令和8年度の 自遊塾講座


市販薬について学び、健康を維持しよう！（本部）


整理収納の基本～もう片付けに悩みたくない貴方に！～（本部）


はじめてのArduino体験：身近な世界を測ってみよう（富山）


横笛の楽しみ～聴く・吹く・知る～（富山）

[教育文化会館開催]

落語を楽しむに落伍なし
浅井 修平
話し方・生き方講座
尾山 敦子
ほめて認めてハッピーライフ
経田 博子
やさしい心理学～絵本で学びあう心理学～
経田 博子
ほっと一息　大人の「絵本deセラピータイム」(本部)
経田 博子
続　目からうろこの心理学
小坂井 邦雄
心にアロハを　穏やかに暮らすための心の学び方
小坂井 邦雄　岡本 裕美
笑って元気に 笑って幸せ 歌っていきいきと
小林 和子
脳が元気になるレクリエーションを楽しもう(本部)
小林 和子
ゼロから始める　やさしい登山教室!!初心者向け
佐伯 知彦
こころほんわか　大人の絵本時間
塩谷 琴江
絵本でこころほぐし～大人のための絵本deセラピー～
砂子田 真砂
腹話術人形で笑いの出前
並木 惠美　大久保 晴子
腹話術で笑いの出前(入門)
並木 惠美　大久保 晴子
「快眠レクチャー＆快眠体操」(本部)
藤井 秀明
市販薬について学び、健康を維持しよう！
吉田 裕一
トーテムポール　なんじゃもんじゃ
浮橋 美頭
マイ・ボエム綴る＆詠む
尾山 敦子
へるんさん話の宝箱セミナー～ばけばけ・怪談・ヘルン文庫をめぐって～
木下 晶
こころ豊かにおしゃべり短歌カフェ！
木下 晶
言葉に心きらり－"読む歓び"を
坂田 陽子
発見!!越中国の埋もれた歴史(24)前篇～前田斉泰による天保期前半の加賀藩政と越中国・富山藩～
明神 博幸
発見!!越中国の埋もれた歴史(24)後篇～越中郷土史の総復習：前田利長と前田家臣団の形成～
明神 博幸
朗読の世界へようこそ
元野 陽子
朗読ステップアップ
元野 陽子
富山を築いた人々
桃野 重昭
富山の歴史探訪
桃野 重昭
俳句を作る　富山を語る
森川 敬三
脳いきいきほんわかアート(本部)
岩城 美保
自分の本を書いてみよう！Kindleで始める電子書籍・紙出版入門
折田 真一
整理収納の基本～もう片付けに悩みたくない貴方に！～
稲村 美由起
ストール＆スカーフを使いこなしてオシャレを楽しもう！
稲村 美由起
食を変えると見た目も気分も元気になる！今がもっと楽しくなる食事法
内田 みづき
数学パズルを楽しむ
中川 秀之
海とは　ヨットとは　富山湾でヨットの楽しみを学びましょう
松井 和夫
歌と文化で学ぶ韓国・韓国人
折田 真一
心ワクワクミュージック2026!
木田 晃
クラシック音楽を愉しもう
筧田 泉
脳とれれ♪―ウクレレで楽しく脳トレ
新田 万記子
口笛music＆手奏オカリナonステージ(CD伴奏)(本部)
野中 健二
はじめようアンサンブルA(チェロ)
和田 雅夫
はじめようアンサンブルB(セッション)
長谷川 弘子　中村 公春
郷土芸能「南京玉すだれ」の習得①
岩田 裕美子
郷土芸能「南京玉すだれ」の習得②
岩田 裕美子
山岳修行としての立山
柵 富雄
ふるさとやまの人物ものがたり2026
鈴木 康裕
イタイイタイ病と今ある課題
鈴木 良平
朝乃山につながる富山県大相撲力士の系譜
寺岡 伸清
富山の福祉の先人たち
宮田 伸朗

[新川地区センター開催]（新川みどり野高校内）

笑って元気！
朝野 美緒子
ハワイ文化に触れる　癒しのフラ
岡本 裕美
ほっと一息　大人の「絵本deセラピータイム」(新川)
経田 博子
青春時代の国語の教科書を読みなおしてみませんか！
沢井 友義
脳いきいきほんわかアート(新川)
岩城 美保
名山を楽しむ
木内 靜子

[富山地区センター開催]（雄峰高校内）

啦・啦・啦　中国三昧－中国茶・漢方を10倍楽しむ
青海 燕燕
雑学の部屋①　心と癒しのワーク
青木 正樹
こころの健康(メンタルヘルス)をカウンセリング心理学の視点から考える。
村田 晃
古代史ミステリー講座(前期)「邪馬台国」徹底解明
大島 久和
古代史ミステリー講座(後期)古代ヤマト王権を支配統治した物部政権
大島 久和
現代詩①　戦後半世紀の詩群から
高瀬 宣信
現代詩②　21世紀の詩群から
高瀬 宣信
ホームガーデニング！おうちに花と緑を
五十嵐 直美
はじめてのArduino体験：身近な世界を測ってみよう
大石 奈緒子
雑学の部屋②　色々な知識を知ってみよう
青木 正樹
横笛の楽しみ～聴く・吹く・知る～
羽岡 優子　牧野 三枝子　恒田 則子

[高岡地区センター開催]（ウイング・ウイング高岡内）

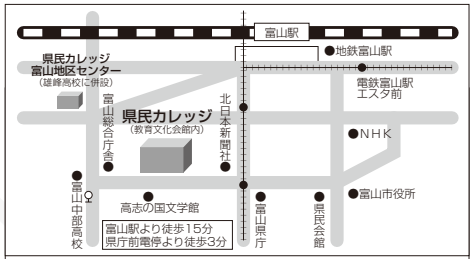
脳が元気になるレクリエーションを楽しもう(高岡)
小林 和子
こころほんわか　大人の絵本時間～絵本deセラピー～
塩谷 琴江
「快眠レクチャー＆快眠体操」(高岡)
藤井 秀明
楽しく健康太極拳(効用説明と体験)
村椿 信子
ゲーテ詩集を原文で読む－ドイツ語文法も速習－
黒田 太穂
勝興寺の文化財で学ぶシリーズⅡ(四季耕作図他)
針山 康雄
口笛music＆手奏オカリナonステージ(CD伴奏)(高岡)
野中 健二
伏木地区の歴史と文化を語る
上　忠

[砺波地区センター開催]（となみ野高校内）

「ぐっすり眠るために～眠れる心とカラダ～」
藤井 秀明　経田 博子
勝興寺の文化財で学ぶシリーズⅠ(洛中洛外図と四季耕作図)
針山 康雄
発見!!越中国の埋もれた歴史と砺波郡(24)前篇～前田斉泰による天保期前半の加賀藩政と砺波郡～
明神 博幸
発見!!越中国の埋もれた歴史と砺波郡(24)後篇～越中郷土史の総復習：前田利長と前田家臣団の形成～
明神 博幸
えがおの心ふんわりアート
沢田 奈美枝
富山の魅力を学び人生を豊かに
加賀谷 辰夫

[その他会場開催]（呉羽青少年自然の家、県内各地など）

ウォーキング冒険塾・富山湾岸編(県境・脇～入善)
飯野 勝
山に学ぶ：山は夢と冒険とロマン
平田 清志
ウォーキング冒険塾　海抜0mから立山山頂3,003mへ
松原 和仁
五感で楽しむ、大人の森時間～子どもに返って自然の中で遊ぼう～
吉田 篤史
日常から離れる、森の昼寝倶楽部～東洋体育と森林浴でリラックス～
吉田 篤史
ふるさとの文学めぐり(探訪編)Ⅴ
澤田 隆彰
文学散歩『田園発港行き自転車』
澤田 隆彰
脳いきいきほんわかアート(高岡おとぎの森公園)
岩城 美保
ミニSLを楽しもう
上埜 安英
蕎麦ロマン：そばを打ち、そばを学び、そばを楽しむ
大塚 裕一
のらりくらり自然散策里山あるき
上埜 玉紀
身近な自然(動植物)の観察
佐藤 卓　福田 保　澤田 昭芳
さわやかな空の下で歌いましょうⅠ
重松 秀子
さわやかな空の下で歌いましょうⅡ
重松 秀子
「立山から岩瀬まで」季節を感じながら、驚きを発見しましょう
坂林 樹



富山県民生涯学習カレッジ
〒930-0096 富山市舟橋北町7-1（富山県教育文化会館2階）
TEL 076-441-8401／FAX 076-441-6157

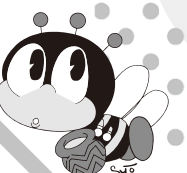
令和9年度　ボランティア講師

自遊塾
県民教授募集

あなたも県民教授になりませんか!!

- **学んだことを活かして教えたい**
- **自主的に企画・発表したい**
- **多くの仲間と交流し、学びを深めたい**

仕事や家事以外の時間に、今まで学んできた成果を、県内各地で発揮したい。県民カレッジは、一歩前に進もうとするあなたを応援します。


生涯学習のマスコット"マナビィ"
デザイン／石ノ森章太郎

締切　令和8年 **12月25日(金)（消印有効）**

新規県民教授募集事前説明会

- 日時　令和8年12月12日（土）14：00～15：30
- 会場　富山県教育文化会館203号室
- 対象　県民教授として自遊塾の講座運営・活躍に興味のある方

初めて応募される方は必ずご出席ください。

創造のよろこび
富山県民生涯学習カレッジ
自遊塾県民教授募集　検索

自遊塾 県民教授（ボランティア講師）募集要項

自遊塾とは

1）県民自らが、日頃の学習の成果を活かして、講座内容を企画・立案し、県民教授（ボランティア講師）として講座を開講します。
2）講座は、県民教授（ボランティア講師）と講座に参加する受講者（塾生）とによる自主運営で行われます。
3）自遊塾では、活動をとおして交流を深め、新しい学びの創造とボランティア活動の広がりをめざします。

県民教授への応募

1）資　格　健康で、年間を通して講座を運営でき、県民の方であれば誰でも応募できます。県外からの応募も受け付けますが、講座は県内の実施とします。ただし、講座実施上、県外の活動が必要な場合はご相談ください。

2）講座のテーマ・内容　ユニークな視点に立ち、今日的意義があり、ある程度の専門性があるものとします。また、親子を対象とした講座も開設することができます。
ただし、家元制度がある分野や一般のカルチャー教室で広く実施されている領域のもの、特定の政治や宗教、企業や職業等の宣伝・営利を目的とするもの、公序良俗に反するものなどは除きます。

3）提出書類　講座企画書に必要事項を記入のうえ、下記へ持参または郵送してください。
※新規の方は必ず事前にご相談ください。
※複数の講座を開催する場合、それぞれに講座企画書を提出してください。
※２名以上で１つの講座を開催する場合、代表者以外の方は、【プロフィール】と【学習歴・活動歴】を記入したものを、講座ごとにまとめて提出してください。

＜提出先＞〒930－0096　富山市舟橋北町7－1　富山県民生涯学習カレッジ　県民教授募集係あて

4）申込締切　**令和８年12月25日（金）（消印有効）**

5）任　期　令和９年４月１日（木）から１年間

6）決定通知　企画内容などを審査のうえ、令和９年１月中旬に書面で連絡します。

7）その他　新規に応募され県民教授として活動していただく場合、講座運営等についてサポートします。
自遊塾では全県民教授で組織する県民教授会を設置しており、県民教授は県民教授会を通じて、自遊塾の自主的運営に参画することとしていますので、県民教授の方は県民教授会に参加してください。

講座の開設

1）場　所　県民カレッジ地区センター、富山県教育文化会館の学習室を使用します。また、講座の企画内容に応じて、県内の公民館、屋内外の施設などでも事務局と相談のうえ、開設できます。会場使用料が必要となる場合、塾生（受講者）の受益者負担となります。

2）期間と回数　第１回県民教授会（５月中旬開催予定）以降から令和９年12月までの期間に４～７回、原則として、月１～２回の定期開講とします。概ね何曜日かを指定して実施します。

3）募集人員　制限なし（各部屋の定員通り）。ただし、塾生の安全が管理できる人数とします。

4）時　間　１回の講座時間は、２時間程度とします。（屋外開催の講座を除く）

5）ゲスト講師　講座の趣旨と照らし合わせて、自らの責任においてゲスト講師を招くことができます。

6）受講者の募集要件　成人を対象とし、現役職業人など広く県民から募集します。講座内容によって募集条件をつけることができます。

7）経費等　県民教授は、**講座運営費**（資料作成準備費等、講座の運営に必要な経費、実費）及び**自遊塾負担金**（500円）を合わせた金額を、講座日に受講者から徴収します。**自遊塾負担金については、講座第１回目（場合によっては第２回目以降）の講座終了後に**県民カレッジ窓口へ支払っていただきます。
※親子を対象とした講座では、お子様からは講座の運営に必要な経費、実費を徴収できます。

8）講座の開設　受講申込者が極端に少ないときは県民カレッジと協議します。

9）受講者の募集方法　県民教授候補者（企画内容の審査を通過した方）から提出していただく原稿をもとに、県民カレッジで塾生募集要項を作成し、全講座一括して募集します。
募集期間は令和９年２月下旬から４月14日（水）までを予定しています。

キリトリ線

令和９年度 県民カレッジ自遊塾 講座企画書

No.

講座名	
ねらい	

【プロフィール】

ふりがな		年齢（R9.4.1現在）	
氏名		生年月日（年/月/日）	
自宅郵便番号	〒　　－	自宅住所	
自宅電話番号	（　　）　　－	自宅ＦＡＸ	（　　）　　－
携帯電話	（　　）　　－	E-mail	
職業		勤務先	

【学習歴・活動歴】資料があれば添付してください。

開設予定講座に関する学習歴・活動歴	指導歴（市町村・カルチャーセンター等を含む）

【講座開設プログラム】（予定）※４～７回の開講をお願いします。８回以上のプログラム実施予定の講座は、２講座での実施とします。

曜日・時間（24H表記で記載）　　曜日　　：　～　：

回	月／日（曜）	内容	開催希望会場 →
1			①県民カレッジ新川地区センター（新川みどり野高校内） ②富山県教育文化会館（県民カレッジ本部） ③県民カレッジ富山地区センター（雄峰高校内） ④県民カレッジ高岡地区センター（ウイング・ウイング高岡７階） ⑤県民カレッジ砺波地区センター（となみ野高校内） ⑥その他（下枠に記載）
2			
3			
4			
5			
6			
7			

【受講者納入金・受講条件・募集人数について】

受講者納入金	受講者納入金　　円　※講座運営費と自遊塾負担金の合計額 内訳：講座運営費　　円 詳細： 自遊塾負担金（500円）　※受講者(塾生)は１講座につき500円の支払いが必要となります。		
受講条件（年齢など）		募集人数	名程度まで
受講対象	←　１．一般のみ　　２．親子可	※親子可の場合→	歳以上

※取得した個人情報は、県民カレッジ自遊塾の運営以外には使用いたしません。

以上、令和９年度県民カレッジ自遊塾の県民教授に応募し、講座企画書を提出します。

富山県民生涯学習カレッジ
学長 本江 孝一 殿

令和　　年　　月　　日

氏名

※１講座につき、１部作成願います。
※データ（エクセル）もありますので、必要に応じて県民カレッジ本部へご連絡ください。