

G・現代的課題対策講座

G03 ♠️ 上手なコミュニケーションの鍵を手に入れませんか？
～アサーション（自己主張）を学ぶ講座が登場！～

アサーションとは、自分の意見や感情を適切に伝えるためのコミュニケーションスキルです。相手との関係を損ねずに自分の意見を伝えることができます。

講 師	中島 美那子 茨城キリスト教大学文学部 児童教育学科 教授		
回	実施日	内 容	
1	6/5	日本にルーツをもつハワイの女性の生き方の紹介 自分らしい生き方を考える	
2	6/19	アサーション入門（1） 感情とは	
3	6/26	アサーション入門（2） 人それぞれのコミュニケーションパターン	
4	7/10	アサーション入門（3） アサーティブに言ってみよう	
5	7/24	自分らしいコミュニケーションへの道	
曜日・時間	水曜日・10：00～12：00	受講料	5,000 円
会 場	茨城キリスト教大学	定 員	30 名

G04 ♠️ 文学を通じて社会を読み解く！

著名な文学作品をとりあげ、現代的視点から読み解いていきます。作品を深く理解するとともに現代の課題・問題も捉えていきましょう。

講 師	西野 由希子 茨城大学人文社会科学部 人間文化学科 教授		
回	実施日	内 容	
1	8/17	道をつくる 魯迅「故郷」1918 年	
2	8/24	自然との向き合い方 バーネット「秘密の花園」1909 年	
3	8/31	グローバルな世界 ヴェルヌ「80日間世界一周」1872 年	
4	9/7	自分らしさとはなにか カフカ「変身」1915 年	
5	9/14	AI やロボットとの未来 カズオ・イシグロ「クララとお日さま」2021 年	
曜日・時間	土曜日・13：30～15：30	受講料	5,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	30 名

J110 ミュージカルを楽しもう!!
劇団四季『ゴースト&レディ』

2024 年 5 月開幕の新作！
ミュージカルの魅力と知識を深めます。

講 師	片野 真吾 作編曲家・音楽監督		
回	実施日	内 容	時 間
1	6/9 (日)	劇作家 高橋 知伽江さんへの オンラインインタビュー ミュージカルの発声練習を体験しよう！	13：30～ 15：30
2	6/30 (日)	現地研修『ゴースト&レディ』鑑賞 (JR 東日本四季劇場〔秋〕東京都港区海岸 1 丁目)	8：15～ 19：25
会 場	県北生涯学習センター・現地	定 員	40 名
受講料	2,000 円 別途現地研修費 20,000 円 (S 席チケット 14,000 円 バス代・保険代)		

K・地域の核となる人材・団体育成事業

K07 ♠️ 好きを仕事に！
アイデアの種のはじめかた

いつかやってみたい！アイデアを言葉や形にして、自ら作り出す（アントレプレナー精神）を養う講座です。

回	実施日	内 容	講 師
1	6/6	原体験 ー自分の好きや得意を探る	（一社）なでしこ未来塾理事 高橋 美紀
2	6/20	ターゲットの見つけ方 ー顧客を特定する	
3	6/27	リンパを流してりらくすう～♪ 誰でも簡単！セルフケア パーソナルカラー ～色による印象戦略～	リラクゼーション サロン&スクール true 鈴木 里佐 パーソナルスタイリスト 吉成 麻美
4	7/11	アイデアの具体化と計画立案	（一社）なでしこ未来塾理事 高橋 美紀
5	7/25	収支計画 ービジネスモデル	
6	8/8	プレゼン発表 ー自分のアイデアを世界に伝える	
曜日・時間	木曜日・10：00～12：00	受講料	無料
会 場	県北生涯学習センター	定 員	15 名

J111 ♠️ 今、驚きの縄文時代!!

最新のゲノム研究、遺跡・遺物調査から見えてきた、今まで知らなかった驚きの縄文時代を紹介します。

回	実施日	内 容	講 師
1	6/15	DNA から見た縄文人	国立科学博物館 人類研究部 人類史研究 G 研究主幹 神澤 秀明
2	6/22	新潟県の縄文遺跡	元新潟県立歴史博物館 学芸課長 西田 泰民
3	7/6	縄文時代の耳飾り文化	オンライン講座 榛東村耳飾り館（群馬県） 学芸員 角田 祥子
4	7/13	縄文時代の黒曜石流通	オンライン講座 國學院大学栃木短期大学 准教授 大工原 豊
5	7/20	縄文時代のエコ事情	オンライン講座 真鍮遺跡縄文館（石川県） 館長 高田 秀樹
6	8/3	縄文時代のイルカ利用	オンライン講座
曜日・時間	土曜日・13：30～15：30	受講料	6,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	40 名

J112 ♠️ 世界を知る 2024（前期）
～ジャーナリストから学ぶ国際情勢講座～

いま世界で何が起きているのか。その背景には何があるのか。世界各地の現場で取材を重ねてきたジャーナリストが、対立と協力が複雑に絡み合う国際関係をわかりやすく徹底解説!!「ニュースの見方」も身につきます。

回	実施日	内 容	講 師
1	6/15	中東	※水戸生涯学習センター主催の講座です。 当センターはサテライト会場となります。 共同通信社
2	6/22	インド	
3	7/6	東南アジア	
4	7/20	イタリア・パチカン	
5	7/27	ロシア・ウクライナ	
曜日・時間	土曜日・14：00～16：00	受講料	3,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	20 名

J・自主講座

「楽しい学び」の講座です。新しい趣味を見つけたい 教養を深めたい
共に学ぶ仲間と出会いたい そんな方にオススメです

J106 からだスッキリ！チューブ体操

チューブの効果的な使い方を学びます。筋力・骨量のUP、フレイル・サルコペニア・認知機能低下を予防しながらリフレッシュしましょう。

講 師	小室 秀子 健康運動指導士・鍼灸師・管理栄養士 筑波大学医学群医学類非常勤講師		
実施日	6/4・18、7/2・16・30	<全 5 回>	
曜日・時間	火曜日・13：30～15：00	受講料	3,000 円 別途保険代 250 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	20 名

J107 ジャズライブ

気軽に楽しめるパフォーマンスから、本格的なジャズまでご紹介します。ジャズにまつわる話を交えたライブをお楽しみ下さい。

回	実施日	講 師	メンバー
1	6/20	星の国	星野 のりこ（ピアノ）
2	6/27		クーニー・金澤（トランペット）
3	7/4	星野由美子 Trio	星野 由美子（ボーカル）
4	7/11		大川 修広（サクソ・フルート） 生田目 寿男（ピアノ）
曜日・時間	木曜日・13：30～15：00	受講料	4,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	40 名

J109 ♠️ 「記憶の遺産」と「負の遺産」
～世界遺産で学ぶ国際社会の在り方～

昨年世界遺産委員会で採択された“平和構築に重要な役割を果たす世界遺産”である『記憶の遺産』について学び、改めて国際平和について考えましょう。

講 師	目黒 正武 元 NPO 法人世界遺産アカデミー 客員研究員		
回	実施日	内 容	
1	6/8	世界遺産最新情報 ～第45回世界遺産委員会の内容～	
2	6/22	国と宗教 ～「法の正義」か「神の正義」か～	
3	7/6	生物多様性と進化論 ～自然遺産で学ぶ生物多様性の歴史～	
4	7/20	大航海時代とアフリカ ～アフリカの文化遺産に見る民族の多様性～	
5	8/3	「広島平和記念碑」と「リヴァプール海商都市」 ～ユネスコが考える国際平和の在り方～	
曜日・時間	土曜日・10：30～12：30	受講料	5,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	40 名

J116 夏休み親子でボタニーペインティング

天然の蓮や菩提樹の葉を貼ったり着色するオリジナルアート。絵心や技術がなくても、誰にでも簡単に素敵な作品が作れます。
7/21（日）10：00～12：00
講 師：鈴木 里佐 ボタニーペインティング プロフェッショナル
受講料：1,000 円（保険代込）材料費：2,000 円
会 場：県北生涯学習センター

J108 ♠️ 田切先生の地学講座

茨城県の山地、台地、平地、川、湖を形成史ごとに学習し、さらに海岸地形について学びます。茨城県の地形の全体像をとらえ、形成史を考慮した温暖化に対応する自然環境保全について考えます。

講 師	田切 美智雄 茨城大学名誉教授		
実施日	6/7・21、7/5・19、8/2	<全 5 回>	
曜日・時間	金曜日・13：30～15：30	受講料	5,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	40 名

J113 ピラティスで姿勢改善

ヨガマットとバスタオルでできるピラティス。呼吸法やストレッチを学び、インナーマッスルを強くし、健康に身体を動かしましょう。

講 師	梅澤 雪代 ピラティスインストラクター		
実施日	6/25、7/9・23、8/27、9/10	<全 5 回>	
曜日・時間	火曜日・19：00～20：30	受講料	3,000 円 別途保険代 250 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	20 名

J114 ♠️ 美しい塗り絵の世界

植物・野菜・フルーツの下絵を使って、色鉛筆・クーピーペンシルで重ね塗りの技術を学びます。手先を使って脳を活性化、達成感も味わい、リフレッシュしましょう。

講 師	岩淵 幸子 大人の塗り絵クラブ 認定講師		
実施日	6/12・26、7/10・24、8/28、9/11	<全 6 回>	
曜日・時間	水曜日・9：30～11：30	受講料	3,500 円 別途材料費 500 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	20 名

J117 ウィーン音楽紀行

「音楽の都」オーストリアのウィーン。数多くの作曲家の人生、作品、ゆかりのある場所を、講師のピアノ生演奏を交えてご紹介します。

講 師	石井 萌加 東京大学大学院博士課程 東洋大学非常勤講師 元日本学術振興会特別研究員 DC2		
回	実施日	内 容	
1	5/26	ウィーンを歩こう：音楽・歴史探訪の基本情報	
2	6/23	18 世紀のウィーンと音楽文化： ハイドン、モーツァルト、ベートーヴェン	
3	7/21	19 世紀のウィーンと音楽文化：シューベルト、 ブラームス、ヨハン・シュトラウスなど	
曜日・時間	日曜日・13：00～15：00	受講料	3,000 円
会 場	県北生涯学習センター	定 員	30 名