

令和8年度(2026年度)公開講座【前期】

申込受付開始は、**令和8年8月3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。



1 8月24日(月) 10:30-12:00

『Excelのちょっと進んだ使い方』

講師 只木 進一

(西九州大学 デジタル社会共創学環 教授)

会場 1号館2階 情報処理実習室

Excelで効率的にデータ整理・分析。関数、作図、テーブル、検索機能を学び、業務や生活を快適にしましょう。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: Windowsパソコンの基本操作ができるかた

2 8月25日(火) 10:30-12:00

『初めての手話おしゃべり入門』

講師 本田 和也

(西九州大学 子ども学科 准教授)

会場 健康福祉・生涯学習センター

初めての方大歓迎！街で聴覚障害の方に出会ったとき自然に声をかけ、手話で楽しくおしゃべりをする楽しさを学びましょう。

定員: 20名 受講料: 500円/人
対象: 手話初心者ならどなたでも参加可

3 8月31日(月) 10:30-12:00

『五のつく言葉から学ぶ健康づくり』

講師 野村 秀一

(西九州大学 健康栄養学科 教授)

会場 健康福祉・生涯学習センター

五のつく言葉の五味・五色・五法・五感・五性を手がかりに、日々の食と心身を整える健康づくりについてお話します。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

※未開封飲料水の500mlペットボトルをご持参ください。

4 9月1日(火) 10:30-12:00

『習字で心のリフレッシュ』

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 健康福祉・生涯学習センター

習字は脳や手を使い、認知症予防にも最適です。字の上手や下手は気にせず、心のリフレッシュしませんか。

定員: 30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。

5 9月2日(水) 10:30-12:00

『臨床美術(クリニカルアート)体験』

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

臨床美術はアートを通して右脳を活性化し「認知症の予防」や「自尊感情の高まり」に効果があるとされています。図工や美術が苦手な方も安心して受講できます。

定員: 20名 対象: 20歳以上のかた
受講料: 500円/人 材料費: 100円/人

※汚れてもいい服装でご参加ください。

6 9月4日(金) 13:00-14:30

『箱庭制作(砂箱で遊ぼう)』

講師 西村 喜文

(西九州大学 心理カウンセリング学科 教授)

会場 5号館4階 小遊戯療法室

砂箱の中に、玩具や砂を使って自分の世界をつくってみませんか。箱庭の中に新しい心の世界を発見できるかもしれません。

定員: 5名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可



7 9月8日(火) 13:00-14:30

『あなたのカラダが見える化！ 機器を用いた健康チェック』

講師 山口 裕嗣
(西九州大学 スポーツ健康福祉学科 講師)
会場 健康福祉・生涯学習センター

体組成や骨密度、下肢筋力等の測定データをもとに、自分の強みや伸ばしたい点を確認し、生活習慣を考えるきっかけにしましょう。

定員: 20名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

※動きやすい服装でご参加ください。汗拭きタオル・飲み物をご持参ください。

8 9月15日(火) 14:40-16:10

『最後まで楽しく食べるためには』

講師 宮本 明
(西九州大学 リハビリテーション学科 教授)
会場 健康福祉・生涯学習センター

加齢に伴う身体機能的変化の中、摂食嚥下に起因して命を落とすことは珍しくなく、本仕組みの理解から最後まで「食」を楽しもう。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

9 9月16日(水) 10:30-12:00

『人生の最期の過ごし方を 考えてみましょう！』

講師 新井 祐恵
(西九州大学 看護学科 教授)
会場 健康福祉・生涯学習センター

自分らしさを考えて、人生最期について、一緒に考えてみましょう。最後の医療や、自分が大切にしたいことを振り返りながら考えてみます。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

10 9月16日(水) 13:00-14:30

『終活のススメ入門 ～自分らしい人生の締めくくりを考える～』

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

人生の最終段階に備え、無理なく取り組める終活の「はじめの一步」を分かりやすく紹介します。

定員: 35名 受講料: 500円/人
対象: どなたでも参加可

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

