

三の丸 カレッジ

現代的課題対策講座＋セカンドキャリア講座

「人づくり」「地域づくり」「社会づくり」につながる
学び方は人それぞれ、知りたいこと、やってみたいことからはじめよう！

◎受講方法  = 来所  = オンライン (ZOOM)  = 初心者向け

◎受講会場 水戸生涯学習センター講座室

三の丸カレッジ「現代的課題対策講座」とは？

社会構造の変化や働き方の多様性、そして人生100年時代の到来など、常に“今”がアップデートされている現代社会。この社会のなかでよりよく生き、暮らしていくための新しい知識の吸収や、スキル習得を目指す講座です。

環境・健康 みんなで取り組む生活環境の エコ実践 ～そこから生まれるまちづくり～

省エネ、エコ、経済的生活等々、どうすればよいの？
そうした衣食住を中心とした生活環境の課題や環境改善
への取組についてSDGsの視点をふまえて学びます。
生活を振り返り新たな実践を通して、さらに、豊かな
生活へステップをしていきましょう。

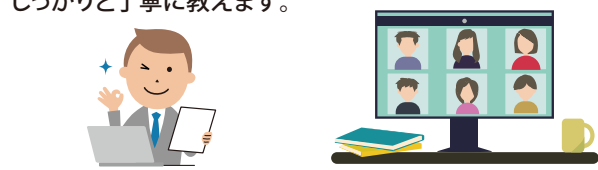


一般 3,000円 定員 40名
受講料 学生 1,000円 時間 13：30～16：00（全4回）

- 第1回 6/10(金) **食品ロス解消への糸口**
講師：茨城大学 教育学部 准教授 石島 恵美子氏
- 第2回 6/17(金) **衣服の再資源化と実践**
講師：特定非営利活動法人 ザ・ピープル
理事長 吉田 恵美子氏
- 第3回 6/24(金) **CO₂削減への住空間の工夫**
講師：茨城県環境管理協会 環境事業部 部長 川島 省二氏
：逆川こどもエコクラブ 代表 小島 幸子氏
- 第4回 7/8(金) **ブラごみの現状と減量への工夫**
講師：株式会社NHKエンタープライズ
エグゼクティブ・プロデューサー 堅達 京子氏

産業・科学・技術 今さら聞けない！ まるわかりZoomの使い方講座

「Zoomを使ったことがない」「Zoomに参加したことはあるけど、使い方がよくわからない」そんな悩みを解決します。
今からでも遅くありません、初期設定からオンライン
会議の開き方まで、Zoomの「今さら聞けない」ことまで、
しっかりと丁寧に教えます。



一般 5,000円 定員 20名
受講料 学生 1,000円 時間 13：30～16：00（全4回）

- 参加に必要なもの ・パソコン・タブレット（Wi-Fi接続機能内蔵・ウェブカメラ付き）
・マイク機能付きのイヤホン
- 第1回 6/11(土) **Zoomを始めよう！～準備編～**
講師：特定非営利活動法人 セカンドリーグ茨城
副理事長 奈良間 英樹氏
- 第2回 6/18(土) **Zoomでミーティング！～実践編～**
講師：特定非営利活動法人 セカンドリーグ茨城
副理事長 奈良間 英樹氏
- 第3回 7/2(土) **Zoomって便利だな！～活用編～**
講師：特定非営利活動法人 セカンドリーグ茨城
副理事長 奈良間 英樹氏
- 第4回 7/9(土) **Zoomでホストになってみよう！～開催編～**
講師：特定非営利活動法人 セカンドリーグ茨城
副理事長 奈良間 英樹氏

社会・教育・福祉 誰ひとり取り残さないために ～インクルーシブ防災学入門講座～

「インクルーシブ防災」とは、災害時に高齢者や障害
のある方を含めて、誰も取り残さず、あらゆる人を受け入
れるという、国連防災世界会議で示された考え方です。
避難と避難生活においての視点を学び、当事者を中
心としたこれからの地域防災を、参加者みんなで一緒に
考えていきます。



一般 3,000円 定員 40名
受講料 学生 1,000円 時間 13：30～16：00（全4回）

- 第1回 7/30(土) **避難編Ⅰ：防災リテラシーを身に付けよう！**
講師：常磐大学 総合政策部 准教授 佐々木 一如氏
- 第2回 8/6(土) **避難編Ⅱ：災害時ケアプランを作成しよう！**
講師：常磐大学 総合政策部 教授 砂金 祐年氏
- 第3回 8/20(土) **避難生活編Ⅰ：避難生活の困難さの要因と支援方法を考えよう！**
講師：常磐大学 総合政策部 教授 砂金 祐年氏
准教授 佐々木 一如氏
- 第4回 8/27(土) **避難生活編Ⅱ：インクルーシブ避難所の意味と取組について考えよう！**
講師：常磐大学 総合政策部 教授 砂金 祐年氏
准教授 佐々木 一如氏

4 産業・技術・科学 今こそはじめよう！ シニア流eスポーツのススメ

「eスポーツ」ってなに？今、年齢や性別に関係なく、
生涯楽しめる「eスポーツ」が注目されています。

認知症やフレイル予防など健康増進効果の実証実験
も始まり、シニアの間でも新たな趣味として人気が高まっ
ています。

本講座では、タブレットを使用したeスポーツ体験を
通して、暮らしを豊かにするeスポーツの可能性を学び
ます。入門者向けの講座なので、タブレットを初めて触
る方でも安心してご参加ください。



一般 5,000円 定員 60歳以上の方 20名
受講料 学生 1,000円 時間 14：00～16：00（全5回）

※1人1台タブレット貸出します。

- 第1回 7/24(日) **eスポーツで脳トレ!!**
講師：株式会社共同通信デジタル
脳トレゲームトレーナー 木村 直寛氏
茨城県立常陸大宮高等学校 教諭 星野 智紀氏
- 第2回 7/31(日) **eスポーツの魅力と教育的効果**
講師：茨城県立常陸大宮高等学校 教諭 星野 智紀氏
- 第3回 8/7(日) **eスポーツを安心・安全に楽しもう！**
講師：茨城県立常陸大宮高等学校 教諭 星野 智紀氏
- 第4回 8/21(日) **eスポーツで暮らしが豊かになる理由**
講師：茨城県立常陸大宮高等学校 教諭 星野 智紀氏
- 第5回 8/28(日) **みんなでeスポーツ大会**
講師：株式会社共同通信デジタル
脳トレゲームトレーナー 木村 直寛氏
茨城県立常陸大宮高等学校 教諭 星野 智紀氏

※高校生ボランティアが参加

三の丸カレッジ「セカンドキャリア講座」とは？

中高年の早期リタイアや定年退職後のキャリア、出産・育児後の女性の社会復帰等、転職や復職、起業に関する講座等を開設します。
キャリア探しのために様々な職業に対する関心を高めたり、第二の人生における職業を考えたりする講座です。

転職・起業 デジタル技術を活用した ビジネス・イノベーションセミナー

「IT」・「AI」・「DX」はビジネスをどう変えるのか。
正解は一つではありません。全5回を通じ、実践事例、
中小企業の取り組み、デジタル技術の使い方、有識
者との交流等、ビジネス変革を推進していくための
知見を獲得する全5回です。



一般 2,000円 定員 35名
受講料 学生 1,000円 時間 13：30～15：30（全5回）

- 第1回 6/5(日) **中小企業向けDXとは**
講師：根本IT経営コンサル代表 根本 博行氏
- 第2回 6/12(日) **DXによって事業を変えた企業の特長と今後**
講師：茨城県よろず支援拠点
チーフコーディネーター 宮田 貞夫氏
- 第3回 7/3(日) **DXの具体例「Googleツール活用とは」**
講師：イーディーエル株式会社
代表取締役 平塚 知真子氏
- 第4回 7/10(日) **多様な業界におけるデジタル変革事例**
講師：ソニーグループ株式会社 コーポレートDX部
ゼネラルマネージャー 平尾 成史氏
- 第5回 7/17(日) **未来に向けて最先端テクノロジーを学ぶ**
講師：NTTコミュニケーションズ株式会社
理事 プラットフォームサービス本部
データプラットフォームサービス部
サービスクリエーション部門 部門長 森信 拓氏

！ 茨城県水戸生涯学習センターでは
新型コロナウイルス感染対策を実施しています。
みなさまのご協力が、安全な講座運営につながります。



▶ 新型コロナウイルス感染症予防のための取り組み

- ・手洗い・手指消毒にご協力ください。
- ・入場時の検温にご協力ください。
- ・受講中はマスクを着用してください。
- ・隣の方との間隔を空けて、ご着席ください。
- ・咳エチケットにご協力ください。
- ・「いばらきアマビエちゃん」への登録をお願いします。
- ・当日体調のすぐれない方は、参加をお控えください。
- ・受付等で列に並ぶ際は、適切な距離を確保できるようご注意ください。