

のびのびキャンパス岡山2024

岡山県生涯学習大学

きっとある！
学びの発見



生涯学習マスコット
「マナビィ」

令和6年度

受講案内<速報版>

2024年4・5月開催分

一部、6月以降に開催される講座も含んでいます
<令和6年3月22日発行>

新しい学びの輪が広がります



岡山県「ももっち」

より詳細な情報については、
岡山県生涯学習センターホームページ「[ばるネット岡山](#)」から
検索可能です。ぜひご覧ください。
「[受講案内<前期版・後期版>](#)（冊子）」は、6月・10月
に発行し、県内の公民館・図書館に配布します。

主催：岡山県・岡山県教育委員会
事務局（問合せ先）：岡山県生涯学習センター

〒700-0016 岡山市北区伊島町3丁目1番1号
電話：086-251-9751 FAX：086-251-9757
メール：syogaise05@pref.okayama.jp
ホームページ：<https://www.pal.pref.okayama.jp/>
Facebook：<https://www.facebook.com/okasyogaise/>

[ばるネット岡山](#)



『岡山県生涯学習大学』とは

「岡山県生涯学習大学(愛称:のびのびキャンパス岡山)」は、県民の方々が自分に適した学習内容を選択できるよう、県内各地で開催されている様々な講座を体系化し、学習機会を提供しています。講座には主催講座と連携講座があります。

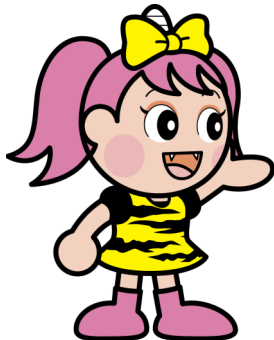
受講するには？

受講を希望される県民の方ならどなたでも受講していただけます！

入学試験や年齢制限などはありません。主催講座と連携講座がありますが、それぞれの開設機関へ直接申し込んでください。



©岡山県「ももっち」



©岡山県「うらっち」

受講したらどうなるの？

受講累計時間によって単位が認定され、取得した単位数によって認定証書が授与されます。

「講座を探そう！」

○この「受講案内」で探す

受講案内は、県内の全ての公民館、図書館、教育委員会、連携講座実施機関にて無料配布しています。6月、10月に発行しています。



○「ぱるネット岡山」で探す

ぱるネット岡山では、講座の最新情報を詳しく掲載しています。受講案内をご覧になった後は、「ぱるネット岡山」で検索をお願いします。

ぱるネット岡山

検索



令和6年度<速報版> 連携講座一覧

※開催の有無、詳細（内容等）につきましては、各開設機関へお尋ねください。内容は、都合により変更になる場合があります。

番号	講座名（名称）	開催日時等	開催場所	問合せ先等
1	健康づくり栄養講座4月 簡単！おいしい時短料理	2024/4/13(土)、4/17(水) 10時30分～13時	岡山県南部健康づくりセンター 〒700-0952	岡山県南部健康づくりセンター 〒700-0952
2	初心者のための栄養講座5月 さっぱりおかず魚の南蛮漬け	2024/5/18(土) 10時30分～13時	岡山県岡山市北区平田 408-1 電話：086-246-6250	岡山県岡山市北区平田408-1 電話：086-246-6250 FAX:086-246-6330
3	たけのこ掘り	2024/4/13(土)、4/14(日) 9時30分～11時30分	めだかの学校 〒709-3142 岡山県岡山市北区建部町 建部上609 電話：086-722-1231	岡山市環境学習センター 「めだかの学校」 〒709-3142 岡山県岡山市北区建部町建部上609 電話：086-722-1231 FAX:086-722-3100 E-Mail: takebemedaka@city.okayama.lg.jp
4	魚とり	2024/5/11(土) 12時30分～15時		
5	令和6年度岡山市埋蔵文化財センター講座 5月開講	2024/5/18(土) 13時30分～15時	岡山市埋蔵文化財センター 〒703-8284 岡山県岡山市中区網浜 834-1 電話：086-270-5066	岡山市埋蔵文化財センター 〒703-8284 岡山県岡山市中区網浜834-1 電話：086-270-5066 FAX:086-270-5067 E-Mail: maibun@city.okayama.lg.jp
6	刀剣の里 工芸製作講座 ～小刀製作講座～	2024/4/20(土)、 5/18(土)、6/15(土)、 7/6(土) 10時～16時 毎月第1・3土曜日（随時受付） ※4/6(土)、5/4(土)、 6/1(土)、7/20(土)、 8月～9月は休講予定です。	備前長船刀剣博物館 (研修棟 大研修室) 〒701-4271 岡山県瀬戸内市長船町長船 966 電話：0869-66-7767	備前長船刀剣博物館 〒701-4271 岡山県瀬戸内市長船町長船 966 電話：0869-66-7767 FAX:0869-66-7971
7	育てて食べよう美味しい夏野菜 —家庭菜園のツボ2024—	2024/4/10(水)～ 2024/9/4(水) 14時～16時30分 5/1(水)～8/7(水)は15時開始	岡山大学 (農学部附属山陽圏 フィールド科学センター 岡山農場) 〒700-8530 岡山県岡山市北区津島中 3-1-1	岡山大学 自然系研究科等 総務課総務グループ 〒700-8530 岡山県岡山市北区津島中3-1-1 電話：086-251-8005
8	スポーツ講座 (1～8回)	2024/4/17(水)～ 2025/1/22(水) 18時30分～20時	岡山大学 (一般教育棟E棟1階 E11 教室) 〒700-8530 岡山県岡山市北区津島中 2-1-1	岡山大学 スポーツ支援室 〒700-8530 岡山県岡山市北区津島中2-1-1 電話：086-251-7181
9	摂食・嚥下リハビリテーション 従事者研修会 初級コース	2024/4/10(水)～ 2024/7/3(水) 19時～21時30分	岡山大学 (マスカットキューブ3階 講義室) 〒700-8558 岡山県岡山市北区鹿田町 2-5-1	岡山大学病院 スペシャル ニーズ歯科センター 〒700-8558 岡山県岡山市北区鹿田町2-5-1 電話：086-235-6823

※開催の有無、詳細（内容等）につきましては、各開設機関へお尋ねください。内容は、都合により変更になる場合があります。

番号	講座名（名称）	開催日時等	開催場所	問合せ先等
10	重力だけを利用して歩く二足歩行ロボット?! —歩行ロボットをつくって「生物の動くしくみ」を理解しよう—	2024/5/25(土) 13時30分～15時	岡山理科大学 (A1号館1F プレゼンテーションルーム) 〒700-0005 岡山県岡山市北区理大町1-1	岡山理科大学 研究・社会連携部 〒700-0005 岡山県岡山市北区理大町1-1 電話：086-256-9731 FAX:086-256-9732 E-Mail: renkei@ous.ac.jp
11	メンタルヘルス講座 「不安と落ちつかなさについて」	2024/4/13(土) 10時30分～11時45分	慈恵病院 (本館4階 講義室) 〒702-8508 岡山県岡山市南区浦安本町100-2 電話：086-262-1191	慈恵病院こころの健康啓発委員会 〒702-8508 岡山県岡山市南区浦安本町100-2 電話：086-262-1191 FAX:086-262-4448 E-Mail: hospital@zikei.or.jp
12	赤十字救急法基礎講習①	2024/4/14(日) 13時～17時30分	日本赤十字社岡山県支部 (4階 講習室) 〒700-0823 岡山県岡山市北区丸の内2-7-20 電話：086-221-9595	
13	赤十字救急法オンライン短期講習	2024/5/8(水) 18時30分～20時	【オンライン開催】 日本赤十字社岡山県支部 〒700-0823 岡山県岡山市北区丸の内2-7-20	日本赤十字社岡山県支部 事業推進課 健康安全係 〒700-0823 岡山県岡山市北区丸の内2-7-20 電話：086-221-9595 FAX:086-221-9599 E-Mail: koushu@okayama.jrc.or.jp
14	赤十字救急法基礎講習②	2024/5/11(土) 13時～17時30分	日本赤十字社岡山県支部 (4階 講習室) 〒700-0823 岡山県岡山市北区丸の内2-7-20 電話：086-221-9595	
15	赤十字救急法基礎講習③	2024/5/24(金) 13時～17時30分		
16	赤十字水上安全法救助員 I 養成講習	2024/5/25(土)、 5/26(日)、6/2(日) 10時～18時	豊成市民プール 〒700-0942 岡山県岡山市南区豊成1-4-22	
17	閑谷フォトコンテスト	2024/4/1(月)～ 2025/1/31(金) 9時～17時 春：4/1(月)～4/30(火) 夏：8/1(木)～8/31(土) 秋：11/1(金)～11/30(土) 冬：1/1(水)～1/31(金)	特別史跡旧閑谷学校 〒705-0036 岡山県備前市閑谷784 電話：0869-67-9900	特別史跡旧閑谷学校顕彰保存会 〒705-0036 岡山県備前市閑谷784 電話：0869-67-9900 FAX:0869-67-1436 E-Mail: hozonki@shizutani.jp
18	第1回「閑谷論語塾」	2024/4/20(土) 13時30分～14時30分	特別史跡旧閑谷学校 (講堂内) 〒705-0036 岡山県備前市閑谷784 電話：0869-67-9900	
19	健康太極拳	2024/4/20(土)～ 2025/3/15(土) 10時30分～11時30分 原則毎月第3土曜日	岡山県青少年教育センター 閑谷学校、特別史跡 旧閑谷学校 〒705-0036 岡山県備前市閑谷784 電話：0869-67-9900	

※開催の有無、詳細（内容等）につきましては、各開設機関へお尋ねください。内容は、都合により変更になる場合があります。

番号	講座名（名称）	開催日時等	開催場所	問合せ先等
20	座禅入門	2024/4/21(日)～ 2025/3/16(日) 8時～9時30分 原則毎月第3日曜日	特別史跡旧閑谷学校 (講堂内) 〒705-0036	特別史跡旧閑谷学校顕彰保 存会 〒705-0036 岡山県備前市閑谷784 電話：0869-67-9900 FAX:0869-67-1436 E-Mail: hozonki@shizutani.jp
21	第2回「閑谷論語塾」	2024/5/4(土) 13時30分～14時30分	岡山県備前市閑谷784 電話：0869-67-9900	
22	第3回「閑谷論語塾」	2024/5/18(土) 13時30分～14時30分		
23	四季と自然を楽しむ会	2024/4/11(木)、5/9(木)、 6/13(木)、7/11(木)、 8/8(木)、9/12(木)、 10/10(木)、11/14(木)、 12/12(木)、 2025/1/9(木)、2/13(木)、 3/13(木) 9時30分～11時30分 ※毎月第2木曜日	岡山市半田山植物園 〒700-0004 岡山県岡山市北区法界院 3-1 電話：086-252-4183	公益財団法人岡山市公園協 会 〒702-8025 岡山県岡山市南区浦安西町 148-1 電話：086-262-9588 FAX:086-262-9589
24	講演会&ワークショップ「7 カ国語で話そう。」	2024/5/12(日) 10時～12時	岡山県立図書館 〒700-0823 岡山県岡山市北区丸の内 2-6-30 電話：086-224-1286	ヒッポファミリークラブ西 日本 〒733-0871 広島県広島市西区高須2-2- 19 電話：0120-557-761 E-Mail:info@hfcw.jp
25	生涯現役ワクワク大学 あなたも作詞家になれる ～音楽は世界共通の言葉～	2024/4/11(木) 14時～15時30分	岡山県総合福祉・ポラン ティア・NPO会館 (2階会議室または研修 室)	一般社団法人健康生きがい づくりおかやま 〒701-1152 岡山県岡山市北区津高217-8 電話：080-4552-1469 E-Mail: ikigai.kensei@gmail.com
26	生涯現役ワクワク大学 もっと分かり合えて元気に幸 せになるコミュニケーション 術	2024/5/9(木) 14時～15時30分	〒700-0807 岡山県岡山市北区南方2- 13-1 電話：086-231-0532	
27	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑 いヨガ&認知症予防・免疫力 UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/11(木)、 4/25(木)、5/9(木)、 5/23(木)、6/13(木)、 6/27(木)、7/11(木)、 7/25(木)、8/8(木)、 8/22(木)、9/12(木)、 9/26(木) 10時～11時30分 ※第2・4木曜日	福祉交流プラザ大井 〒701-1462 岡山県岡山市北区大井 2383-1 電話：086-295-2140	一般社団法人岡山県笑いヨ ガ協会 〒704-8164 岡山県岡山市東区光津434-1 電話：090-8249-6360 E-Mail: kyoko_indio@yahoo.co.jp
28	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑 いヨガ&認知症予防・免疫力 UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/11(木)、5/9(木)、 6/13(木)、7/11(木)、 8/8(木)、9/12(木) 13時～14時30分 ※第2木曜日	岡山市立東山公民館 〒703-8282 岡山県岡山市中区平井4- 13-33 電話：086-276-6202	
29	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑 いヨガ&認知症予防・免疫力 UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/12(金)、 5/10(金)、6/14(金)、 7/12(金)、8/9(金)、 9/13(金) 10時～11時30分 ※第2金曜日	玉野市立銚立公民館 〒706-0301 岡山県玉野市北方1349-1 電話：0863-66-5664	

※開催の有無、詳細（内容等）につきましては、各開設機関へお尋ねください。内容は、都合により変更になる場合があります。

番号	講座名（名称）	開催日時等	開催場所	問合せ先等
30	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑いヨガ&認知症予防・免疫力UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/20(土)、 5/18(土)、6/15(土)、 7/20(土)、8/17(土)、 9/21(土) 10時～11時30分 ※第3土曜日	岡山市立東公民館 〒703-8233 岡山県岡山市中区高屋 344-1 電話：086-271-1911	一般社団法人岡山県笑いヨガ協会 〒704-8164 岡山県岡山市東区光津434-1 電話：090-8249-6360 E-Mail: kyoko_indio@yahoo.co.jp
31	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑いヨガ&認知症予防・免疫力UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/24(水)、 5/22(水)、6/19(水)、 7/24(水)、9/25(水) 10時～11時 ※第4水曜日	福祉交流プラザさいでん 〒703-8225 岡山県岡山市中区神下 133-3 電話：086-279-2753	
32	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑いヨガ&認知症予防・免疫力UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/27(土)、 5/25(土)、6/22(土)、 7/27(土)、8/24(土)、 9/28(土) 10時～11時30分 ※第4土曜日	岡山市立福田公民館 〒701-0203 岡山県岡山市南区古新田 1186 電話：086-282-3773	
33	健康づくりの教室 介護予防・寝たきり予防 笑いヨガ&認知症予防・免疫力UP!等（理論と実践） 無理なく楽しく効果的	2024/4/5(金)、5/3(金)、 6/7(金)、7/5(金)、 8/2(金)、9/6(金) 10時～11時30分 ※第1金曜日	総社市山手公民館 〒719-1162 岡山県総社市岡谷151-1 電話：0868-93-1241	
34	木堂祭記念講演	2024/5/15(水) 14時～15時 開場13時	犬養木堂記念館 〒701-0161 岡山県岡山市北区川入 102-1 電話：086-292-1820	犬養木堂記念館 〒701-0161 岡山県岡山市北区川入102-1 電話：086-292-1820 FAX:086-292-1825 E-Mail: osietebokudo@island.dti.ne.jp
35	いきいきライフ講座 「夏野菜を楽しみたい！準備と心得」	2024/4/20(土) 13時30分～15時	岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館 (701会議室) 〒700-0807 岡山県岡山市北区南方2-13-1 電話：086-227-2666	岡山生涯学習インストラクター協会 会長 湯浅二郎 〒713-8115 岡山県倉敷市玉島道口3938 電話：090-4574-3692 FAX:086-522-4078 E-Mail: chariy55@hi.enjoy.ne.jp
36	いきいきライフ講座 「シニアで楽しくマンボとブルース」	2024/5/18(土) 13時30分～15時	岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館 (702会議室) 〒700-0807 岡山県岡山市北区南方2-13-1 電話：086-227-2666	
37	第34期 岡山市民文化大学	2024/4/20(土)、 5/26(日)、6/22(土)、 7/15(月)、8/24(土)、 9/23(月)、10/26(土)、 11/24(日) 14時～15時30分 原則として2～11月まで 月1回開催	岡山シンフォニーホール (大ホール) 〒700-0822 岡山県岡山市北区表町1-5-1 電話：086-234-2001	岡山市民文化大学 事務局 〒703-8256 岡山県岡山市中区浜1-8-22 電話：086-270-7703 FAX:086-270-5527 E-Mail: bundai@hallo21.co.jp

※開催の有無、詳細（内容等）につきましては、各開設機関へお尋ねください。内容は、都合により変更になる場合があります。

番号	講座名（名称）	開催日時等	開催場所	問合せ先等
38	マインドフルネス瞑想体験講座（全8回）	2024/4/13(土)、 5/18(土)、6/8(土)、 7/13(土)、8/10(土)、 9/14(土)、11/9(土)、 12/14(土) 10時～12時	東山公園 （集会所） 〒703-8277 岡山県岡山市中区御成町 15-26	NPO法人岡山のこ・あった か会 〒703-8275 岡山県岡山市中区門田屋敷 1-3-21 電話：090-4101-3550 E-Mail： okayama_kinoko_attakakai@ yahoo.co.jp
39	第27回マンション生活支援セミナーin岡山（春季講座）	2024/5/25(土) 15時～17時 セミナー終了後、相談会の 予定（40分程度）	岡山県総合福祉・ボラン ティア・NPO会館 （2階 研修室） 〒700-0807 岡山県岡山市北区南方2- 13-1 電話：086-231-0532	NPO法人岡山県マンション管 理組合連合会 〒703-8278 岡山県岡山市中区古京町1- 3-1 電話：086-270-0075 FAX:086-206-2103 E-Mail: info@okakan.net
40	口腔癌の予防学 岡山大学 4月開講	2024/4/5（金） 18時30分～20時	山陽新聞社 （本社ビル 6階） 〒700-8634 岡山県岡山市北区柳町2- 1-1 電話：086-803-8018	山陽新聞社（吉備創生カ レッジ事務局） 〒700-8634 岡山県岡山市北区柳町2-1-1 電話：086-803-8018 FAX:086-803-8117
41	非営利法人について知ろう 中国短期大学 4月開講	2024/4/8(月) 10時～11時30分		
42	土砂災害に備える 岡山理科大学 4月開講	2024/4/10(水) 10時～11時30分		
43	坪田譲治と永瀬清子 ノートルダム清心女子大学 4月開講	2024/4/14(日) 10時～11時30分		
44	リフレッシュダンス（1回 目）岡山商科大学 4月開講	2024/4/24(水) 10時～11時30分		
45	さまざまな感覚でお家の隙間 時間に自然を体感 岡山短期大学 4月開講	2024/4/27(土) 15時30分～17時		
46	わらべうた遊びの魅力 就実大学 5月開講	2024/5/15(水) 10時～11時30分		
47	リフレッシュダンス（2回 目）岡山商科大学 5月開講	2024/5/17(金) 13時～14時30分		
48	楽しく学ぶ片頭痛 岡山学院大学 5月開講	2024/5/19(日) 10時～11時30分		
49	初めて学ぶ財務3表の読み方 岡山理科大学 5月開講	2024/5/22(水) 15時30分～17時		
50	免疫システムと健康長寿 川崎医科大学 5月開講	2024/5/23(木) 10時～11時30分		
51	人づきあいは健康を高めるか 吉備国際大学 5月開講	2024/5/23(木) 15時30分～17時		
52	光の不思議 中国職業能力開発大学校 5月開講	2024/5/23(木) 18時30分～20時		

※開催の有無、詳細（内容等）につきましては、各開設機関へお尋ねください。内容は、都合により変更になる場合があります。

番号	講座名（名称）	開催日時等	開催場所	問合せ先等
53	利用者視点で考えるNISA 環太平洋大学 5月開講	2024/5/24(金) 15時30分～17時	山陽新聞社 (本社ビル 6階) 〒700-8634 岡山県岡山市北区柳町2-1-1 電話：086-803-8018	山陽新聞社（吉備創生カレッジ事務局） 〒700-8634 岡山県岡山市北区柳町2-1-1 電話：086-803-8018 FAX:086-803-8117
54	日本やドイツの季節と歌 岡山大学 5月開講	2024/5/25(土) 10時～11時30分		
55	正しく知ろう睡眠時無呼吸 川崎医科大学 5月開講	2024/5/29(水) 18時30分～20時		
56	ITクラブまび ◆オンライン教室	2024/4/4(木)、5/9(木)、 6/6(木)、7/4(木)、 8/1(木)、9/5(木)、 10/3(木)、11/7(木)、 12/5(木)、2025/1/2(木)、 2/6(木)、3/6(木) 18時～21時 ※原則、毎月第一木曜日	真備町公民館箭田分館 (集会室) 〒710-1301	大熊 正喜 〒710-0251 岡山県倉敷市玉島長尾67-13 電話：090-3639-0993 E-Mail: ookumamasa@gmail.com
57	ネットにチャレンジ ●箭田教室	2024/4/17(水)、 5/15(水)、6/12(水)、 7/17(水)、8/14(水)、 9/18(水)、10/16(水)、 11/13(水)、12/11(水)、 2025/1/15(水)、 2/12(水)、3/12(水) 13時～15時 ※原則、毎月第二日曜日の 次にくる水曜日	岡山県倉敷市真備町箭田 1684 電話：086-698-2979	
58	ネットにチャレンジ ●ランチ教室	2024/4/18(木)、 5/16(木)、6/20(木)、 7/18(木)、8/15(木)、 9/19(木)、10/17(木)、 11/21(木)、12/19(木)、 2025/1/16(木)、 2/20(木)、3/20(木) 13時30分～15時 ※原則、毎月第三木曜日	ぶどうの家ランチ 〒710-1312 岡山県倉敷市真備町辻田 197 電話：086-697-5255	
59	木曜クラブ ◆ZOOM雑談会	2024/4/25(木)、 5/23(木)、6/27(木)、 7/25(木)、8/22(木)、 9/26(木)、10/24(木)、 11/28(木)、12/26(木)、 2025/1/23(木)、 2/27(木)、3/27(木) 19時～21時 ※原則、毎月第四木曜日	真備町公民館箭田分館 (集会室) 〒710-1301 岡山県倉敷市真備町箭田 1684 電話：086-698-2979	



得する街のゼミナール in 表町

得する街のゼミナール in 表町（まちゼミ表町）とは、表町商店街エリア一帯の専門店が皆様の生活に役立つちょっとした“知恵”や“コツ”をわかりやすく、楽しく、そして無料（一部、材料費を頂戴する講座もあります）で伝授する少人数制のゼミナールです。

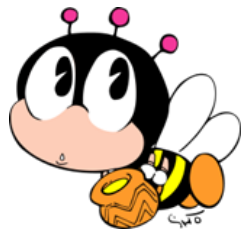
60分程度でわかりやすく、気軽に参加していただけます。

お店からの販売・勧誘は一切ありません。安心して受講してください。

○講座開設場所
岡山市表町商店街エリア一帯

○講座の開設期間（予定）
前期： 4月～ 5月頃
後期： 9月～10月頃

○申し込み方法
受けたいゼミのお店へ直接
お電話でお申し込みください。



詳しくは、表町商店街
WEBサイトへアクセスしてね！
（4月中旬頃
公開予定）

※「オンラインまちゼミ」
もあるよ！



QRコード®



皆様のご参加 心よりお待ちしております

※参加店舗、講座内容が決まり次第、岡山県生涯学習センターのホームページに掲載いたします。

生涯学習大学のしくみ～受講から単位取得まで～

【受講案内】

1

講座情報は
●受講案内
●ぱるネット岡山 でゲット！




2

開設機関へ直接申込みます。
これであなたも受講生！



3

1時間の受講でのびキャンシールが
1枚もらえます！ 

【のびキャンシート】

				
				
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

4

シールが10枚以上集まったら、
シートに貼って事務局へ送ってね。

【生涯学習の集い】



5

シール10枚で1単位を
認定します。単位認定
証書を「生涯学習の集
い」でお渡しします。

【単位認定証書】



学びを生かそう！

(活動例)

地域ボランティア
地域コーディネーター

