

2021年度  
第37回

# 夏秋

受付開始日

7月5日月～

各講座開講1週間前まで  
申込みが可能です。

7月～11月  
開講

## オンライン開放講座

遠くても、  
天気が悪くても、  
自宅で受講できる

忙しい合間に  
何度も見れる!

慣れたら  
お手軽!

※受講料はすべて  
税込みの料金です。

①  
新型コロナウイルス  
感染症の状況により  
開講できない場合が  
あります

これからを生きる・想う・考える

### 映画 上映会

～震災から10年、みんなで映画鑑賞～

講座番号 **413** 「ここで、生きる」

～911、311、そしてコロナ禍～

無料

監督:我謝 京子

(ロイターニュースアンカー・シニアプロデューサー・昭和女子大学特命教授)

911の被災者であるニューヨーク在住の映画監督・我謝京子氏が、10年前の東日本大震災の取材で出会った女性たちの「ここで、生きる」今をお伝えします。

【講座日】9/11【日 時】土曜日10:00～11:30  
【会場】桜の聖母短期大学 マリアンホール講堂  
【定員】100人

事前にメールまたは電話で  
お申し込みください。

講座番号 **105** SOC

### 豊かな 命を生きるために

【講師】片柳 弘史  
(カトリック宇部教会主任司祭・  
イエス会司祭)

【講座日】11/16  
【日 時】火曜日9:20～11:35  
【受講料】無料(全1回)  
【定員】20人

短大生と  
一緒に  
受講します

講座番号 **102** 生配信 SOC

### しあわせの 探し方、育て方

～聖書の語る幸せを味わってみませんか～

【講師】熱海 紀子  
(ノートルダム修道会会員)

【講座日】9/16・10/21・11/18・12/16  
【日 時】木曜日10:40～11:40  
【受講料】2,030円(全4回)【定員】8人

講座番号 **402** 生配信 SOC

### この不安の時代を どう生きるか

【講師】香山 雪彦(福島県立医科大学名誉教授)

【講座日】9/15・10/20・11/17・12/15  
1/19・2/16  
【日 時】水曜日18:30～20:00  
【受講料】10,180円(全6回)  
【定員】8人

講座番号 **406** 生配信 SOC

### 今、気になる ニュース

【講師】村上 勝則  
(福島民友新聞社 編集局次長)

【講座日】9/8・10/20  
【日 時】水曜日11:00～12:00  
【受講料】2,260円(全2回)  
【定員】8人

## 夏休み キッズ講座 (小学生)

講座番号 **441** 生配信

### 昆虫博士になろう

【講師】遠藤 史貴  
(公財)ふくしまフォレスト・エコ・ライフ財団  
利用促進担当 主査)

【講座日】8/1  
【日 時】日曜日13:30～14:30  
【受講料】1,220円(全1回)【定員】8人

講座番号 **511** 生配信

### 親子で 「自分流」お片づけ

～学習・仕事・家庭の調和が取れる!～

【講師】鈴木 由佳(お片づけ時短コンサルタント)

【講座日】8/5・8/19  
【日 時】木曜日13:30～14:15  
【受講料】2,260円(全2回)  
【定員】8人

【講師】國分 進  
(桜の聖母生涯学習センター講師)

【配信日】7/16【日 時】金曜日  
【受講料】3,000円(各全1回)  
【定員】各8人

### 読書感想文を書いちゃおう!

講座番号 **439** 小1～3年 講座番号 **440** 小4～6年

※7/30(金)までに感想文の下書きをメールまたは郵送で当センターへお送りください。添削後、8/7(土)発で返送いたします。

講座番号 **525** 生配信

### 夏休みコンクールの ポスターを描いてみよう

【講師】畠田 倉満(富多方市美術館学芸課長兼事務局長)

【講座日】7/24・8/7【日 時】土曜日10:00～10:45  
【受講料】2,000円(全2回)【定員】8人

※7/30(金)までにポスターの下書きをメールまたは郵送で当センターへお送りください。8/7(土)の配信でアドバイスします。

お問い合わせ・お申込みは電話・FAXまたはホームページから

県民カレッジ連携機関



# 桜の聖母生涯学習センター

TEL 024-535-2531

FAX 024-534-4571 [受付]9:00～17:00(土日祝日を除く)

E-mail:s-center@ssjc.ac.jp

〒960-8585 福島市花園町3-6

https://www.sakuranoseibo.jp/s-center/

桜の聖母生涯学習センター

検索

各講座の詳細内容はホームページをご覧ください

要ご予約

回数が4回以上の講座は  
受講料500円で1回受講できます。

お試し受講  
OK!

出前講座

各種研修会の講師派遣、企画もいたします。

ご不明な際はお気軽に  
お問い合わせください!

## オンライン開放講座は2タイプ♪

生配信

生配信型

講師や受講者と話をすることができます!

必要な  
もの

- ✓通信機器(スマホ、パソコン、タブレットのいずれか) ※カメラが内蔵されていないノートパソコンには外付けカメラ
- ✓インターネット接続 ※Windows7以上
- ✓普段お使いのメールアドレス
- ✓ビデオ会議アプリ「Zoom」 ※無料で使用できますが、インターネット接続料はかかります。



動画配信型

録画した講座動画を何度も見れます!

視聴方法は  
2タイプ  
お選びください



DVD

による視聴

必要な  
もの

- ✓再生機器(DVD再生プレイヤー、パソコンのいずれか)
- ✓DVD代金



オンライン

による視聴

必要な  
もの

- ✓通信機器(スマホ、パソコン、タブレットのいずれか)
- ✓インターネット接続
- ✓普段お使いのメールアドレス

※機種によっては使用できない機器がございます。ご確認のうえ、お申し込みください。  
※インターネット接続は光回線等の高速インターネット、WiFi環境を推奨します。パケット通信の場合は、契約データ通信量に余裕があるかを確認してください。

まずはここから!



## オンラインデビュー講座

対面で行います。  
しっかりサポート!  
ご安心を!

【講師】桑島 英理佳(桜の聖母生涯学習センター研究員)  
【受講料】1,000円(各全1回)【定員】各10人

### 講座番号 **460** 初心者編

インターネットやメール、機器の選び方などの説明です。

【講座日】7/27【日 時】火曜日13:30～15:30

### Zoomを使ってみよう

講座番号 **455**【講座日】7/16(金)【日 時】10:00～12:00

講座番号 **462**【講座日】8/7(土)【日 時】13:30～15:30

講座番号 **463**【講座日】9/14(火)【日 時】13:30～15:30

※各回同じ内容で行います。  
※用意するもの:スマホ、タブレット、パソコンのいずれか

スタッフと本学の学生が個別対応します

通信機器の  
タイプを  
知りたい

### 講座番号 **466** オンラインサポートサービス

【日 時】ご相談に応じて調整します。  
【受講料】500円/1時間

※オンラインの専門家でない為、内容によっては対応できかねる場合もございますが、できる限りサポートさせていただきますのでお気軽にお問い合わせください。

講座番号 **461**

### スマホでアプリを楽しもう

【講師】ドコモショップ福島北店  
専任講師

【講座日】8/27  
【日 時】金曜日13:30～15:30  
【受講料】無料(全1回)  
【定員】10人

※用意するもの:  
各自お使いのスマホ・  
筆記用具

メール・インターネット・LINE・  
Zoomのことで教えてほしい

受講前に繋いで  
みたい

インターネットで  
資料を手に入れたい

SOC

## 桜おとなカレッジ

Sakura Otona College ▶ SOC (愛称:ソック)

SOCマークのある講座や桜の聖母短期大学の授業を組み合わせると60時間以上受講すると「履修証明書」が発行されます。あらかじめお申し込みがない場合は発行できません。コースと該当講座などの詳細はお問い合わせください。 [申し込み締切日:9/17(金)]

SOC特別講座 SOC受講者や、これから受講を検討したい方などを対象にした講座です。

## 「ポストコロナ時代の学びとコミュニティ形成」

【内容】SOCの学習仲間を知ろう、ポストコロナ時代における大人の学び、中高年者の心理学、今後の学びに向けて(予定)

【講師】三瓶千香子(桜の聖母短期大学教員)、桑島英理佳(桜の聖母生涯学習センター研究員)他

※詳細はお問い合わせください。

7月から  
開催予定!(全4回)

2021年度 福島市産官学連携プラットフォーム事業 生涯学習のつどい

## 「オンラインでの学びを考えよう!」

【日 時】9/13(月)13:30～15:30【定員】30人

※事前にメールまたは電話で  
お申し込みください。

無料

【申込み受付日】7月5日(月)より開始。各講座開講1週間前まで申込みが可能です。【募集人数】先着順にて定員になり次第締め切ります。【受講資格】一部講座を除き、年齢・性別等に関わりなくなたでも受講できます。【受講上の注意】講師または受講生・学生に迷惑な行動がある場合は、受講をお断りする場合があります。

【受講料】受講料は、消費税込みとなっております。なお、テキスト代・資料代・材料代・その他の教材費等が含まれていないものもあります。詳しくは、センターまでお問い合わせください。【受講の取り消し】納入済の受講料は、原則としてお返しできません。ご本人の長期入院や転勤、出産などやむを得ない事情に限り、本学の規定に従い払い戻すことがあります。その際、払い戻し手数料1,100円(税込み)をいただきます。



# じっくりと生き方に触れる

講座番号 **411** 生配信 **SOC**

## 初めての歌舞伎鑑賞ナビ ～「動進帳」・「髪結新三」を観る～

【講師】 國分 進 (桜の聖母生涯学習センター講師)  
【講座日】 10/15・10/29  
【日時】 金曜日14:00～15:30  
【受講料】 3,460円(全2回)  
【定員】 8人



講座番号 **421** 生配信 **SOC**

## おとなのための児童文学 ～アーノルド・ローベル『お手紙』を読む～

【講師】 高橋 正人 (仙台白百合女子大学特任教授)  
【講座日】 11/6 【日時】 土曜日10:00～11:30  
【受講料】 1,730円(全1回)  
【定員】 8人



【講師】 高橋 成典 (桜の聖母生涯学習センター講師)  
【定員】 各8人

講座番号 **420** 生配信 **SOC**

## 澁澤榮一の生涯と日本近代史～日本産業・経済の父～

【受講料】 5,700円



講座番号 **433** 生配信 **SOC**

## 人と話したくなる絵画の話～鑑賞を気軽に楽しむポイント～

【講座日】 9/16・10/14・11/18・12/16  
【日時】 木曜日10:30～12:00 【受講料】 6,820円(全4回)

講座番号 **443** 生配信 **SOC**

## 女性を見れば日本史はもっとおもしろい ～北条政子、日野富子、北政所の生き様～

【受講料】 4,270円

# アウトプットで元気に!

【講師】 引田 さいこ

(一般社団法人日本朗読検定協会  
認定プロフェッサー・元NHK福島放送局キャスター)

【定員】 各8人



講座番号 **202** 生配信 **SOC**

## こんな時、この絵本～大人のための絵本処方箋～

【講座日】 7/29・8/26・9/30・10/28・11/25  
【日時】 木曜日10:40～11:40  
【受講料】 5,670円(全5回)



講座番号 **205** 生配信 **SOC**

## 心が整う 朗読トレーニング

【講座日】 9/7・9/21・10/5・10/19・11/2・11/16  
【日時】 火曜日10:40～12:10 【受講料】 10,180円(全6回)

# より良い人とのつながり

講座番号 **302** 生配信 **SOC**

## 傾聴ボランティア 養成講座DVD

【講師】 香山 雪彦 (福島県立医科大学名誉教授)  
岡田 友子 (上級心理カウンセラー)  
三瓶 千香子 (桜の聖母短期大学教授)  
【受講料】 6,950円 【定員】 8人  
※希望者にはレポートの提出で認定証を発行いたします。  
認定料3,300円(税込)は、後日徴収します。



講座番号 **211** 生配信 **SOC**

## イライラコントロール

【講師】 岡田 友子  
(アンガーマネジメントファシリテーター・  
AMコンサルタント・AMキツトレーナー・  
株)岡田プランニング代表)  
【講座日】 7/31 【日時】 土曜日10:30～12:00  
【受講料】 1,730円(全1回) 【定員】 8人



# 外国語を楽しもう

【講師】 鈴木 孔子 (桜の聖母短期大学非常勤講師) 【定員】 各8人

講座番号 **802** 生配信 **SOC**

## ピギナーのための英会話 Michikoクラス ★英検4級程度

【講座日】 8/28・9/4・9/11・9/18・9/25・10/9・  
10/16・10/23・10/30・11/6・11/13・11/20  
【日時】 土曜日14:10～15:10 【受講料】 13,640円(全12回)

講座番号 **811** 生配信 **SOC**

## やさしく楽しく英会話 ★英検3級程度

【講座日】 9/1・9/8・9/15・9/22・9/29・10/6・  
10/13・10/20・10/27・11/10・11/17・11/24  
【日時】 水曜日13:00～14:00 【受講料】 13,640円(全12回)

講座番号 **814** 生配信 **SOC**

## インターラクティブに英語を使ってみよう ★英検2級程度

【講座日】 9/4・9/18・10/9・10/23・11/6・11/20・12/4・12/18  
【日時】 土曜日10:30～12:00 【受講料】 13,640円(全8回)

講座番号 **808** 生配信 **SOC**

## ピギナーのための英会話 Eugen(オイゲン)クラス ★英検4級程度

【講師】 スヴェン オイゲン ビショツフ (桜の聖母生涯学習センター講師)  
【講座日】 8/30・9/6・9/13・9/27・10/4・10/11・10/18・  
10/25・11/8・11/15・11/22・11/29  
【日時】 月曜日13:00～14:00  
【受講料】 13,640円(全12回) 【定員】 8人



【講師】 村田 未歩 (桜の聖母生涯学習センター講師) 【定員】 各8人

講座番号 **821** 生配信 **SOC**

## おもてなしボランティアガイドのための英会話

★英検3級～4級程度  
【講座日】 9/9・9/30・10/21・10/28・11/11・11/25  
【日時】 木曜日14:30～15:30  
【受講料】 6,820円(全6回)

講座番号 **817** 生配信

## 小学生の英語 低学年

【講座日】 8/26・9/2・9/9・9/16・9/30・10/14・10/21・10/28・  
11/11・11/18・11/25・12/2  
【日時】 木曜日18:15～19:00 【受講料】 13,640円(全12回)

講座番号 **823** 生配信 **SOC**

## 絵本で中学英語の学び直し 夜クラス ★英検3級程度

【講師】 加藤 ジョラントルギメネス  
(哲学カフェ「MENON」(めんの)主宰)  
【講座日】 8/25・9/1・9/8・9/15・9/22・10/6・  
10/13・10/20・10/27・11/10・11/17・11/24  
【日時】 水曜日19:00～20:30  
【受講料】 20,370円(全12回) 【定員】 8人

講座番号 **830** 生配信 **SOC**

## 英語を理解するための3大知識 ～聖書、シェイクスピア、マザーグース～ ★英検3級程度

【講師】 蒔田 裕美 (清泉女子大学、法政大学等講師)  
【講座日】 8/28  
【日時】 土曜日13:30～15:00  
【受講料】 1,730円(全1回) 【定員】 8人

# 学びの実践ガイド

講座番号 **442** 生配信 **SOC**

## センター長直伝!おとなの図書館活用術

【講師】 遠藤 修司 (桜の聖母短期大学図書館情報センター長)  
【講座日】 9/14  
【日時】 火曜日10:00～11:30  
【受講料】 1,730円(全1回)  
【定員】 8人



【講師】 三瓶 千香子 (桜の聖母短期大学教員)

【定員】 各8人

講座番号 **425** 生配信 **SOC**

## 時間管理術

【講座日】 11/6・11/20 【日時】 土曜日10:30～12:00  
【受講料】 3,460円(全2回)



講座番号 **431** 生配信 **SOC**

## よくわかる生涯学習～どうする?あなたの学び～

【講座日】 9/8・9/22・10/6  
【日時】 水曜日19:00～20:30  
【受講料】 5,190円(全3回)

講座番号 **422** 生配信 **SOC**

## 動物好きができることⅢ

～不幸な猫を減らす地域猫対策の効果と役割～

【講師】 館山 和枝  
(社会教育関係団体With代表 東京都動物愛護推進員)  
【講座日】 10/9 【日時】 土曜日14:00～15:30  
【受講料】 500円(全1回)  
【定員】 8人



# いつまでも動けるジブンづくり

お好きな時間に何度でも再生できます

※2021年度 春講座と同じ内容です。

講座番号 **607** 生配信

## ポッコリお腹・猫背対策 ～ビルピスワーク(骨盤体操)～

【講師】 三瓶 奈央 (桜の聖母生涯学習センター講師)

講座番号 **613** 生配信

## 女性のためのシェイプアップ トレーニング

【講師】 菅野 智広 (桜の聖母生涯学習センター講師)

講座番号 **610** 生配信

## 寝たままできるストレッチ ～バー・アスティエ～

【講師】 富田 里歩 (NPO法人バー・アスティエ協会公認講師)

講座番号 **601** 生配信

## 健康ストレッチ ～ピラティスメソッドによる しなやかな身体作り～

【講師】 勅使河原 洋子 (桜の聖母生涯学習センター講師)

「震災から10年、  
今思うこと」

# メッセージ募集中

あの東日本大震災から10年が経ちました。皆さんの今思うことはどんなことでしょうか。ぜひ、皆さんの思いをお聞かせください。皆さんから寄せられたメッセージは、本センターのHPや学内にある掲示板でご紹介させていただきます。

- 字数/200字程度
- 記載事項/住所・電話番号・氏名 (匿名希望の場合はその旨お知らせください)
- 切/令和3年8月31日
- 送信方法/メールまたは郵送
- 宛先/桜の聖母生涯学習センター 〒960-8585 福島市花園町3番6号 メールアドレス s-center@ssjc.ac.jp

ベシークな会話のやり取りを学びます。



苦手な人でも英語に親しみを  
持つてもらうことを  
目指した講座です。

