



夏休み!
お子さま連れも
OK!

名取市民大学講座

参加
無料



知る・体験する・つながる。

毎日の暮らしに役立つことを、楽しみながら学びませんか?



3講座以上参加
された方に修了証を
授与いたします。

第1回

8月10日(月)
13:00~14:30

会場 ▶ 尚綱学院大学 5D教室

防災避難のあり方と
学校避難所

コード: 26F01



尚綱学院大学
教授 五十嵐 誓

講座概要

近年、地震はもとより、集中豪雨による河川の氾濫、土砂崩れなど居住地近く
の災害の発生が、より心配されるよう
になってきました。総合防災訓練などを
通じて周知が図られてはいますが、避難
所開設にあたって混乱が生じる状況も
あるようです。

そこで、学校に避難する際に留意す
べき点について、ハザードマップや避難所
で実際に使用されている備品や器具を
確認し、マイ・タイムラインシートを作成
することで、みなさんと共に
考えていきたいと思ひます。

対面

第2回

8月10日(月)
14:30~16:00

会場 ▶ 尚綱学院大学 5D教室

自分だけの
防災ボトルをつくろう!
~楽しみながら学ぶ
防災ワークショップ~

コード: 26F02



尚綱学院大学
ボランティアチーム TASKI

講座概要

災害時に役立つ防災グッズを、小さな
ボトルに詰めて「自分だけの防災ボ
トル」を作ります。
ライトやホイッスル、絆創膏、ティッシュ、
筆記用具などの中から、自分に必要な
ものを選びながら、防災について楽し
く学びます。
親子での参加はもちろん、お子さまか
ら大人まで気軽に取り組める体験型
講座です。防災を身近に感じながら、
「もしも」のときに備える第一歩を始
めましょう。

対面

第3回

9月7日(月)
13:00~14:30

会場 ▶ 増田公民館 講義室

世代を超えた楽しい
コミュニケーション
~会話と質問のコツ~

対面 コード: 26F03

オンデマンド コード: 26E03



尚綱学院大学
客員講師 高山 香織

講座概要

地域活動に集まる世代を超えたメン
バー同士のコミュニケーションでは、
「協力して進めたいと思ひていても、お
互いの経験や強みを十分に引き出せ
ない」という声がよく聞かれます。
本講座では、相手の立場や役割を尊重
しながら、楽しく会話を続けるための質
問力や気遣いのコツを学びます。会話
術を学んで、世代を超えたつながりづ
くりや人間関係をグッと良い方向へも
っていきましょう!

対面

オンデマンド

オンデマンドで
受講できます

第4回

9月14日(月)
13:00~14:30

会場 ▶ 増田公民館 講義室

生成AIって何ができるの?
~見て・試して・考える
入門講座~

対面 コード: 26F04

オンデマンド コード: 26E04



尚綱学院大学
准教授 パトリック・カナウェイ

講座概要

テレビや新聞、インターネットで話題の
生成AI。興味はあるけれど難しそうと
感じていませんか。
本講座では、画像や文書の作成を実際
に体験しながら、AIを活用して難しい
資料を読み解く方法も紹介します。
生成AIの便利さを知り、日常生活での
活用方法を一緒に考えてみましょう。

対面

オンデマンド

会場

●第1回・第2回 尚綱学院大学 5D教室
(名取市ゆりが丘4-10-1)

●第3回・第4回 増田公民館 講義室
(名取市増田4丁目7-30)
または オンデマンド

定員/各講座

●対面: 各講座 先着 50人

※第2回「防災ボトルづくり」は先着50組
(1組につき1本作成)

●オンデマンド: 先着 100人

※講座終了後、動画を視聴いただけるURLをメールで
お知らせいたします。

オンデマンド
配信について

- 当日の講座の様子を収録し、後日オンデマンド配信いたします。
- 視聴用URLは準備が整い次第、メールにてお知らせいたします。
- 視聴期間は20日間を予定しています。
- メールアドレスをお持ちの方のみお申込みできます。

受付期間

2026年7月14日(火)~各講座開催日の5日前 午前10時まで

※郵送の場合は締切日必着

※定員に満たない場合は、再募集する場合があります。再募集の場合は大学ホームページにてお知らせいたします。

受講料

●無料(要申込)

※対面・オンデマンドのどちらも
事前申込が必要です。



お申込方法

下記のいずれかの方法でお申込みください。

インターネットでお申込みの場合

右記二次元コードよりアクセスしてください。

お申込みはこちら▶



郵送・FAX・Eメールでお申込みの場合

裏面の申込書に必要事項をご記入のうえ、郵送・FAXまたはEメールでお申込みください。

必要事項

- ①希望講座・受講方法(対面/オンデマンド)
- ②氏名(親子参加の場合、お子様の氏名・年齢)
- ③フリガナ
- ④生年月日
- ⑤年齢
- ⑥性別
- ⑦郵便番号・住所
- ⑧電話番号
- ⑨メールアドレス※
- ⑩職業
- ⑪この講座を何でお知りになりましたか
- ⑫申込理由

※受講案内等をメールでご連絡いたします。お間違ひのないようご記入ください。

- 郵送 / 〒982-0011 仙台市太白区長町5-3-1 尚綱学院大学 長町サテライトプラザ
- FAX / 022-302-6155 (尚綱学院大学 長町サテライトプラザFAX専用番号)
- Eメール / kouza@shokei.ac.jp

お申込手続きについて

- 個人情報適切に扱うため、インターネット・Eメール・FAX・郵送でのみ受講申込みを受付けております。
- 申込受付期間終了後、事務局よりメールでご案内を送りいたします。
- 複数名でお申込みの場合は、この用紙をコピーして個別にお使いください。
- 名取市民以外の方も受講可能です。

その他

- お電話はお問い合わせの場合のみとなります。ご協力をよろしくお願いいたします。
- 受講生以外の参加は固くお断りいたします。
- 実施内容は、状況に応じて変更・中止となる場合があります。

令和8年度

みやぎ県民大学講座

参加
無料

こころとからだの福祉 ～栄養・こころ・つながりの大切さ～

4回シリーズ



尚絅学院大学

令和8年度 宮城県委託事業
なとりまなびパスポート対象事業

本講座は全4回の連続講座です。できるだけ全回ご受講ください。3回以上受講された方には、閉講式にて終了証を授与いたします。

第1回

9月16日(水)
10:30～12:00

尚絅学院大学

講師 成田 まい



こころとからだの性
～多様化する子どもたち～

コード
26F05

からだの性に違和感を持つ子どもたちは、学校生活で様々な困難を抱えがちです。講座では多様化する子どもたちの実態を整理し、「どんなことに困り、どんな配慮が必要か」を学校や地域で支える視点から考えます。

開講式

9月16日(水)
10:00～10:30

第2回

9月16日(水)
13:30～15:30

尚絅学院大学

名誉教授 星 清子



高齢期の生き生き生活を支える栄養学
－食べることは、元気を維持する“毎日の投資”－

コード
26F06

高齢期の生き生きとした生活には「食べる・動く・つながる」が不可欠です。本講座では、運動や社会参加の土台となる身体の健康を維持し、心身の衰え(フレイル)を予防するための食生活と栄養のポイントを学びます。

閉講式

9月17日(木)
15:30～16:00

第3回

9月17日(木)
10:30～12:00

尚絅学院大学

教授 三好 敏之



からだところのつながり

コード
26F07

体の不調は心の不適應に繋がります。だるさや緊張などのストレスサインに気づき、自分で体を緩めていく心理療法「臨床動作法」を実際に体験しながら、心も体もすっきりとリフレッシュさせる機会を提供する講座です。

第4回

9月17日(木)
13:30～15:30

尚絅学院大学

教授 奥山 純子



心のセルフケアの勧め
－「食べること」と「つながり」から考えるこころの健康－

コード
26F08

誰にでも起こりうる心の不調に対し、「食と心」の密接な関係に注目します。国内外の調査結果を紹介しながら、「食事が美味しく感じられない」というサインや「人と一緒に食べること」の大切さを日常の視点から考えます。

会場

尚絅学院大学 多目的ホール
(名取市ゆりが丘4-10-1)

定員

受講料

各回先着50名 無料(要申込)

受付期間

2026年

7月23日(木)～9月10日(木)

※郵送の場合は締切日必着

※実施内容は、中止・変更となる場合がございます。予めご了承ください。

申込方法

インターネットからお申込が
可能な方は右の二次元コードを
読み取ってください。



E-mail : kouza@shokei.ac.jp

FAX : 022-302-6155

の場合は、以下をご記入の上お送りください。

- ①参加希望講座名とコード
- ②氏名(フリガナ) ③性別 ④生年月日
- ⑤郵便番号・住所 ⑥電話番号
- ⑦メールアドレス ⑧職業 ⑨申込理由

キリトリ

尚絅学院大学長町サテライトプラザ 行

講座申込書

記入日 月 日

名取市民大学講座						※申込する講座に○をつけてください					
回数	講座名	コードNo	日程	受講方法	申込						
第1回	防災避難のあり方と学校避難所	26F01	8月10日(月)	対面							
第2回	自分だけの防災ボトルをつくろう! ～楽しみながら学ぶ防災ワークショップ～	26F02	8月10日(月)	対面							
第3回	世代を超えた楽しいコミュニケーション ～会話と質問のコツ～	26F03	9月 7日(月)	対面							
		26E03	－	オンデマンド							
第4回	生成AIって何ができるの? ～見て・試して・考える入門講座～	26F04	9月14日(月)	対面							
		26E04	－	オンデマンド							

みやぎ県民大学講座					※申込する講座に○をつけてください				
回数	講座名	コードNo	日程	申込					
第1回	こころとからだの性 ～多様化する子どもたち～	26F05	9月16日(水)						
第2回	高齢期の生き生き生活を支える栄養学 －食べることは、元気を維持する“毎日の投資”－	26F06	9月16日(水)						
第3回	からだところのつながり	26F07	9月17日(木)						
第4回	心のセルフケアの勧め －「食べること」と「つながり」から考えるこころの健康－	26F08	9月17日(木)						

フリガナ						生年月日	西暦	年	月	日	お子様	フリガナ	
氏名						年齢	歳	性別	男・女・未回答			氏名	
職業						大学生／高校生 中学生／小学生	専業主婦／ 主夫	その他	○で囲んでください			年齢	歳
連絡先	〒					※受講案内等、メールでご連絡いたします。お間違いないようご記入ください。					この講座を 何でお知り になりましたか?		
	住所					メールアドレス ※必須						申込理由	
						電話	(自宅)	(携帯)					

取得した個人情報は、本学の生涯学習講座の業務全般を行うために使用し、それ以外の目的には使用いたしません。個人情報は厳密に取り扱い、適正な個人情報の管理を行います。

尚絅学院大学
生涯学習講座のご案内



詳細は決定次第、
大学HPで
ご案内します。



夏休み科学教室

8月5日(水) 会場：ララガーデン長町

「パスカルの原理でさかなが泳ぐ!
浮沈子を作ろう!」

生涯学習後期講座 | 10月開講

会場：尚絅学院大学

「韓国の言語と文化」(全10回) 「シャーロック・ホームズを読む」(全10回)
「日々を彩る書」(全6回) 「古文書解読入門」(全3回)



お問い合わせ先

尚絅学院大学 長町サテライトプラザ ☎022-302-6145 (受付時間/10:30～17:30)