

場所:七塚健康福祉センター 多目的ホール

末森合戦とは、天正12年(1584年)、越中の佐々内蔵助成政が軍勢を率いて能登の末森城を攻め、末森城は守勢となります。一報を受けた前田利家は金沢を急発し沿岸線を進み末森城に入り、成政軍を撃退した戦いのことです。

この合戦の周辺ではなにが起っていたのでしょうか?かほく市との関わりは?
おもしろい昔話を聞いてみませんか?



5月28日(土) 開場13:30、 **2**

開演14:00

「イレネと映画を観て話そう」

場所:石川県西田幾多郎記念哲学館 哲学ホール

映画『バベルの学校』

母語も文化も宗教もバラバラの20国籍24人の子どもたちが集まったパリの学校。世界の縮図のようなクラスが1年後に行き着く先は?

映画を観たあとは、かほく市国際交流員と交流会をしましょう!

- ・交流会の定員 10名(要予約・先着順)
- ・参加費 450円(飲み物代)



6月1日(水) 10:00~13:00 **3**

「第1回 健康クッキング」

講師:かほく市健康福祉課 主査 荒井 淳子 氏

場所:ほのほの健康館 調理室

「脱!メタボ!!健康のバロメーターは体重管理から」と題した食育のミニ講演会と調理実習(デリシャスヘルシーメニュー)を行います。

- ・定員 15名(先着順)
- ・参加費 200円(材料費)
- ・申込先 健康福祉課

Tel 283-1117 Fax 283-4116



6月9日(木) 14:00~15:30

4

「土鈴を作ろう」

講師：かほく市生涯学習課 主事 油井 大典 氏
場所：七塚生涯学習センター 陶芸室

土鈴(どれい)とは土を焼いて作った鈴です。古くから魔よけとされ、今も郷土玩具として各地にみられます。
オリジナルの土鈴を作ってみませんか？



・定員 15名(先着順)

6月15日(水) 14:00~15:30

5

「姿勢と健康の講座」

講師：KCSセンター金沢院(姿勢調整師) 村井 由紀 氏
場所：七塚生涯学習センター 視聴覚講義室

姿勢と健康は密接に関係しており、悪い姿勢は多様な健康障害の原因になることがあります。
日ごろどんな姿勢で生活していますか？
簡単姿勢チェックと調整体験を行います。
ぜひご参加ください。



7月5日(火) 19:00~20:30

6

「傾聴スキル ~聴く力を身に付けて
コミュニケーション力アップ~」

講師：MC・アロマヒーリングティーチャー 宮崎 志津 氏
場所：七塚生涯学習センター 視聴覚講義室

「傾聴」とはアクティブラスニング(積極的に聴く事)です。傾聴の目的やコツ、「怒る」と「叱る」の違いなどを学んで、コミュニケーション力をアップしましょう。

7月15日(金) 14:00~15:30

7

「家庭菜園について」

講師：石川かほく農協 技術指導員 山辺 守 氏
場所：七塚生涯学習センター 視聴覚講義室



家庭菜園に興味のある方も、毎年野菜を作っている方も、家庭菜園についていろんなお話を聞いてみませんか？
野菜作りのプロが詳しく説明します。

7月21日(木) 14:00~15:30

8

「第1回 これだけは知っておきたい！
今どきの相続知識」

講師：北陸相続診断士会 能田真由美 氏、林 雄介 氏
場所：七塚生涯学習センター 視聴覚講義室

「そもそも相続問題とは？」という相続の全体像のお話と、相続対策で押さえておきたいポイントを、対策の具体例を交えながら分かりやすく説明します。

8月4日(木) 14:00~15:30

9

「第2回 実際にあった相続事例から
学ぶ！相続トラブル予防法」

講師：北陸相続診断士会 能田真由美 氏、林 雄介 氏
場所：七塚生涯学習センター 視聴覚講義室

「まさか相続資産の1/4が知らない人に…」
「えっ！借金が000万あったなんて…」
避けたい相続トラブル。事例を交えて解決法を紹介します。



8月25日(木) 14:00~15:30

10

「第3回 100年生きてても大丈夫！！
『60代からの安心将来設計』」

講師：北陸相続診断士会 能田真由美 氏、林 雄介 氏
場所：七塚生涯学習センター 視聴覚講義室

100歳まで幸せに生きるために、どういふふう資金計画をするか。自分の生き甲斐をどう見つけていくか。
現状を把握し、未来を計画しましょう。



9月6日(火) 10:00~13:00

11

「第2回 健康クッキング」

講師：かほく市健康福祉課 主査 荒井 淳子 氏
場所：ほのぼの健康館 調理室

「糖と上手にお付き合い。食事の選び方、食べ方で健康な体にな」と題した食育のミニ講演会と調理実習(ザ・満足ごはんメニュー)を行います。

- ・定員 15名(先着順)
- ・参加費 200円(材料費)
- ・申込先 健康福祉課
Tel 283-1117 Fax 283-4116