

帯 広

市 民 大 学

15歳以上なら
どなたでも
受講可能



講 座

帯広・十勝の地域特性を知る講座や地域づくりに役立つ講座、趣味・教養に関する講座などを年間通して開講しています。

興味のある講座を選んで、
気軽にお申し込みください！



こちらからも
お申込みできます。

【お申し込み・お問い合わせ】

- 帯広市教育委員会 生涯学習課(TEL:0155-65-4192/FAX:0155-23-6142)
申込期限の記載がない講座は、開催前日(土日祝を除く)9:00~17:30までの受付。
※土日祝日の講座は、直前の平日9:00~17:30までの受付。

第11集「誰もがしあわせ感を感じる法則～共働学舎新得農場の取り組み～」

さまざまな生き立ちや個性をもったメンバーが共に暮らし、共に働く、経済効率だけに左右されない「自労自活」という生活の中で、皆が生きがいをもって、牛乳の生産からチーズづくりまでを行い、本物のチーズの美味しさを追求する共働学舎新得農場の取り組みを学びます。

- 講 師：宮嶋 望 氏(共働学舎新得農場 代表)
- 日 時：7月4日(火)19時00分～20時30分
- 定 員：先着50名(無料)
- 会 場：とかちプラザ 講習室402 (帯広市西4条南13丁目1番地)
- 託 児：未就学児(2歳以上)が対象。6月27日(火)までにお申し出ください。

第12集「自分らしく生きるための終活を考える～様々な視点から学ぶ最新の終活事情～」

エンディングノート、生前整理、遺言・相続、葬儀など、各分野のスペシャリストを講師に、最新の終活事情を学び、自分らしい生き方を考えます。

- 会 場：とかちプラザ (帯広市西4条南13丁目1番地)
- 日 時 / 講 師
- 7月 7日(金)10時00分～11時30分 とかちプラザ 講習室402
「エンディングノートから始めてみよう」/山崎 増美 氏(FP山崎増美事務所 ファイナンシャルプランナー)
- 7月11日(火)10時00分～11時30分 とかちプラザ 会議室304
「生前整理:残す物、売る物、捨てる物の見極め方」/兼子 久実 氏(整理収納アドバイザー)
- 7月14日(金)10時00分～11時30分 とかちプラザ 講習室402
「葬儀からその後の不安を解消し、安心生活を」/田中 隆浩 氏(株式会社 帯広公益社 営業次長)
- 7月21日(金)10時00分～12時00分 とかちプラザ 講習室402 「相続:争続にならないための遺言書①」
8月 1日(火)10時00分～12時00分 とかちプラザ 講習室402 「相続:争続にならないための遺言書②」
/中野 尊仁 氏(太陽総合法律事務所 弁護士)
- 定 員：先着50名
- 費 用：1,000円(内訳:受講料 500円 ※5回分、エンディングノート代 500円)
- 託 児：未就学児(2歳以上)が対象。6月30日(金)までにお申し出ください。

第13集「突然の事故・・・あなたは大切な人を救えますか？

～知っておくべき救命手当と応急手当～」

心肺蘇生とAEDの取り扱い方、熱中症対策、身の回りにある物を使ったさまざまな応急手当を学びます。

講師：佐藤 悦弘 氏(帯広消防署 専門員/救急救命士)

日時：7月20日(木)10時00分～11時30分

定員：先着50名(無料)

会場：とちプラザ 大集会室(帯広市西4条南13丁目1番地)

託児：未就学児(2歳以上)が対象。7月13日(木)までにお申し出ください。

第14集「北海道の名付け親 探検家 松浦武四郎とその意志を継ぐ開拓使大判官 松本十郎」

蝦夷地を北海道と名付けた探検家の松浦武四郎と、その意志を継ぎ、場所請負人制度を廃止して漁場を開放した、開拓使大判官の松本十郎の物語から、知られざる歴史や十勝との関係を学びます。

講師：嶺野 侑 氏(元帯広市議会 議長)

日時：7月28日(金)18時30分～20時00分

定員：先着150名(無料)

会場：とちプラザ 視聴覚室(帯広市西4条南13丁目1番地)

託児：未就学児(2歳以上)が対象。7月21日(金)までにお申し出ください。

第15集「背骨コンディショニング～背骨の歪みを整えて、こころもからだもリフレッシュ！～」

ストレッチや背骨のコンディションを整える体操を通して、身体の仕組みや動きについて理解を深め、歪みを改善し、腰痛や肩こり、膝の痛みのほか、内臓の不調など、身体の様々な痛みや疲れ、不具合を解消する方法を学びます。

講師：小林 秀子 氏(背骨コンディショニング パーソナルトレーナー/Teamボディファンクション 代表)

日時：7月30日(日)、8月6日(日)、9日(水)、全3回、いずれも19時00分～20時30分。

定員：先着50名

受講料：500円(3回分)

服装：動きやすい服装

持ち物：①ヨガマット(お持ちの方のみ) または、大判タオル

②スポーツタオル または、普通判タオル

③水分補給用の飲み物

会場：とちプラザ 大集会室(帯広市西4条南13丁目1番地)

託児：未就学児(2歳以上)が対象。7月21日(金)までにお申し出ください。