

子どもたち集まれ！

J・自主講座

J114

ママ達に知って欲しい、親子で学ぶエッセンシャルオイルで出来るセルフケア講座

小学1年生以上

エッセンシャルオイルについて学び、バスボムとハンドクリームを作ろう！

8/3（日） 10：00～12：00

講師：佐藤 志穂
（アロママッサージ専門店 Plants）

受講料：1組 1,000円
（別途材料費・保険代 ひとり 1,000円）

場所：県北生涯学習センター

定員：20名（10組）

J116

親子でお星さま観察会

小学1年生以上

望遠鏡で月・木星・火星・星座を見てみよう！

6/7（土） ※予備日 6/8（日）
17：30～19：30

講師：センター職員

受講料：1組 100円（保険代）

場所：県北生涯学習センター

定員：32名（16組）

J117

親子で学ぶお魚料理教室

小学1～6年生

地元の魚の魅力を知り、魚をさばいて美味しく食べよう！

6/14（土） ※雨天決行
8：30～13：00
（JR 勝田駅集合・ひたちなか海浜鉄道乗車）

講師：にひら あきら
（おさかな博士・調理師・まるごと食育専門講師）

受講料：ひとり 1,000円（材料費・保険代）

場所：那珂湊漁業組合市場キッチン
（ひたちなか市）

定員：24名（12組）

J104

スクラッチ「ゲーム」を作ってみよう！

小学3年生以上

大人もOK！

親子もOK！

簡単なスクラッチプログラミングを体験し、たくさんゲームを作って、論理的思考・問題解決能力を身につけよう！

7/27、8/3、10、17、24、31 <全6回>
日曜日・9：00～12：00

講師：菊池 誠（コミュニティNETひたち）

受講料：6,600円（別途テキスト代 3,080円）

場所：県北生涯学習センター

定員：15名

J105

夏休み 3D プリンターでものづくり

小学4年生～中学3年生

3D スキャンを使ってデータを取り込んだり、3DCAD ソフトウェアでプログラミングをしてみよう！

7/26、8/2、9、23 <全4回>
土曜日・13：30～15：30

講師：鈴木 康之・仲田 耕一
アルファテックシステム（株）
菊池 聡子
マイクロソフトオフィシャルトレーナー

受講料：6,600円
（別途テキスト代 2,948円・材料費 2,200円）

場所：県北生涯学習センター

定員：10名

J121

よくわかる初心者のための Word2021 ゆっくり入門

おとなパソコン

講師：小川 正信
コミュニティ NET ひたち

実施日：6/6、13、20、27、7/4、11、18、25 <全8回>

曜日・時間：金曜日 9：00～12：00
受講料：8,800円
別途テキスト代 1,320円

会場：県北生涯学習センター

定員：15名

J122

ワードとエクセル 基本と復習 ～基本から連携操作まで～

Word2021 Excel2021

講師：作山 剛
コミュニティ NET ひたち

実施日：8/1、8、22、9/5、12、9/19、26、10/3 <全8回>

曜日・時間：金曜日 13：00～16：00
受講料：8,800円
別途テキスト代 2,200円

会場：県北生涯学習センター

定員：15名

講座受講申込のてびき

感染症対策等により、講座等が中止・延期になる場合は、県北生涯学習センターのホームページ等にてお知らせいたします。

1 期 間

2025 年 4 月 2 日（水）～5 月 7 日（水）

◆ハガキ：5月7日（水）消印有効 ◆メール：5月7日（水）17：00 締切

2 申込方法

往復ハガキ

◆往復ハガキ1通につき1講座申し込みます。複数の受講を希望される方は、希望講座ごとにハガキをお送り下さい。
◆連名は1名まで申し込みます。その際は、連名者の2～7も往復面裏にご記入ください。

1. 講座番号・講座名
2. 郵便番号・住所
3. 氏名（ふりがな）
4. 性別
5. 電話番号
6. 生年月日
7. 託児希望者のみ記入（名前・性別・年齢）

ご自身の住所・氏名

返信（表）

返信（裏）

メール

◆1講座につき連名1名まで申し込みます。（ハガキに準じて、連名者の情報もお書きください）
◆ホームページから
茨城県県北生涯学習センター 検索
茨城の生涯学習 検索
◆講座メールから
kouza@kenpoku.gakusyu.ibk.ed.jp
お申し込みから3日経っても受付確認のメールが届かない場合は、電話にてご連絡ください。
（迷惑メールフォルダに振り分けられていないかご確認ください）

この面には、書かないでください

〒319-1304
茨城県日立市十王町友部 2581
Tel.0294-39-0012
Fax.0294-39-0121

ホームページ

LINE

3 受講決定 他

◆応募多数の場合、5月14日（水）県北生涯学習センターにて抽選を行います。
◆5月21日（水）までに、受講について通知いたします。
受講の可否に関わらず、申し込んだ方全員にご連絡さしあげます。
連名でお申し込みの場合は、代表の方にご連絡いたします。
◆今回、メールでお申し込みの方に、申し込み締め切り後に受講決定メールを送信します。パソコンからのメール（kouza@kenpoku.gakusyu.ibk.ed.jp）が受信できるように設定してください。受講決定メールが届かない場合は、県北生涯学習センターまでお問合せ下さい。
◆気象状況等、やむを得ない事情で講座日程や内容が変更になる場合があります。
◆いただいた個人情報は、センター事業以外に使用することはありません。
◆講座の No. に★マークのあるものは茨城県弘道館アカデミー登録の単位認定講座です。

4 託 児

◆受講に際して託児を希望される方は、お問合せください。

5 オンライン講座について

1）オンライン講座
受講生に会場までお集まりいただき、講師が映像によって講義をするものです。
2）自宅オンライン講座
今回は自宅オンライン受講ができる講座はありません。
※ 対面講座が、状況によりオンライン講座となる場合がございます。その際は1）と同じく、受講する方に会場にお集まりいただいたの、映像による講義となります。

日立北IC

常磐自動車道

県北生涯学習センター

ゆうゆう十王IC

GS O

十王駅

銀行

高萩

カワチ O

日立北IC

十王駅西口より徒歩約 10 分

日立北 IC より車で約 10 分

令和7年度

前期講座案内

指定管理者（運営・管理）
NPO 法人インパクト

茨城県 県北生涯学習センター

<生きがいづくり 人づくり まちづくり>

G・現代的課題対策講座

G04

備えあれば患いなし ～犯罪から身を守ろう～

巧妙化する詐欺や悪質商法に加えて闇バイトによる物騒な犯罪も社会問題化しています。最近の犯罪に備えて専門家の方々から防犯のポイントを学びましょう。

回 実施日 内 容 講 師

1 6/12 住まいの防犯対策 ～県内の治安情勢と身近な犯罪について～ 茨城県警察本部 生活安全部 生活安全総務課 犯罪抑止対策第一係 職員

2 6/19 ニセ電話詐欺の現状と対策について 茨城県警察本部 刑事部 組織犯罪対策第一課 ニセ電話詐欺対策室 職員

3 6/26 高齢者を狙う悪質商法と対処法 茨城県消費生活センター 茨城県消費者教育講師 松本 由美子

4 7/3 ALSOK ほっとライフ講座 ～防犯かるた～ 総合警備保障（ALSOK） 茨城支社 日立支店 土田 英明

5 7/11（金） いかにして犯行に都合の悪い状況を作り出すか 常磐大学総合政策学部 教授 千手 正治

曜日・時間 木曜日・13：30～15：30 ※7/11のみ金曜日です 受講料 3,000円

会場 県北生涯学習センター 定員 40名

G03

伝える力が変わると、生き方が変わる ～アサーティブコミュニケーションを通して～

今この時をどう生きるのが良いのか、アサーション（自分も相手も大切に伝える方）の視点から共に考えましょう。

回 実施日 内 容 講 師

1 7/16 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 茨城キリスト教大学文学部 児童教育学科 教授 中島 美那子

2 7/30 アサーション入門（1）自分自身を知る

3 8/20 アサーション入門（2）コミュニケーションパターンと影響を知る

4 9/3 アサーション入門（3）アサーティブに生きるとは

5 9/17 アサーション入門（4）自分らしい生き方・あり方を探る

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 20名

G02

地域の文化・伝統文化の継承を考えよう ～西塩子の回り舞台～

日本最古の組み立て式農村歌舞伎舞台「西塩子の回り舞台」の現地ボランティアの体験を通して、文化の存続・継承を考えましょう。

回 実施日 内 容 講 師

1 8/9 地域の文化・伝統文化の意義と現状「西塩子の回り舞台」を中心に 茨城大学人文社会科学部 人間文化学科 教授 西野 由希子

2 8/16 地域の文化・伝統文化を継承するための新しい動き

3 9/6 地域の文化・伝統文化を支えよう【現地研修①：現地集合・解散】

4 9/13 地域の文化・伝統文化を担おう【現地研修②：現地集合・解散】

5 9/20 みんなの力で地域の文化・伝統文化をつないでいこう

曜日・時間 土曜日・10：00～12：00 受講料 3,000円 保険代 100円

会場 県北生涯学習センター 現地：常陸大宮市北塩子 定員 30名

G01

スマホ活用術 ChatGPT 入門（初級・中級）

ChatGPT を使いこなして、日常生活をもっと便利にしませんか？基礎から応用までわかりやすく学べる実践的な講座です。

回 実施日 内 容 講 師

1 6/4 ChatGPT とは？

2 6/11 日常生活に役立つ使い方を知ろう

3 6/18 趣味の楽しみを広げよう

4 6/25 情報収集と予定表の作成

5 7/2 問題解決とトラブルシューティング

曜日・時間 水曜日・13：30～15：30 受講料 5,000円

会場 県北生涯学習センター 定員 25名

J007

講演会 宮路 秀作 氏

地理講師&コラムニスト

歴史の中に地理を観る！地理の中に歴史を感じる！

「日本初のアイスクリーム店はどこ？」

7/5（土） 13：30～15：30

参加費：一般 1,000円、高校生以下 無料

会場：県北生涯学習センター

今年 午後だよ

開設 20 周年！

8/30（土） 12：00～18：30

夏だ！祭だ！

自主グループの発表
キッチンカー、屋台、販売
楽しいことがいっぱい！

☆生涯学習フェスティバル☆

会場：県北生涯学習センター（入場無料 小雨決行）
詳細は後日、チラシ・ホームページにてご案内いたします

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 二期生！
無料託児付き

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。
第一期生がメンターとして一緒に学びます。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	高橋 美紀 （一社）なでしこ未来塾理事			
回	実施日	内 容		
1	6/12	原体験 ―自分の好きや得意を探る		
2	6/26	ターゲットの見つけ方 ―顧客を特定する		
3	7/10	アイデアの具体化と計画立案		
4	7/24	収支計画 ―ビジネスモデル		
5	8/7	プレゼン発表 ―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

S・セカンドキャリア教育事業

S01

子どもに教えたいくなるプログラミング教室

プログラミングの基本的な考え方ははじめ、ゲーム作成や小学校の授業を例題にプログラミングを学習します。また、プログラムを使ったマイクロビットやドローンの制御も学習します。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	鈴木 康之・仲田 耕一 アルファテックノシステム(株) 菊池 聡子 マイクロソフトオフィシャルトレーナー		
回	実施日	内 容	時 間
1	6/21 (土)	プログラミングの基本を学ぼう① ・正多角形を描こう ・教材を作ってみよう	13：30～16：30
2	7/5 (土)	プログラミングの基本を学ぼう② ・達成感が味わえるゲームを作ろう	13：30～15：30
3	7/19 (土)	micro:bit(マイクロビット)を使ったプログラミングで、電気の性質や動きを考えよう	13：30～15：30
4	8/2 (土)	プログラミングでドローンを制御し、ミッションクリアを目指そう	9：30～12：30
受講料		5,000 円 別途テキスト代 2,948 円	
会 場		県北生涯学習センター	定 員 10 名

S02 自己流から一歩先へ！
Canva をもっと自由に使いこなすデザイン講座

自己流で Canva を使っている方、さらに一歩先の使い方やデザインを学びます。デザイン力を強化し、発信力や集客力をアップしましょう！

講 師	國井 裕子 デザインクリエイター		
回	実施日	内 容	
1	6/6	Canva の使い方 ～Canva を使って出来ること	
2	6/13	デザインの知識確認 ～原則、素材、加工	
3	6/27	自分の好きな世界観を作り出そう！	
4	7/4	作業効率化を学ぼう！	
5	7/11	自分の想いをカタチにしよう！	
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 15 名

J・自 主 講 座

J107

弥生時代講座
～古代日本の出発点を探る～

弥生時代、各地に分立したクニたちが織りなした歴史は、後の統一国家への重要な一歩でした。石器、稲作、墳丘墓、交易など、地域ごとに異なる文化と古代人の DNA を通して古代社会の姿に迫ります。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

回	実施日	内 容	講 師
1	5/31	DNA から見た弥生時代人	国立科学博物館 人類研究部人類研究史 G 研究主幹 神澤 秀明
2	6/7	石器から見た弥生時代	國學院大學栃木短期大学 准教授 大工原 豊
3	6/14	弥生時代の出雲のクニ	オンライン講座 島根大学総合博物館 館長・教授 會下 和宏
4	6/21	弥生時代の越のクニ	オンライン講座 富山大学学術研究部 人文科学系 教授 高橋 浩二
5	6/28	弥生時代のタニハ (丹後・丹波・但馬)のクニ	オンライン講座 京都府埋蔵文化財 調査研究センター調査課 課長補佐 肥後 弘幸
6	7/12	魏志倭人伝の国々	東京国立博物館 学会研究部長 河野 一隆
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

J106

田切先生の地学講座

多賀山地周辺の地質発達史を最新の情報に更新し、堆積岩のでき方を理解するとともに、自然の恵みや化石を産する地層の環境を解説します。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	田切 美智雄 茨城大学名誉教授 日立市郷土博物館特別顧問		
回	実施日	内 容	
1	5/30	多賀山地の地質―衝上断層と最新地質図	
2	6/13	堆積作用と堆積岩の形成	
3	6/27	新説―多賀山地周辺の新第三紀層のできかた	
4	7/4	棚倉構造線由来の自然の恵み	
5	7/25	日立市産化石からわかる地層の歴史	
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

J118 落語を覚えて話してみよう！

落語は演者が一人で台詞を交えながら笑いを誘う演芸です。覚えて話してみませんか。観たり聴いたりするだけでなく、座布団に座って話してみると、落語はもっと楽しいですよ。

講 師	二松亭 ちゃん平 社会人落語家		
回	実施日	内 容	
1	6/29	落語を声に出して話してみよう！	
2	7/27	座布団に座って話してみよう！	
3	8/24	浴衣で落語の稽古発表会！	
曜日・時間		日曜日・10：00～12：00	資料代 その他 2,000 円
会 場		県北生涯学習センター	定 員 10 名

ご存知ですか？
学習会や研修にお部屋をお貸ししています

会議室・和室・多目的ホール 少人数から大人数まで
詳細はお問い合わせ下さい！ 電話：0294-39-0012

利用案内フォーム

茨城県県北生涯学習センター

茨城県県北生涯学習センター

J・自 主 講 座

J108

運動不足解消講座
椅子に座ってシェイプリーキック

体力に自信がなくても簡単にできる、椅子に座って行うキックボクシングのエクササイズです。ストレッチも行います。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	林 康子 シェイプリーキックインストラクター		
実施日		6/5、7/3、8/7、9/4、10/2 ＜全 5 回＞	
曜日・時間		木曜日・10：00～11：30	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

J109

からだを整えるやさしい
ピラティス

ピラティスって気になるけど、まずは体験してみたい！という方にオススメ。インナーマッスルを強化し楽しく身体を動かしましょう。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	江尻 里桜香 ピラティスインストラクター		
実施日		6/6、20、7/4、18、8/1 ＜全 5 回＞	
曜日・時間		金曜日・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

J110

ミュージカルを楽しもう!!
劇団四季『アナと雪の女王』

国内史上最も愛されたウォルト・ディズニー・アニメーション・スタジオ映画が舞台化！
2021 年開幕作品。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	片野 真吾 作編曲家・音楽監督		
回	実施日	内 容	時間
1	6/8 (日)	劇作家 高橋 知加江 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	6/29 (日)	現地研修『アナと雪の女王』鑑賞 (JR 東日本四季劇場〔春〕 東京都港区海岸 1 丁目 10-45)	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 20,200 円 (S 席チケット 14,500 円、バス代・保険代)	

J112 男の料理
～笑顔でクッキング～

シンプルだけど旨い！男の料理入門。料理を楽しみたい、家でもっと美味しいものを作りたい、そんな方にピッタリの講座です。

講 師	山崎 里美 料理研究家		
実施日		6/19、7/17、 8/21、9/18 <全 4 回>	
曜日・時間		木曜日・10：00～13：00	
会 場		ゆうゆう十王 調理室	
定 員		24 名	
受講料		4,000 円 別途材料費・保険代 4,000 円	

J・自 主 講 座

J111

サクソフォンの世界

サクソフォンの歴史や魅力に触れながら、生の音を通して音楽の楽しさを再発見しましょう。

高橋 美紀 先生

女性活躍！

講 師	坂口 大介 サクソフォン奏者 ピアノ 永田 絵里子		
回	実施日	内 容	
1	6/10	サクソフォンの歴史	
2	7/8	サクソフォンの今	
曜日・時間		火曜日・13：30～15：30	受講料 2,000 円
会 場		県北生涯学習センター	定 員 30 名

J115 シニアのための「e スポーツ」体験会

コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として楽しめます。はじめての方でも大丈夫です！

講 師	茨城県社会福祉協議会		
実施日		9/9 <全 1 回>	
曜日・時間		火曜日・13：30～15：30	受講料 無料
会 場		県北生涯学習センター	定 員 15 名

J119 浮世絵から楽しむ江戸文化

NHK 大河ドラマでも注目の浮世絵。作品の見どころを学び、浮世絵の魅力に迫ります。作品が描かれた場所、江戸の風俗や風物にも目を向け、人々の暮らしぶりを知ること、さらに浮世絵を楽しむことができます。

講 師	小池 満紀子 中外産業株式会社 取締役美術品担当 国際浮世絵学会 常任理事		
実施日		8/1、9/5、10/3 ＜全 3 回＞	
曜日・時間		金曜日・13：30～15：30	受講料 3,000 円
会 場		県北生涯学習センター	定 員 30 名

Salon
IBARAKI

「社交場」を開き、新たなコミュニティづくりを目指しています。
様々なイベントを企画中！

Impact English School
インパクト英会話スクール

子どもから大人までたくさんの方が
ネイティブの講師による少人数クラス
で英語を学んでいます！他言語も！

県北生涯学習センター教室、日立教室、
多賀教室、大みか教室、東海教室、
常陸大宮教室、常陸太田教室、大子教室

お問合せは
0294-39-0012 まで