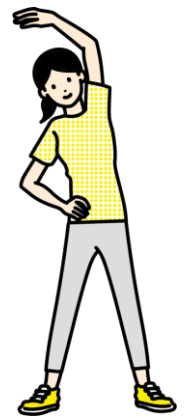
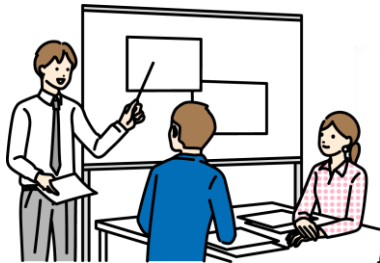


令和6年度 ながのシニアライフアカデミー 学生募集案内

豊かなまちで
豊かな生活を実現するために
シニアライフアカデミーで学びましょう



地域マネジメントコース

現代社会が抱える諸問題の実情を
学び、身近な地域社会において私
たちができることを一緒に考えま
しょう

健康マネジメントコース

ウェルビーイング(身体的・心理的・
社会的に健康で満たされた状態)
の世界を学び、実践する力を養
いましょう



ながのシニアライフアカデミー(通称:NaSLA(ナスラ))のねらい

地域社会活動や健康分野を中心に専門知識を習得し、地域の課題解決につながる実践的なマネジメント力を養います。ナスラでの学びを通じて健康やQOL(生活の質)の向上を生きがいにつなげ、社会で活躍することにより、豊かなまちの実現に貢献できる人材を育成します。講義は2つのコースに分かれて実施します。

地域マネジメントコース

健康マネジメントコース

令和6年度の実施概要

対象者	市内在住のおおむね60歳以上の方
募集定員	各コース:20名(計40名) ※両コースの受講も可能です。
修学期間	令和6年5月～令和7年1月(月1、2回/年10日程度) ※開講式及び初回講義について 日時 令和6年5月21日(火) 午前10時から12時30分まで 会場 長野市ふれあい福祉センター4階
開講日時	平日 午前9時15分から12時30分まで
講義数	各コース:10講義(一部、両コース合同講義もあります。)
受講料	1講義:250円(実習費などは別途) ※受講料は講義ごとにお支払いいただきます。
受講方法	会場で講義を聴講 ※希望者はオンラインツール(Zoom)を利用してリモートで聴講することも可能です。
主な会場	・長野市ふれあい福祉センター (鶴賀緑町1741-5) ・長野市生涯学習センター (鶴賀問御所町1271-3 TOiGO WEST4階) ※講義の内容により、会場が長野県立大学(三輪キャンパス)や信州大学(長野(教育)キャンパス)となることもあります。

令和6年度講義内容の紹介

地域マネジメントコースと健康マネジメントコースの2コースがあります。
学びたいコースをお選びいただけますが、より多くの講義を受講したい場合は、
「両コース」受講をお選びください。

※講義タイトルは変更となる場合があります。

地域マネジメントコース

現代社会が抱える諸問題の実情を学び、身近な地域社会において私たちができることを一緒に考えましょう

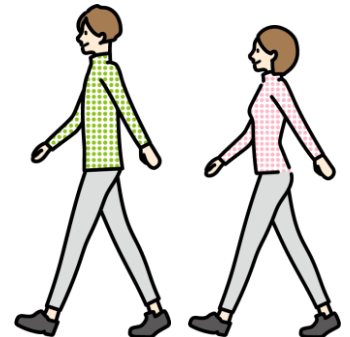
- ・ICT活用論～インターネットでつながろう～①②
- ・地域産業の活性化要因について
- ・社会学で解く現代社会①②
- ・地域資源を活かした自立と連携のまちづくり
- ・国際社会の課題：SDGsの可能性



健康マネジメントコース

ウェルビーイング(身体的・心理的・社会的に健康で満たされた状態)の世界を
学び、日々の生活において実践する力を養いましょう

- ・私のドリームアクションプランを考えよう！
- ・ロコモ(ロコモティブ・シンドローム)予防で健康長寿
- ・糖代謝と栄養補助食品の選び方&運動の必要性
- ・対象喪失:大切な対象を失ったとき
- ・ネガティブな感情とのつきあい方
- ・学生とともに健康・環境川柳をつくろう
- ・一人ひとりの異なる『幸せ』をとらえるヒントとは



共通講義

両コース合同講義となります

- ・世界で進む持続可能社会への動きを知る
- ・ふつうという思い込みに気づく

◆令和6年度講義計画は長野市ホームページに掲載しています。

QRコードを読み込みのうえ、閲覧してください。

<https://www.city.nagano.nagano.jp/n101000/contents/p002394.html>

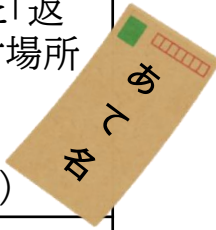
※講師の都合により、講義日程・会場等が変更となる場合があります。

※必ず最新の計画を確認したうえで、受講するようにしてください。



入学申込のお手続きについて

申込方法 (2通り)	①入学願書に必要事項を記入し、84円切手を貼付した「返信用封筒」(郵便番号・住所・氏名を記入)を添えて受付場所へご提出ください。 ②ながの電子申請サービス(長野市)から申込(※参照)
受付期間	令和6年4月1日(月)から令和6年4月19日(金)まで
受付場所	高齢者活躍支援課、各支所、かがやきひろば (老人福祉センター・ふれあい交流ひろば)
入学者の 決定	・申込多数の場合は、抽選により入学者を決定します。 ・入学の可否は、5月上旬に「返信用封筒」にてご通知します。



(※)「ながの電子申請サービス」による申込

「ながの電子申請サービス」による申し込みは、以下のURLにアクセスするか、QRコードを読み込みのうえ、「手続き申込」ページからお申し込みください。

https://apply.e-tumo.jp/city-nagano-nagano-u/offer/offerList_detail?tempSeq=40907



「手続き申込」ページにアクセス後、
利用者登録せずに申し込む方はこちらから、
ページの指示に従って申し込みを完了してください。

様々な分野で活躍されている講師をお招きします！

◆長野県立大学

- ・グローバルマネジメント学部(地域社会学・国際比較経営論・教育工学ほか)
- ・健康発達学部(人体病理学・健康科学)

◆信州大学

- ・教育学部(教育心理学・発達心理学・認知心理学・健康教育ほか)
- ・人文学部(環境社会学)
- ・経法学部(国際関係論)

問い合わせ先

○長野市役所保健福祉部高齢者活躍支援課
〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613番地
電話 026-224-5029
E-mail:kourei@city.nagano.lg.jp

○株式会社アスク
〒381-0037 長野市西和田1-4-13
電話 026-244-1931
E-mail:account@asc-hotpal.co.jp