

ふるさと富山についてもっと知りたいあなたへ

富山県民生涯学習カレッジ

# 高岡地区センターだより

前期・通年講座 受講案内

「しきの」第1号

通巻第84号 2026年2月

## 受講者募集



オンライン配信で  
自宅でも受講可!

※つながるふるさと学びコース(地区単独型)



令和8年度

前期・通年

受講受付

2月26日(木)～3月18日(水)

※郵送の場合は3月13日(金)消印有効

創造のよろこび



富山県民生涯学習カレッジ (愛称: 県民カレッジ)  
高岡地区センター

〒933-0023 富山県高岡市末広町1-7 「ウイング・ウイング高岡」7階  
TEL 0766-22-5787 FAX 0766-22-5872  
URL <https://www.tkc.pref.toyama.jp/takaoka/>



# 「学びは豊かな人生の源泉」

## 県民カレッジで生涯学習をしてみませんか？

### ●つながる学びわくわく講座

#### つながる体験コース

現地研修や映像視聴を通して、ふるさとの姿にふれることを重視したコースです。今回は健康習慣を作る体験がテーマです。



#### つながるふるさと学びコース(地区連携型)

各地区センターが開講する地域の特色ある講義を順に聴講し、富山県全体を広い視野でとらえ、ふるさと富山の魅力について深く学ぶコースです。



P.3

#### つながるふるさと学びコース(地区単独型)

地方創生の観点から、地域コミュニティの再生や地域の歴史と文化の見直し、自然保護のあり方などを扱うコースです。交流型・発信型の講座を目指します。



P.4

#### つながる学びわくわく講座 受講申込・手続きの流れ

P.5

### ●志貴野高校共学講座

志貴野高校の授業の一部を社会人に開放し、社会人が高校生とともに学ぶ講座です。



P.6  
~10

### ●映像センター講座、自遊塾

「映像センター講座」は、富山県映像センターが主催する、写真編集や動画の撮影・編集の講座です。「自遊塾」は、ボランティア講師の「県民教授」による独自の講座を受講できます。

P.11

### ●教養講座

高岡地区生涯学習団体協議会が主催する講座です。多種多様な講師陣による講演等を通して、楽しみながら学ぶことができます。

P.12

# つながる学びわくわく講座

## つながる体験コース

・3回以上の出席で、修了証と5単位を交付します。

・受講形式 **対面**

## LAC35 今日からはじめる元気習慣～体と心が喜ぶ体験～

心身を整えられる、新たな趣味を見つけませんか？

多彩な体験を通して、長く楽しめる活動に出会えます。初心者大歓迎！健康で豊かな毎日を。

場所	高岡地区センター学習室	定員	対面 20名程度	受講料	800円(4回分)
回	月/日(曜) 開催時間	講座内容	講師		
1	5月20日(水) 13:30～15:30	毎日を軽やかに！健康教室	(株)ハートビートライフ・オカ代表取締役 マスター介護予防運動スペシャリスト 健康運動指導士 大家 三穂		
2	6月10日(水) 13:30～15:30	体がすっきり心も弾む ピラティス体験	FTPピラティスアカデミー富山 代表 坂下 朋子		
3	6月24日(水) 13:30～15:30	老若男女・障害の有無を 問わないボッチャの魅力	富山ボッチャクラブ 代表 増川 恵子		
4	7月 1日(水) 13:30～15:30	楽しい笑顔ある脳トレで頭の老化ストップ！ 脳を刺激し活性化し認知症を予防しましょう	いきいき脳トレクラブ 代表 荒木 <small>ひろよし</small> 弘美		

※ 詳細は、「申込結果のお知らせ」とともに送付いたします。

## つながるふるさと学びコース〈地区連携型〉

各地区センターが開講する地域の歴史に関する講義を順に聴講し、ふるさと富山の魅力について深く学ぶコースです。共通テーマに関連した講義を、4地区センターにおいて1回ずつ開講します。受講者は、毎回、申込時に受講会場とした地区センターへ来所し、対面受講(1回)とオンライン会場受講(3回)を行っていただきます。※自宅でのオンライン受講ではありません。

・3回以上の出席で、修了証と5単位を交付します。・受講形式 **対面1回、オンライン会場受講3回**

## LPB5 ふるさととやま歴史紀行～越中にゆかりのある武将編～

県内各地域でふるさと・郷土史の調査研究・普及啓発等の取り組みをしている人を講師として招き、その成果や取り組みを知ることを通して、富山の歴史の魅力を再発見する講座です。

場所	高岡地区センター学習室	定員	対面 40名程度	受講料	800円(4回分)
回	月/日(曜) 開催時間	講座内容	受講形式	講師	
1	5月18日(月) 13:30～15:30	武田信玄と瑞泉寺・勝興寺 -戦国大名の外交から見た越中・砺波地方-	オンライン会場受講 (砺波地区から配信)	南砺市役所 文化・世界遺産課 主事 大楠 晋也	
2	6月15日(月) 13:30～15:30	上杉謙信と越中の武将たち	オンライン会場受講 (新川地区から配信)	富山県公文書館 史料調査専門員 高森 邦男	
3	7月13日(月) 13:30～15:30	越中守護代 <small>じんぼながのぶ</small> 神保長誠 -戦国時代の幕を開けた武将	オンライン会場受講 (富山地区から配信)	射水市新湊博物館 学芸係長 松山 充宏	
4	8月 3日(月) 13:30～15:30	前田・佐々の抗争と能登未守城	対面受講	宝達志水町教育委員会 生涯学習課 学芸員 麦居 和真	

申込方法は5ページへ

# つながる学びわくわく講座



## つながるふるさと学びコース〈地区単独型〉

- ・ 2回以上の出席で、修了証と5単位を交付します。
- ・ 受講形式 **対面** または **オンライン自宅受講**

## LSC77 食から健康を考えよう

身体に良いとされる食品の情報は世の中にあふれていますが、改めてその特長や効能について学び、健康を支える日々の食生活について考えてみませんか？

場所	ウイング・ウイング高岡7階 高岡地区センター学習室 (オンラインの場合はご自宅等)	定員	<b>対面</b> 40名 <b>オンライン</b> 25名	受講料	800円 (3回分)	申し込み	オンライン 自宅受講 申込	QRコード	
回	月/日(曜) 開催時間	講座内容			講師				
1	5月28日(木) 13:30~15:30	発酵食品で健康に			石黒種麴店 店主 石黒 八郎				
2	6月18日(木) 13:30~15:30	身体をいたわる食事のヒント			米国予防医学ヘルスケアコーチ 腸内細菌検査リーディングアドバイザー 元看護師 張田 照美				
3	8月20日(木) 13:30~15:30	健康食品の賢い見極め方			富山短期大学食物栄養学科 准教授 藤田 恭輔				



## LSC78 見つめ直そう！ 暮らしの安全・安心

突然襲ってくる地震、豪雨・土砂災害、止まることのない特殊詐欺被害、年齢を重ねることによって生じる老後の不安、これらのことについて考えてみて、安全・安心な暮らしを作り上げる機会としませんか？

場所	ウイング・ウイング高岡7階 高岡地区センター学習室 (オンラインの場合はご自宅等)	定員	<b>対面</b> 40名 <b>オンライン</b> 25名	受講料	800円 (3回分)	申し込み	オンライン 自宅受講 申込	QRコード	
回	月/日(曜) 開催時間	講座内容			講師				
1	5月30日(土) 13:30~15:30	自然災害への備え			富山県防災士会 理事長 吉澤 実				
2	6月20日(土) 13:30~15:30	守ろう暮らしの安全・安心 - 特殊詐欺・身近な暮らしに潜む犯罪と 対策 -			高岡警察署生活安全課 生活安全総務係長 山本 潔香				
3	7月25日(土) 13:30~15:30	超高齢社会の今、老いの不安にどう備えますか？ - 終活支援シートを書いてみよう -			公益社団法人コスモス成年後見サポート センター富山県支部 行政書士 片岡 慎也、佐伯 達也				

# つながる学びわくわく講座 受講申込・手続きの流れ

	対面受講 (高岡地区センター)	オンライン自宅受講	
①	<p><b>緑色の申込書</b> に記入 110円切手 (「申込結果のお知らせ」 発送用) を用意する 申込方法を <b>窓口持参</b> か <b>郵送</b> か選ぶ</p>	<p><b>藤色の案内</b> を参考に <b>インターネット</b>で申込 ★3月18日(水)メ切</p>	
②	<p><b>窓 口</b> (県民カレッジ各地区センターまたは本部) ★3月18日(水)メ切</p>  <p>※現金不可</p>	<p><b>郵 送</b> (県民カレッジ高岡地区センター) ★3月13日(金)消印有効</p> 	<p>カレッジから <b>メールを受信</b> [3月23日(月)を予定] </p> <p>↓</p> <p>初めての方は <b>接続テスト</b> もできます </p>
③	<p><b>申込結果送付【3月23日(月)を予定】</b></p>		
④	<p><b>受講料納入</b> (受講開始日) <b>各講座1回目</b>に「<b>申込結果のお知らせ</b>」を持参し、窓口にて現金で納入 (欠席の場合は2回目) ★複数受講の場合も各講座ごとに納入</p> 	<p><b>受講料納入</b> 4/2(木)~4/6(月)に <b>窓口</b>で直接現金納入 または 郵便小為替を<b>郵送</b></p>	
⑤	<p><b>受講開始</b> </p>		
		<p>招待メール受信 受講開始 </p>	

## 注意事項

- ★対面受講の窓口申込、郵送申込の際は、**110円切手** (「申込結果のお知らせ」 発送用) **が必要**です。
- ★受講料納入後は、理由のいかなを問わず返金できません。
- ★「とやま学遊ネット」マイページ会員で、「マイページ会員特別サービス申請」をされた方は、インターネットにて**対面受講のWeb申込**ができます。詳細は「とやま学遊ネット」のホームページでご確認ください。(オンライン自宅受講の申込方法とは異なります)
- ★募集定員に満たない場合は4月2日(木)午前9時から高岡地区センターにて**再募集**を行います。(先着順・定員に達し次第終了・本部及び他の地区センターでも受付)



# 志貴野高校共学講座 (前期・通年)

志貴野高校の授業を社会人が高校生と共に学ぶ講座です。講座内容の詳細はp7～9をご覧ください。

講座期間は、前期が4月から7月まで、通年が4月から翌年1月までの予定です。

群	講座番号	講座名	期間	曜日	時間	募集人数
共通	TC625	社会を知る	通年	月	13:20～14:55	5名程度
	TC626	パッチワーク	前期	火	10:55～12:30	5名程度
	TC627	簿記	通年	火	13:20～14:55	5名程度
	TC628	ロシア語入門	通年	水	17:40～19:10	5名程度
	TC629	日本文化を学ぶ	通年	木	17:40～19:10	3名程度
A群	TC630	日本音楽を楽しむ①	通年	月	9:00～10:35	5名程度
	TC631	日本音楽を楽しむ②	通年	月	10:55～12:30	5名程度
B群	TC632	キーボードを弾こう	通年	金	9:00～10:35	5名程度
	TC633	歌いましょう	通年	金	11:30～13:05	15名程度
C群	TC634	デッサン	通年	月	13:20～14:55	5名程度
	TC635	絵画表現	通年	木	10:55～12:30	3名程度
D群	TC636	中国の書と篆刻	通年	月	17:40～19:10	5名程度
	TC637	生活の中の書道	通年	金	17:40～19:10	5名程度
E群	TC638	初歩からの英語コミュニケーション	通年	月	17:40～19:10	5名程度
	TC639	英語研究A	通年	水	13:20～14:55	3名程度
	TC640	英会話入門	通年	木	9:00～10:35	5名程度
	TC641	英会話実践	通年	木	13:20～14:55	5名程度
F群	TC642	はじめてのハングル	通年	月	10:55～12:30	4名程度
	TC643	ハングル入門	通年	木	17:40～19:10	10名程度
G群	TC644	中国語入門	通年	火	17:40～19:10	10名程度
	TC645	ニーハオ中国語	通年	水	13:20～14:55	6名程度
H群	TC646	情報基礎① (パソコン入門)	通年	火	17:40～19:10	10名程度
	TC647	情報基礎② (パソコン入門)	通年	木	10:55～12:30	5名程度

後期開講予定講座 ●世界の食文化 (火) 17:40～19:10 ●服飾手芸 (木) 13:20～14:55

## 【受講について】

- ・最大4講座まで受講できます。
- ・同じ群 (A群～H群) から1講座のみ、同じ時間帯から1講座のみ受講できます。
- ・志貴野高校の学校行事のある日や休業中 (夏休みなど) を除いて、毎週あります。
- ・「教材費」、「実習費」が別途必要です。
- ・定員を超えた場合は、その講座を初めて受講される方を優先します。
- ・志貴野高校の生徒の受講登録状況により、募集人数が変更になる場合があります。
- ・志貴野高校の授業を生徒と一緒に学ぶ講座である点を充分考慮願います。

共学講座 時間割表 (前期・通年)						
		月	火	水	木	金
昼間	午前	日本音楽を楽しむ①			英会話入門	キーボードを弾こう
	午後	日本音楽を楽しむ② はじめてのハングル	パッチワーク		絵画表現 情報基礎②	歌いましょう
夜間	午後	社会を知る デッサン	簿記	英語研究A ニーハオ中国語	英会話実践	
	夜間	中国の書と篆刻 初歩からの英語コ ミュニケーション	中国語入門 情報基礎①	ロシア語入門	日本文化を学ぶ ハングル入門	生活の中の書道

共学講座の内容についての問い合わせは  
志貴野高校「共学講座」係へ

☎0766-22-5705

(※講座の申込先とは異なります)



共学講座合同開講式

# 講座内容

## 社会を知る [TC625]

[曜日・時間] 月 13:20~14:55  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

私たちが住んでいる郷土富山の歴史・風土・文化・産業・経済などを学習する講座です。副教材として「日本史のライブラリー」を使用します。(内容は高校生レベルです。)



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	富山の歴史・風土について①	10	富山の歴史・風土について③
5	富山の歴史・風土について②	11	富山の歴史・風土について④
6	富山の伝統・文化について①	12	富山の経済・産業について①
7	富山の伝統・文化について②	1	富山の経済・産業について②

## パッチワーク [TC626]

[曜日・時間] 火 10:55~12:30  
[受講料] 1,620円 [募集人数] 5名程度

パッチワークやキルトの基礎を学びます。基本の四角つなぎからミシンを使ったファスナー付きポーチまで、の作品製作を楽しめます。



月	主な内容 (予定)	※前期のみの講座です。
4	パッチワークの基礎	
5	サンプラーキルト	
6	作品製作	
7	作品製作	

## 簿記 [TC627]

[曜日・時間] 火 13:20~14:55  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

個人商店や小規模企業の経理事務に役立つ簿記の基本的な仕組みを取引の記帳から決算書の作成まで学習します。1月に実施される全国商業高等学校協会主催簿記実務検定3級受験に対応しています。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	簿記の基礎①	10	取引の記帳②
5	簿記の基礎②	11	取引の記帳③
6	簿記の基礎③	12	取引の記帳④
7	取引の記帳①	1	決算

## ロシア語入門 [TC628]

[曜日・時間] 水 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

ロシア語を基礎から学び、「話す、聞く、読む、書く」などの基本的な活動を行います。また、ロシア語を通じ、言語や文化に対する理解を深めます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	文字と発音、挨拶表現	10	動詞の変化
5	自己紹介	11	ロシアの名所
6	名詞の性等	12	ロシア料理
7	人称代名詞の変化	1	まとめ

## 日本文化を学ぶ [TC629]

[曜日・時間] 木 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 3名程度

日本の伝統文化である茶道や華道の基本を学びます。心や生活を豊かにします。茶道は裏千家、華道は草月流です。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	オリエンテーション	10	(茶)茶席の計画(華)自由花型
5	(茶)割り稽古(華)基本立真型	11	(茶)千歳盆点前、茶箱
6	(茶)割り稽古、盆略点前	12	(茶)風炉簿茶点前(華)季節の華
7	(茶)盆略点前(華)基本傾真型	1	(茶)卒業茶会

## 日本音楽を楽しむ① [TC630]

[曜日・時間] 月 9:00~10:35  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

箏の演奏を通じて、日本音楽に親しみます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	基本 他	10	近代曲の合奏②
5	いろいろな奏法	11	近代曲の合奏③
6	近代曲	12	近代曲の合奏④
7	近代曲の合奏①	1	古典曲、三味線

## 日本音楽を楽しむ② [TC631]

[曜日・時間] 月 10:55~12:30  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

箏の演奏を通じて、日本音楽に親しみます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	基本 他	10	近代曲の合奏②
5	いろいろな奏法	11	近代曲の合奏③
6	近代曲	12	近代曲の合奏④
7	近代曲の合奏①	1	古典曲、三味線

## キーボードを弾こう [TC632]

[曜日・時間] 金 9:00~10:35  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

キーボード演奏の基礎を学び、幅広いジャンルの曲を演奏します。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	基本、選択曲	10	練習曲、選択曲③
5	練習曲、選択曲①	11	練習曲、選択曲④
6	練習曲、選択曲②	12	練習曲、選択曲⑤
7	クラスコンサート	1	クラスコンサート

※講座によっては、別途「教材費」、「実習費」が必要になります。

# 講座内容

## 歌いましょう [TC633]

[曜日・時間] 金 11:30~13:05  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 15名程度

日本の歌、外国の歌、合唱曲、ポピュラー曲等を歌い、合唱を楽しみます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	発声の基本 他	10	日本の歌②
5	日本の歌①	11	外国の歌
6	合唱曲①	12	合唱曲②
7	ポピュラー曲①	1	ポピュラー曲②

## デッサン [TC634]

[曜日・時間] 月 13:20~14:55  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

幾何立体や簡単な静物、石膏像などを鉛筆や木炭などで描きます。造形表現の基礎となる観察力や把握力を深め、形体や空間などの的確な表現力を高めることを目標とします。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	デッサン基礎①	10	質感、影、明暗の応用
5	デッサン基礎②	11	立体感を捉える①
6	線で表現する描き方	12	立体感を捉える②
7	質感を捉える描き方	1	デッサン応用

## 絵画表現 [TC635]

[曜日・時間] 木 10:55~12:30  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 3名程度

デッサンで習得した基本的な描写力や表現力を絵画表現に生かします。油絵の具、水彩絵の具、アクリル絵の具などを使い制作します。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	クロッキー①	10	クロッキー②
5	描画材料基礎	11	油彩①
6	淡彩画①	12	油彩②
7	淡彩画②	1	油彩③

## 中国の書と篆刻 [TC636]

[曜日・時間] 月 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

中国の書について、篆・隸・楷・行・草の各書体を学び、作品を制作します。また、篆刻では、印を制作することにより「書」の文化や伝統についての理解を深めます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	中国の書の歴史 他	10	篆刻②
5	漢字の書①	11	漢字の書②
6	篆刻①	12	漢字の書③
7	色紙創作	1	創作作品制作

## 生活の中の書道 [TC637]

[曜日・時間] 金 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

生活の中で生かせる書道を学びます。漢字・仮名・ペン字・篆刻などのテーマを設けて取り組みます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	用具・執筆法 他	10	毛筆の学習①
5	消しゴム印制作	11	実用ペン字②
6	実用ペン字①	12	毛筆の学習②
7	色紙制作	1	創作作品制作

## 初歩からの英語コミュニケーション [TC638]

[曜日・時間] 月 17:40~19:15  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

英語の基礎、基本を学び、英語を使って簡単なコミュニケーションが取れるようになることを目指します。内容は初歩的なものが中心となります。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	あいさつ、be動詞を使った文	10	数字の読み方、助動詞
5	一般動詞を使った文	11	自己紹介
6	過去形、未来形	12	趣味について
7	疑問詞を使った疑問文	1	まとめ

## 英語研究A [TC639]

[曜日・時間] 水 13:20~14:55  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 3名程度

大学入試に必要な基本的な文法・構文や長文問題を中心に学習します。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	It、不定詞を含む構文	10	仮定法を含む構文
5	分詞、動名詞を含む構文	11	接続詞を含む構文
6	関係詞を含む構文	12	比較構文
7	否定構文	1	譲歩構文、倒置構文

## 英会話入門 [TC640]

[曜日・時間] 木 9:00~10:35  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

身近な話題について英語で理解したり、表現したりする練習を行います。(初級者向け)



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	自己紹介 他	10	海外旅行 他
5	基本的な日常会話 他	11	ショッピングでの会話
6	英語での質問 他	12	道案内や交通手段 他
7	レストランでの会話	1	自分の市や町の紹介 他

※講座によっては、別途「教材費」、「実習費」が必要になります。

# 講座内容

## 英会話実践 [TC641]

[曜日・時間] 木 13:20~14:55  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

ペア活動やグループワーク等を通して英語力の向上を目指します。発表等の活動も行います。中上級者向けです。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	自己紹介・異文化交流	10	場面によるロールプレイ
5	プレゼンテーション①	11	英語圏などの年中行事
6	ディスカッション①	12	プレゼンテーション②
7	ディベート	1	ディスカッション②

## はじめてのハングル [TC642]

[曜日・時間] 月 10:55~12:30  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 4名程度

韓国語を基礎から学び、「文字を書く、話す、聞く」などの基本的な活動を行います。初心者向けです。  
\*「ハングル入門」と内容は同じです。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	挨拶・自己紹介、文字と発音①	10	文字と文法①
5	文字と発音②	11	文字と文法②
6	文字と発音③	12	文字と文法③
7	文字と発音④	1	数詞、年月日、日常会話

## ハングル入門 [TC643]

[曜日・時間] 木 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 10名程度

韓国語を基礎から学び、「文字を書く、話す、聞く」などの基本的な活動を行います。初心者向けです。  
\*「はじめてのハングル」と内容は同じです。

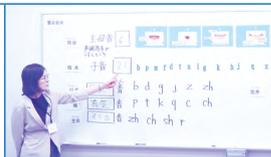


月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	挨拶・自己紹介、文字と発音①	10	文字と文法①
5	文字と発音②	11	文字と文法②
6	文字と発音③	12	文字と文法③
7	文字と発音④	1	数詞、年月日、日常会話

## 中国語入門 [TC644]

[曜日・時間] 火 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 10名程度

中国語会話の基礎基本を学び、聞き取り、音読、書き写しを繰り返し練習し、中国の文化や習慣にも触れながら日常会話の基礎的な能力を養います。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	発音の基礎(拼音と声調)	10	肯定と否定の表現
5	挨拶用語、自己紹介	11	中国の風景、習慣
6	家族の名称、数字の読み方	12	文法のまとめ(補語、介詞)
7	先生や友達との日常会話	1	文法のまとめ(補語、介詞)

## ニーハオ中国語 [TC645]

[曜日・時間] 水 13:20~14:55  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 6名程度

日常場面を中心に基礎的な中国語会話を学ぶだけでなく、中国に関する身近な情報を総合的に学習し、国際交流・親善の意識を高めます。初めて中国語を学習する方にもお勧めです。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	発音の基礎(ピンインと声調)	10	音読(諺、成語)
5	あいさつ用語、教室用語	11	やさしい文法(補語、複文)
6	家族の名称、自己紹介	12	質問に中国語で答えよう
7	数字の読み方(月日、時刻、人数)	1	学習成果の発表

## 情報基礎① (パソコン入門) [TC646]

[曜日・時間] 火 17:40~19:10  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 10名程度

パソコン初心者を対象に、WordやExcelの基礎を学習します。Wordでは基本的な文章からワードアートや画像を入れたビジュアルな文章作成まで、Excelでは表・グラフの作成からアプリ間のデータ活用までを学びます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	コンピュータ、Windowsとは	10	Excel入門
5	Word入門	11	Excelの活用①
6	Wordの活用①	12	Excelの活用②
7	Wordの活用②	1	アプリ間のデータ活用

## 情報基礎② (パソコン入門) [TC647]

[曜日・時間] 木 10:55~12:30  
[受講料] 3,240円 [募集人数] 5名程度

パソコン初心者を対象に、WordやExcelの基礎を学習します。Wordでは基本的な文章からワードアートや画像を入れたビジュアルな文章作成まで、Excelでは表・グラフの作成からアプリ間のデータ活用までを学びます。



月	主な内容 (予定)	月	主な内容 (予定)
4	コンピュータ、Windowsとは	10	Excel入門
5	Word入門	11	Excelの活用①
6	Wordの活用①	12	Excelの活用②
7	Wordの活用②	1	アプリ間のデータ活用

### 社会人受講者の感想から

- ・高校生と一緒に講座に取り組むことによって自分でも頑張らないといけないと思う気持ちが湧いてくるのが良かったと思います。
- ・わからない所を教えてもらえました。声をかけやすい。若い方の学ぶ姿は、まぶしいし、楽しかったです。
- ・高校生と同じ教室で学べて、学生に帰った気持ちで学べた。

※講座によっては、別途「教材費」、「実習費」が必要になります。

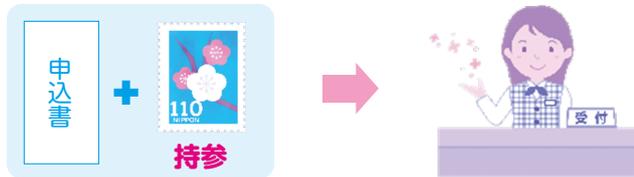
# 志貴野高校共学講座 受講申込・手続きの流れ

## 1. 受講申込書（黄色）の提出

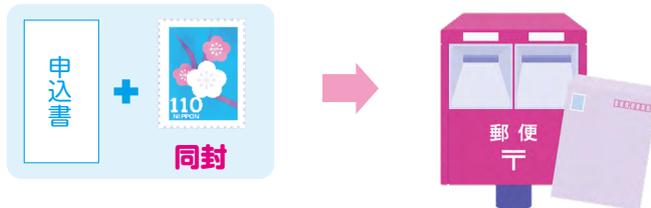
【申込期間:2/26(木)～3/18(水)】

次のいずれかの方法でお申し込みください（ネットでの申込みはできません）

### ●窓口（県民カレッジ各地区センターおよび本部）



### ●郵送 3月13日(金) 消印有効



### 申込資格について

- ・中学校卒業か同程度の学力を有する方
  - ・中学校卒業年齢と同年齢以上の方
  - ・講座の実施期間を通して受講が可能な方
- ※高校生は除きます

### 申込書郵送先

〒933-0023  
高岡市末広町1-7 ウイング・ウイング7階  
県民カレッジ高岡地区センター  
「講座受付係」宛

## 2. 「申込結果のお知らせ」が届きます

【発送予定:3/23(月)】

申込者全員に受講の可否（「申込結果のお知らせ」）を郵送にてお知らせします。

※定員を超えた講座は、その講座を初めて受講される方を優先し、抽選を行います。

また、再募集は行いません。

## 3. 受講手続きをする（電子申請・電子納付）

① パソコンやスマートフォンを使って電子申請する。 【3/30(月)メ切】

※電子申請にはメールアドレスが必要です。

② 「審査完了のお知らせ（料金納付のお願い）」のメールが届く。 【4/1(水)配信予定】

③ 受講料と手数料(460円)を電子納付する。 【4/6(月)メ切】

※電子納付は、クレジットカード払いもしくは、ペイジー払いになります。

受講料の納入後は、理由のいかんを問わず返金できません。

※電子申請・電子納付ができない方（メールアドレスがない、クレジットカードがないなど）は、書面による申請及び現金払いができる方法もございます。手続きの詳細については、「申込結果のお知らせ」と共に郵送します。

## 4. 合同開講式に出席する

【4/7(火) 午後 開催予定】

受講の詳細や教材等の連絡をするので、必ずご出席ください。

# 富山県映像センター 令和8年度 前期講座 案内

## O288 動画撮影セミナー ～プロから学ぶ！動画撮影の基本～

日時	5/10(日)	10:00～16:00	定員	15名程度	単位	5	受講料	無料
内容	<p>「ビデオカメラやスマホでの動画の撮影が難しい」→ そんな方におすすめです！                  なんとなく撮るから卒業。構成力を身につけて、伝わる動画を撮ろう！！</p> <p>実際に屋内・屋外で撮影を行い、動画撮影の基礎やコツを学べる実践的な講座です。                  思い出の旅行やお子さん・お孫さんなど家族の成長記録、地域の自然・伝統行事など、大切な瞬間をきれいに、印象的に残すために、すぐに役立つ内容です。</p>							
講師	(有)サンビデオ 代表取締役 清水 憲治 氏		場所	富山県教育文化会館 5階 ハイビジョン学習室				

※撮影する機器はビデオカメラ、スマートフォン、タブレット(Android、iPhone、iPad)など機種を問いません。

## O289 iPhone・iPad撮影・編集セミナー

日時	6/27(土)	10:00～16:00	定員	15名程度	単位	5	受講料	無料
内容	<p>プロの撮影・編集のポイントを学び、気軽に作品づくり！</p> <p>今や誰もが持っているスマートフォン・タブレット。どのように活用していますか？プロの撮影・編集の基本を学ぶことで、すてきな思い出を、いつまでも残せる動画づくりをしませんか。                  ※操作の説明の都合上、iPhoneまたはiPadをお持ちの方が参加できます。</p>							
講師	ラックプロ株式会社 代表取締役 福田 敬嗣 氏		場所	富山県教育文化会館 5階 ハイビジョン学習室				

※ iMovieを使用しますので、事前にインストールしておいてください。(当日はWi-Fi環境はありません)  
 ※ 講座前日に機器の充電をしておいてください。

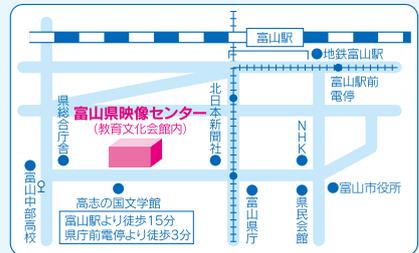
**受付期間 令和8年2月26日(木)～3月18日(水)** (郵送は13日(金)消印有効)

※ 富山県映像センターの講座受講修了者にも県民カレッジ単位を認定しています。

- DVD等のビデオ教材をレンタル中  
(1人5本まで1週間無料)
- 「映像工房」で動画編集を無料で行えます  
(ホームビデオで撮影したものなど、個人での利用に限ります)

### 富山県映像センター

〒930-0096 富山市舟橋北町7-1(富山県教育文化会館3階)  
 TEL 076-441-8455 FAX 076-441-5334



## 自遊塾

高岡地区センターで開催される自遊塾の講座を紹介します。

● 申込受付: 2月26日(木)～4月15日(水) ※郵送の場合は4月10日(金)消印有効

申込方法や各講座の内容、日時などの詳細は別冊子「令和8年度自遊塾塾生(受講者)募集要項」をご覧ください。

講座名	県民教授	講座名	県民教授
脳が元気になるレクリエーションを楽しもう(高岡)	小林 和子	こころほんわか 大人の絵本時間 ～絵本 de セラピー～	塩谷 琴江
元気 up! 笑いヨガ(高岡)	沼田 淑美	「快眠レクチャー&快眠体操」(高岡)	藤井 秀明
楽しく健康太極拳(効用説明と体験)	村椿 信子	ゲーテ詩集を原文で読む ードイツ語文法も速習ー	黒田 太穂
勝興寺の文化財で学ぶ シリーズⅡ (四季耕作図他)	針山 康雄	口笛 music & 手奏オカリナ on ステージ (CD 伴奏)(高岡)	野中 健二
伏木地区の歴史と文化を語る	上 忠		

## Jc224 高岡地区「教養講座」

- 申込方法 教養講座の「受講案内」(3月中旬発行)をご覧ください。
- 申込受付 4月8日(水) から 県民カレッジ高岡地区センター窓口へ「受講申込書」に「受講料900円」を添えてお申し込みください。



### テーマ 新たな出会いと学びを求めて

時間	14:00~16:00	場所	ウイング・ウイング高岡 503/504研修室 (第2回は1階交流スペース)	定員	110名	受講料	900円
回	期日	講座内容		講師			
1	5月15日(金)	ある農民運動家の生と死 『戦前』学ぶ手がかりに		北日本新聞社相談役 (元高岡支社長) フリーライター 中島 利明			
2	6月19日(金)	介護の仕事とビートルズと		認知症ケア上級専門士 川手 照子 ギタリスト 地主 直之			
3	7月 3日(金)	変わる高岡の夏 ~大雨・猛暑のデータから~		気象庁気象防災アドバイザー 横山 博			
4	7月17日(金)	仏教美術(仏像)を楽しく観賞するために		富山大学芸術文化学部 准教授 三宮 千佳			
5	8月 7日(金)	変わりゆく富山のさかなたち		魚津水族館アドバイザー・元館長 稲村 修			
6	8月21日(金)	迫り来る散村景観の危機 ~散村地域の実態と住民意識~		砺波市立砺波散村地域研究所 研究員 今枝 正也			
7	9月11日(金)	富山の人口流失を考える ~なぜ若い女性が富山を出るのか~		富山大学経済学部 教授 中村真由美			
8	10月23日(金)	笑いの持つ力と脳の体操		明生薬品工業株式会社 代表取締役 串間 篤治			

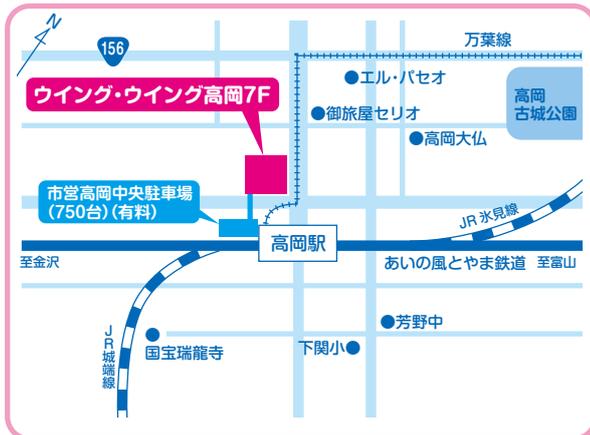
### カレッジメイト(ボランティア)の募集

高岡地区センターと一緒に講座を運営するカレッジメイトの募集をします。  
経験の有無を問いません。ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

- 活動内容 講座の準備・受付、センターだよりの配布準備など(年10回程度)
- 募集人数 10名程度
- 申込期間 令和8年2月26日(木) ~ 3月16日(月)
- 問合せ先 県民カレッジ高岡地区センター TEL:0766-22-5787



### 県民カレッジ高岡地区センター案内 ウイング・ウイング高岡7階



**アクセス** 高岡駅から徒歩3分

**駐車場** 市営高岡中央駐車場(有料)

**利用時間** 月・水~土曜日 9:00 ~ 19:00  
日曜日 9:00 ~ 17:00

※第4月曜日は万葉線の線路側にある志貴野高校の学校エレベーターで7階へお越しください。

**休所日** 毎週火曜日、祝日・振替休日  
年末年始(12/29 ~ 翌年1/3)