

令和7年度(2025年度)公開講座【後期】

受付開始は、**令和8年1月5日(月)9時30分**から
となっております。皆さまのお申込みをお待ちしております。



2月3日(火) 10:30-12:00

『楽しいお習字』

講師 安藤 満代
(西九州大学 心理カウンセリング学科 教授)
会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

字の上手、下手は関係ありません。楽しく、また集中してお習字
をすると、気分もリフレッシュできます。気軽にご参加下さい。

定員: 35名 対象: どなたでも参加可
受講料: 500円/人 材料費: 300円/人

※汚れてもいい服装でご参加ください。

1

2月4日(水) 13:00-14:30

『終活講座』

講師 安德 弥生
(西九州大学 社会福祉学科 教授)
会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

より良い人生となるよう、「今できること」について
考えていきましょう。

定員: 12名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

2

2月6日(金) 9:00-12:00

『佐賀の有機栽培の小麦粉で新たな視点のパンを焼く』

講師 福山 隆志
(西九州大学 健康栄養学科 准教授)
会場 西九州大学グループ 健康支援センター すこやかキッチンスタジオ

佐賀県産(北部九州産)の有機栽培の小麦粉を活用し、輸入小麦粉には無い特性を生かしたパンを楽しく、時間を考えて焼きます。
日本人の食事課題である塩分摂取の抑制や、積極的食物繊維の摂取につながる新たな視点でパンを考え、実際にパンを焼き味わい、
栄養・食生活改善について自ら行動する講座です。

定員: 24名 対象: どなたでも参加可 受講料: 500円/人 材料費: 500円/人

※エプロン・三角巾をご持参ください。

3

西九州大学グループ
健康支援センター



健康支援

2月10日(火) 10:30-12:00

『育ちにくさのある子どもと その家族への支援』

講師 横田 聡
(西九州大学 子ども学科 准教授)
会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

育つ側にある育ちの難しさと、育てる側にある子育ての難しさ、このことへの理解
をまずは共有しましょう。そして、その家族への支援について考えてみましょう。特
に日常における地域療育のあり方の視点から養育者、きょうだい、そして育ちに困
難さのある子どもの早期からの支援について掘り下げていきたいと思ひます。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

4

2月18日(水) 10:30-12:00

『生活習慣病予防と介護予防』

講師 黒田 研二
(西九州大学 社会福祉学科 教授)
会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

生活習慣病とは食事、身体活動、睡眠など生活習慣の中に原因が潜
んでいる病気。要介護状態にならないためにもその予防が重要です。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

5

2月20日(金) 10:30-12:00

**『肩こりを改善して
つらい日々から抜け出しましょう』**

講師 吉村 浩美
(西九州大学短期大学部 地域生活支援学科 准教授)

会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

肩こりを改善するための方法を、いろいろな視点からご紹介します。一緒に原因を考えながら、改善のための運動等も行い、つらい日々から少しでも抜け出すためのお手伝いをします。

定員: 20名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

※軽い運動も実施予定です。
動きやすい服装でご参加ください。

6

3月2日(月) 14:40-16:10

『パラリンピックスポーツについて』

講師 甲木 秀典
(西九州大学 スポーツ健康福祉学科 准教授)

会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

パラアスリートへの指導経験を通じて得たパラリンピックスポーツの魅力、価値などについてお話ししていきます。

定員: 20名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

7

3月4日(水) 10:30-12:00

『活き活き体操』

講師 鶴 和也
(西九州大学短期大学部 地域生活支援学科 助教)

会場 7号館1階 健康福祉・生涯学習センター

頭と体を簡単な体操や脳トレを通じて、楽しみながら認知症予防を学ぶ公開講座です。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

8

3月6日(金) 10:30-12:00

『右脳を刺激するクリニカルアート』

講師 牛丸 和人
(西九州大学短期大学部 幼児保育学科 教授)

会場 6号館2階 美術工芸室

クリニカルアート(臨床美術)は右脳を刺激するワークショップで、子どもから高齢者まで誰でも参加できる内容です。今回のテーマは「色紙にパステルで桜を描く」です。絵や工作が苦手な方でも全然問題ありません。

定員: 20名 受講料: 500円/人
対象: 認知症予防に興味がある方

※汚れてもいい服装でご参加ください。

9

申込方法 ※電話が繋がらない場合は、「留守番電話」にメッセージを残していただきますようお願いいたします。

電話・FAX・メールでお申込みください。

(1)受講希望の講座名 (2)郵便番号・住所 (3)名前(漢字/フリガナ) (4)年齢 (5)電話番号 ※日中連絡がとれる番号

◆申込多数の場合は先着順とさせていただきます。 ◆申込締切は、各開催日1週間前です。

受付

講座開始30分前より、会場前にて受付開始します。

受講上の注意事項

- ◆発熱、咳、体調不良などの症状がある場合は受講をお控えください。
- ◆天候不良等のやむを得ない場合は会場・日程を変更する事があります。
- ◆申込人数の状況や講師の都合により、担当者変更及び開講しない場合があります。なお、開講しない場合は、事前申込みされた方に対しては、お電話いたします。
- ◆敷地内は禁煙です。
- ◆貴重品は必ず自己管理をお願いします。
- ◆敷地内でのトラブル、事故等に関しては本学では一切責任を負いません。ご了承ください。

個人情報について

- ◆講座申込で取得した個人情報につきましては、公開講座運営以外の目的では使用いたしません。

受講料

受講料(500円/回)等は、受付にて現金でお支払いください。

- ◆当センター主催の高齢者大学「エルダーカレッジ」に在籍している受講生は無料で受講できます。
- ◆原則として、一度お支払いいただきました受講料は払い戻しできません。予めご了承ください。

講座申込先・お問い合わせ

西九州大学
西九州大学短期大学部

健康福祉・生涯学習センター

〒840-0806 佐賀市神園3丁目18-15



TEL:0952-32-1314

FAX:0952-37-9624

Mail:kokaikoza@nisikyu-u.ac.jp

【受付時間】9:30-17:30 (土日祝休館)

【注意】こちらの問い合わせ先は、健康福祉・生涯学習センターの直通です。大学・短大に御用の方(施設使用や証明書発行等)は、ホームページ掲載の各キャンパス連絡先へご連絡をお願いいたします。

会場アクセス

西九州大学佐賀キャンパス
健康福祉・生涯学習センター



西九州大学グループ
健康支援センター

