

長野県 シニア大学

さあ、始めよう！



自分づくり

仲間づくり

地域づくり

2024

令和6年度

学生 募集

学びを深め
仲間とともに
地域に活力をもたらす
推進役としての
ご活躍を期待しています。



学長 長野県知事
阿部守一

開校から45年
卒業生 約5万人

● 県内に10学部 ●

一般コース (2年制)

学部	定員	学部	定員
佐久	80人	木曾	30人
上小	60人	松本	130人
諏訪	60人	大北	40人
伊那	60人	長野	130人
飯伊	60人	北信	40人

専門コース (1年制)

地域課題に取り組むスキルを学び、
リーダー・プロデューサー的な人材を養成する

長野学部内 定員 30人 (全県対象)

詳しくは左記にお問合わせください

対象 おおむね 50 歳以上の県内在住の方

募集期間 令和6年3月31日(日)まで

※定員になり次第締め切ります (先着順)

お問い合わせ

長野県シニア大学

Q検索



長野県シニア大学本部

(公財)長野県長寿社会開発センター

長野市中御所岡田 98-1 TEL.026-226-3741

ホームページ <https://nicesenior.or.jp/daigaku>



長野県シニア大学が目指すもの

シニア世代の多様な生き方、価値観を大切にしながら、自ら地域課題に気づき、学習を通して社会参加のきっかけをつかみ、社会の一員として地域とかがわる人材を育むことを目指します。

一般コース 2年制 多彩なカリキュラムで学び、地域とかがわる人材を目指します

授業料	年額 12,000円 ※教材費の一部、学生自治会等の諸活動の経費は別途負担になります。 ※納付された授業料は、原則として返金いたしません。
学習時間	1学年・2学年とも 60時間 (1日4時間×年間15日 目安)

3講座からなる学習内容

教養講座

地域、社会について新たな知識を習得し、自身を見つめ磨き高める講座

(豊かな人生)

- 会話・コミュニケーション・人生の振り返り
- 生きがい、文化、芸術など

(暮らしと安心)

- 健康・医療・防災・高齢者福祉・生活設計など

(社会の理解)

- 社会情勢、国際理解、科学技術と情報化社会・IT
- SDGsの理解と推進
- 郷土の歴史・文化・産業・自然など



グループワークで意見交換

趣味・健康・交流講座

趣味、健康づくりを通じて交流を深める講座

(趣味)

- 書道、絵手紙、俳句、写真、郷土史など

(健康づくり)

- 健康体操、レクリエーション、ニュースポーツなど

(交流)

- 学内交流、学外交流、学部間オンライン交流など

※趣味講座は選択制で、1・2学年の合同交流授業もあります。

※学部により実施する趣味の科目は異なります。

※各趣味の科目で希望者が少人数の場合には実施しないことがあります。



ニュースポーツで健康づくり

地域づくり講座

地域活動に必要なノウハウを学び実践を通じて、地域づくりを目指す講座

(地域や地域の課題を知る)

(活動者から学ぶ)

(活動のスキルを学ぶ)

(地域活動の演習)

- グループ、活動計画づくり
- フィールドワーク

(活動発表)

- グループごとに実施した地域活動の発表など



校外に出てフィールドワーク

シニア大学では、近隣や市町村の枠を超えた新たな仲間づくりや学生自らの自主的な活動を促進するため、少人数に分けて班活動を行います。班編成は入学時に学部において行います。

令和6年度 長野県シニア大学入学願書 一般コース

※印の部分は○で囲んでください

申込日	令和6年 月 日							
希望学部名に○印	佐久	上小	諏訪	伊那	飯伊	木曾	大北	北信
	松本	松本合同庁舎講堂の改修工事のため、来年度1年次の会場は調整中です。 松本学部事務局までお問い合わせください。 なお、2年次は松本合同庁舎講堂と松本市総合社会福祉センターを予定しています。						
	長野	長野学部は火曜日と水曜日の2クラスを予定しています。希望の曜日に○印を 火曜日 水曜日 どちらでも可 人数の都合上、変更をお願いする場合があります。						
氏名	フリガナ				性別	※ 生年月日		
					()	大正	昭和 年 月 日生 歳	
住所	フリガナ							
	〒							
連絡先	携帯電話				自宅電話			
	メールアドレス							
再入学及び編入希望者	再入学			2年編入				
	年度	学部卒業		年度	学部1年修了			
入学にあたり配慮してほしいことがありましたらご記入ください。								

入学願書提出先

◎裏面記載の各学部事務局（長野県保健福祉事務所福祉課）または市町村役場（高齢者福祉担当課）です。郵送の場合は直接、学部事務局へお送りください。

◎入学願書とともに、必ず84円切手を貼付した返信用封筒（長形3号 120ミリ×235ミリ）を添えて提出してください。表書きには御自身の郵便番号・住所・氏名をご記入ください。（入学決定通知並びに入学案内送付用）

出願手続き・入学者の決定

(1) 出願手続きと受付期間

- ① 入学希望者は「令和6年度長野県シニア大学入学願書」に必要事項を記入してください。
- ② 入学願書の受付期間は、令和6年2月1日（木）～3月31日（日）（当日消印有効）
- ③ 当センターのホームページからダウンロード・印刷した入学願書も使用可能です。
- ④ 出願手続きでご不明な点がございましたら、各学部事務局へお問い合わせください。

(2) 入学者の決定

- ① 入学者は各学部で決定し通知します。
入学の可否について電話等によるお問い合わせはご遠慮ください。
- ② 入学希望者が定員を上回る場合には先着順とします。

※個人情報、長野県シニア大学で学生の状況を把握するために使用するものです。

学部・事務局等

願書の提出先

学部	主な学習会場	事務局(願書の受付窓口・送付先)
佐久	長野県佐久合同庁舎 佐久創造館	〒385-8533 佐久市跡部65-1 佐久保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター佐久支部 TEL.0267-63-3141
上小	長野県上田合同庁舎	〒386-8555 上田市材木町 1-2-6 上田保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター上小支部 TEL.0268-25-7124
諏訪	諏訪教育会館	〒392-8601 諏訪市上川 1-1644-10 諏訪保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター諏訪支部 TEL.0266-57-2910
伊那	長野県伊那合同庁舎	〒396-8666 伊那市荒井3497 伊那保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター伊那支部 TEL.0265-76-6863
飯伊	長野県飯田合同庁舎	〒395-0034 飯田市追手町 2-678 飯田保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター飯伊支部 TEL.0265-53-0464
木曾	長野県木曾合同庁舎	〒397-8550 木曾郡木曾町福島 2757-1 木曾保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター木曾支部 TEL.0264-25-2218
松本	調整中	〒390-0852 松本市大字島立 1020 松本保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター松本支部 TEL.0263-40-1912
大北	長野県大町合同庁舎	〒398-8602 大町市大町 1058-2 大町保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター大北支部 TEL.0261-23-6507
長野	長野県長野保健福祉事務所庁舎	〒380-0936 長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター長野支部 TEL.026-228-7023
北信	長野県飯山庁舎	〒389-2255 飯山市大字静間1340-1 北信保健福祉事務所福祉課内 長野県長寿社会開発センター北信支部 TEL.0269-62-3725

在校生・卒業生からのメッセージ



46期生 8班の皆さん

一般コース長野学部 1年在学

シニア大学での学びは、新たな発見の連続で、生きる力、生きる喜びにつながっています。また素敵な仲間とめぐり合い、活動のテーマに向かって仲間と力を合わせ、ひとつのことを創り上げていく楽しさを味わっています。



北澤共司さん

一般コース諏訪学部 卒業

約10年前に諏訪に転居し、知らない地域でどのようにして生きて行こうか?と思索して選択したのがシニア大学でした。豊富な講座から様々な知識・経験を積み、社会参加活動も参考になりました。入学して幅広い年齢層の方々と出会い、ともに学び、ともに活動する仲間ができました。

美和健一さん

一般コース佐久学部 卒業・専門コース修了

横浜から移住して、今は8つの活動全てにシニア大学の仲間が絡んでいます。高齢者に大切な三間(時間、空間、仲間)と言われるますが、シニア大学の空間で多くの仲間を得ました。7年前に植えた卒業記念木「桂」とともに100歳まで仲間たちと過ごしたい。



入学式(木曾学部)



しあわせ信州移動知事室で佐久学部のシニア大生と対話する阿部学長



佐久学部募集案内



皆で集い、共に学び、地域で支え合うたくさんの仲間を増やしませんか！
佐久学部は、積極的で活動的なシニアのみな様の入学をお待ちしております。

1年次の
予定講座の
一部を紹介
します！

教養講座（佐久地域の現状や歴史、科学・健康・文化など総合的に学びます。）

- ◇「電波望遠鏡で見て来た宇宙（国立天文台野辺山電波観測所研究技師）」
- ◆「交通安全と安全運転実習（佐久警察署）」
- ◇「郷土の歴史と文化～信濃諸牧と望月牧～（長野県文化保護協会理事）」
- ◆「数学の楽しさ、面白さを体験しよう！（地元数学者）」
- ◇「美術鑑賞の楽しみとワークショップ（東御市丸山挽霞記念館長）」
- ◆「♪楽しく歌って健康的に♪（地元音楽講師）」
- ◇「歳を重ねて魅力的に！（県内デザイン専門学校長）」
- ◆学外授業「星空教室（佐久市臼田スタードーム解説者）」



趣味・健康・交流講座（趣味の幅を広げ、身体を動かし、仲間との交流を図ります。）

◆趣味講座は次の7講座から希望を募る選択制です。（年間6回実施）

書道／絵手紙／手芸／野鳥(2学年次は古文書)／篆刻(てんこく)／写真／俳句

※希望者が10名以下の場合は、開講しません。また、定員を超えた場合は、人数調整をします。

※2年生との合同講義になります。学年間の交流も楽しめます。

◇健康講座

- ・「フレイル（虚弱）予防について（地元リハビリセンター講師）」

◆交流講座

- ・「学部間交流 飯伊学部とオンラインで結んで合同講義」



地域づくり講座（自らの人生を振り返り、これからの未来を展望します。

さらに、仲間と共に地域の課題解決に取り組みます。）

- ◆「人生100年時代に向けて（フリージャーナリスト講師）」
- ◇「人生道路マップづくり」と「5年後新聞づくり」（フリージャーナリスト講師）
- ◆地域の課題や、自分たちが取り組みたいテーマを決めます。
- ◇同じ課題／テーマごとにチームを結成し、2学年に向けた活動の計画を立案します。

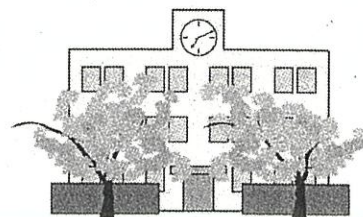
※個人の学習ではなく、仲間と共同で行うグループワークです。学友と共に講義場所を超えた広い活動地域の中で、より深いコミュニケーションと社会活動を体験できます。



★★裏面は、講義や学生生活の注意事項が記載されています。必ずお読みください。★★

佐久学部の諸情報

- (1) 講義は、原則「木曜日」に実施します。1～2学年通して、同じ曜日です。
- (2) 令和6年度の開講期間は、次を予定しています。
 - ・入学式：4月25日（木）
 - ・講義日：5月9日（木）～令和6年2月13日（木）※おおよそ毎月2～4回の講義があります。
- (3) 講義時間：午前10時～12時、午後1時～3時
- (4) 講義場所は、次の2カ所です。
 - ・佐久合同庁舎 5階講堂（佐久市跡部 65-1）
 - ・佐久創造館 各会議室（佐久市猿久保 55 駒場公園内）
- (5) 2年間の学生生活を共にする「生活班」を設けます。班分けは、男女比・お住まいの地域・年齢層等を加味して、事務局にて決めます。
- (6) 入学者全員は、学部の自治会に加入頂きます。全員の中から、自治会長／副自治会長／会計を選任し、大学運営にご協力いただきます。役員は、入学後、学生さんによって選出して頂きます。
- (7) 講義は「年間学習計画表」に基づき、全ての講義を受講いただきます。（お好きな講座や、お好きな日程のみの受講は出来ません。但し、諸事情により欠席することは可能です。）
- (8) 2学年への進級及び卒業の為には、全講座の80%以上の出席を条件とします。



各種感染症の感染防止についてのお願い

佐久学部では、下記の事項を厳守いただくことに同意の上、入学願書を提出いただくようお願いいたします。皆様が安心して大学生活を過ごせるよう、ご理解・ご協力のほど宜しくお願いいたします。

- (1) 講義当日の朝は、別途お配りする「感染防止チェックシート」に基づき、検温、体調チェックをしていただきます。（チェックシートは提出する必要はありません。）
症状がある場合は、登校及び講義への出席をご遠慮ください。
- (2) 当校後、室内での講義の際は、3密を避け、適宜マスク着用にご協力ください。
- (3) 講義時間中は、適宜換気を行います。ご協力をお願いします。
- (4) 昼食は、会場ごとに次の通りとします。
 - 佐久合同庁舎： 庁舎内の※所定の場所でお取りください。
 - ※5階講堂内、及び1階県民ホール
 - 尚、5階食堂のご利用はお控えください。
 - （混雑を避ける為、庁舎勤務職員を優先させていただきます。）

【佐久学部としての感染防止の取り組み】

- 手指消毒のためのアルコールと、検温器(自動検温器)を会場入り口に準備します。
- 机・椅子等の備品及びドアノブ等の消毒を適宜実施します。（合同庁舎 講堂）
- 職員の健康管理と検温を徹底し、適宜マスクを着用します。

入学に際し、ご不安・ご不明な点は、下記担当者までお問い合わせください。

公益財団法人 長野県長寿社会開発センター 佐久支部（長野県シニア大学佐久学部 事務局）
担当：社会活動推進員 太田 まで TEL:0267-63-3141(直通)