

西脇シニアカレッジ

令和6年度

学生 募集

西脇市と多可町在住のおおむね60歳以上の学生が集い 市内3ヶ所で楽しく学びながら仲間との交流をはかり人生を豊かにする多様な学習に取り組んでいます

人生100年時代 より楽しく輝いて生きるために 私たちと学びませんか！



自分づくり

仲間づくり

地域づくり

令和4年からこれまでの「西脇高齢者大学」から「西脇シニアカレッジ」に名称を改めました。私たちは自分づくり、仲間づくり、地域づくりに頑張っています

募集期間：2月1日（木）
～3月15日（金）

受講料：年額5,000円

お問い合わせ

西脇市シニアカレッジ事務局

西脇市西脇 790-15

西脇市総合市民センター (0795) 22-5996

令和6年度西脇シニアカレッジ学習内容

◇学園別学習計画

本カレッジは童子山キャンパス、萩ヶ瀬キャンパス、黒田庄キャンパスの3つのキャンパスで学びます。

| | | 童子山キャンパス | | |
|----------------------|---|----------------------------------|--|-------|
| | | 本科 1年 | 本科 2年 | 研 究 科 |
| 教養講座 毎月1回 (午前) | 毎月原則第2金曜日 午前9:30~12:00 | 毎月原則第2金曜日 午前9:30~12:00 | 毎月原則第3金曜日 午前9:30~12:00 | |
| | 心と体の健康、スマホ、食生活、ストレッチ、郷土史など | 老前整理、認知症予防、高齢者の問題、インタビューで考えるなど | コミュニケーション、健康寿命を伸ばす、音楽学習、国際協力海外ボランティアなど | |
| 専門講座 毎月1回 (午後) | 毎月原則第1金曜日 午後1:00~5:00 | 毎月原則第2金曜日 午後1:00~5:00 | 毎月原則第3金曜日 午後1:00~5:00 | |
| | パソコンエクセルA パソコン上級ワード① 心・体が元気になる園芸(A・B) | パソコン中級ワードA かな書道初・中級 手芸1・2年 | パソコン上級ワード②・③ かな書道A・B 手芸A ちぎり絵 漢字書道 ピンポン | |
| 会 場 | 西脇市総合市民センター | | | |

(年間2回は学生全員による教養講座、また2回は学生と一般市民が参加した公開講座)

| | | 萩ヶ瀬キャンパス | 黒田庄キャンパス | |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------|--|
| 教養講座 毎月1回 | | 童子山キャンパスに参加する | 童子山キャンパスに参加する | |
| 専門講座 毎月1回 (午後) | 毎月原則第1火曜日 午後1:00~3:00 | 毎月原則第2木曜日 午後1:00~3:00 | | |
| | 俳句 花と緑 手芸 | 書道 編み物・手芸 ダンス・体操 | コーラス 舞踊 パソコン | |
| 会 場 | 萩ヶ瀬会館 | | 黒っ子プラザ | |

趣味講座 毎月原則第4金曜日

その他の講座・同好会

| | |
|-------------------|--------------------|
| 午前の部 (9:30~11:30) | 午後の部 (13:00~15:00) |
| 俳画 | 俳句 (第1火曜日 15:00) |
| コーラス | 川柳 |
| 短歌 | 写真 (第4水曜日) |
| パソコンワード発展 | 木彫 (第2木曜日) |
| ダンス (フォークダンス) | ハンドベル (第3木曜日) |
| オカリナ | 水彩画 (第2水曜日 14:00) |
| 絵手紙 (第4水曜日) | |

| | |
|------------|-------------------------|
| ボランティア活動講座 | 生活文化伝承活動などボランティア活動の取り組み |
| 地域活動支援講座 | 支え合いの地域づくりへの学習活動 |
| 同好会活動 | 大正琴、百人一首、グラウンドゴルフ、笑いヨガ |