

見上げた空に、ときめいた。

人生にもっと、

新しい感動と出会いを。

集う喜び、学ぶ楽しさ。大人のための大学校。

入 学 の ご 案 内

令和8年度 研修生募集

集まれ!! 60歳以上のアクティブシニア

北九州市立 年長者研修大学校 穴生学舎

北九州市八幡西区鉄竜

## 人生の幸福度を上げる 集いと学びの場

年長者研修大学校 穴生学舎は、  
60歳以上の方々が入学でき、  
生きがいや健康づくり、  
社会参加できる知識や能力を学ぶ場所。  
仲間との集いや学びの輪に加わることで、  
人生の幸福度は増していくはずです。  
ここで身につけたことは、  
きっと誰かを笑顔にしたり、  
なにより、あなた自身の毎日を  
もっと豊かにしてくれます。  
さあ、一緒に新しい感動や出会い、  
発見を楽しみましょう。



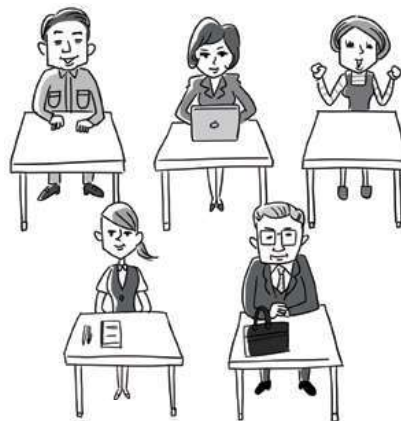
# もう一度、学生時代を謳歌する 大人のためのキャンパス＝「年長者研修大学校」

## 多彩でユニークな受講コース



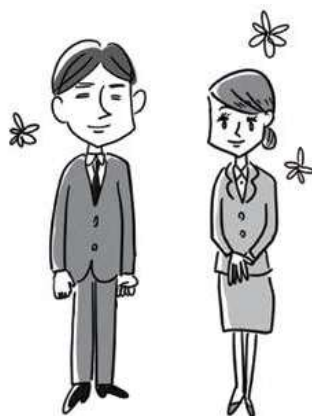
知識や技能習得、心と体の健康、歴史や文化など、多彩でユニークな受講コースをラインナップ。あなたに合った学びが見つかります。

## 仲間との出会い



さまざまな経歴や経験を持つ人たちが集う年長者研修大学校でのキャンパスライフは、新しい仲間との出会いが待っています。

## 専門的な講師陣



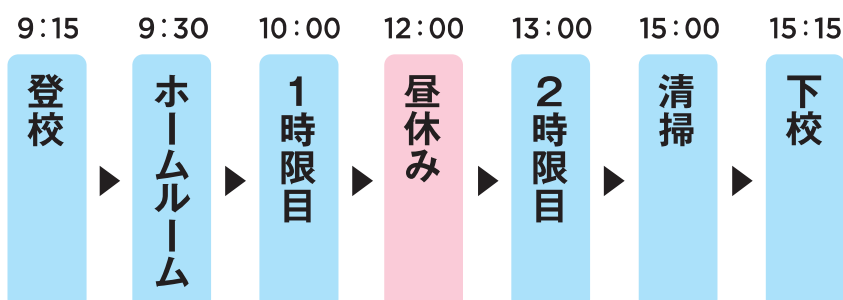
各コースの講師は、専門的な知識を持ったプロフェッショナル揃いです。好奇心や向学心を満足させてくれます。

## 年間行事予定

4月 入学式	5月 歓迎 バスハイク	8月 大学活用型 校外学習
12月 修学旅行	2月 学習成果 発表 (展示のみ)	3月 修了式

年間を通してカルチャーセンターとは違うワクワクする楽しい交流イベントがあります。

## 1日のスケジュール



昼休みには、ロビーコンサートや健康相談、就労相談なども行っています。

## 誰かの「ありがとう」と生きていくために。

令和8年度の穴生学舎の年間コースは、今どきアクティブシニアのニーズをふまえ、健康系・教養系・実技系でトータル15の研修コースを開設します。

コースごとの目標や特徴を活かした多彩なカリキュラムで、地域・ボランティア活動への参加促進や、生きがい・仲間づくりを実践します。

### [研修コース]

月曜日	<b>健康スポーツ</b> <p>おすすめ ▶ 日常的に体を動かしたい方 【運動強度5】 運動理論を学び、ニュースポーツや生涯スポーツ、軽登山などで楽しく体を動かし、体力と筋力アップをめざします。</p> <p>定員 42名</p>
	<b>パソコン入門</b> <p>おすすめ ▶ パソコンを始めたい方 【初心者向け】 パソコンとスマホの基本操作を一から学び、楽しみながらデジタルになじむことで日常生活の利便性を高めます。</p> <p>定員 24名</p> <p>スマホ所有者</p>
	<b>音楽アクティビティ</b> <p>おすすめ ▶ 音楽や楽器に親しみたい方 音楽や楽器の歴史やしぐみなどに触れるとともに、歌や音楽レクリエーションの技能を高めるコツを楽しく学びます。</p> <p>定員 30名</p>
火曜日	<b>健康づくりサポーター</b> <p>おすすめ ▶ 健康の大切さを広めたい方 【運動強度4】 健康づくりの基礎から実践までを楽しく学び、地域の健康づくりに貢献寄与するボランティアの育成をめざします。</p> <p>定員 42名</p>
	<b>実用パソコン</b> <p>おすすめ ▶ スキルを磨いて活躍したい方 【中級者向け】 パソコンができる方を対象に、楽しくスキルアップを行い、シニア就労や資格へのチャレンジなどをめざします。</p> <p>定員 24名</p> <p>スマホ所有者</p>
	<b>世界遺産</b> <p>おすすめ ▶ 歴史や文化に興味がある方 世界遺産の目的や歴史などについて楽しく学び、次の世代に引き継いでいくべきかけがえのないことについて考えます。</p> <p>定員 36名</p>
水曜日	<b>ヨガとストレッチ</b> <p>おすすめ ▶ 姿勢を美しく整えたい方 【運動強度3】 ヨガやストレッチなどを中心に、楽しくリフレッシュしながら、しなやかに心と体のバランスを整える方法を学びます。</p> <p>定員 42名</p>
	<b>地域リーダー</b> <p>おすすめ ▶ 自分の住むまちに関わりたい方 北九州の地域づくりのコトやそれに関わるヒトについて、楽しく和やかに学び、これからの自分にできることを探します。</p> <p>定員 24名</p>
	<b>絵画入門</b> <p>おすすめ ▶ 絵を描く喜びを得たい方 水彩と油彩の基礎知識と技法を楽しく学び、作品づくりを通して彩りのある充実したシニアライフをめざします。</p> <p>定員 30名</p>

年長者研修大学校での  
「学び」

① 自分自身の毎日を豊かにしてくれる。

② 地域や社会とのつながりを持つ。

③ 誰かを助けたり、笑顔にする。

健康であり続けるだけでなく、貢献寿命を伸ばす。

● 健康系コース ● 教養系コース ● 実技コース

木曜日	<b>健康管理</b>	<b>おすすめ ▶ 健康生活を維持したい方</b> 【運動強度2】 体操やウォーキング、栄養改善など、健康生活の基礎となる管理方法を楽しく学び、フレイル予防をめざします。	<b>定員 42名</b>
	<b>北九州観光ナビ</b>	<b>おすすめ ▶ 北九州の魅力を再発見したい方</b> 北九州の観光振興を中心に、歴史・文化、祭り、産業などを楽しく学び、まちの良さを発信するボランティアの育成をめざします。	<b>定員 30名</b>
	<b>グローバル</b>	<b>おすすめ ▶ 英語と異文化に触れたい方</b> 日常英会話の基礎を中心に楽しく学ぶとともに、国際交流を通して様々な習慣や文化の違いなどを体験します。	<b>定員 24名</b>
金曜日	<b>心と身体の健康</b>	<b>おすすめ ▶ 健やかな心身を育みたい方</b> 【運動強度1】 メンタルヘルスや介護予防など、予防を中心として知識を深めることで、マイペースで穏やかに健康長寿をめざします。	<b>定員 42名</b>
	<b>シニアライフデザイン</b>	<b>おすすめ ▶ 色々なジャンルを学びたい方</b> 医療、経済、法律、福祉などの暮らしに役立つ情報や、その人らしくシニアライフを楽しむ方法を幅広く学びます。	<b>定員 36名</b>
	<b>食紀行</b>	<b>おすすめ ▶ 食のルーツを探りたい方</b> 北九州を中心とした食文化や郷土の食材などを楽しく学び、食育や子ども食堂などについても理解を深めます。	<b>定員 36名</b>

# 入学の申し込みについて

## お申込み方法

### WEB申込



年長者研修大学校のホームページからお申込みください。

<https://kitakyu-nenchodai.com>

受付期間▶ 令和8年1月1日(木)～令和8年1月31日(土)

### 申込書提出



入学申込書を穴生学舎に郵送またはご持参ください。

受付期間▶ 令和8年1月5日(月)～令和8年1月30日(金)

- ・持参／受付期間中の平日8:30から17:00まで
- ・郵送／令和8年1月30日(金) 必着

## 入学者の決定について

- 1) 申込者が、各コースの定員を超える場合は、コースごとに抽選します。
- 2) 2月6日(金)に抽選を行い、入学者を決定します。
- 3) 結果は、2月9日(月)以降にメールまたは郵送でお知らせします。

## 1 入学資格

北九州市内に在住し、令和8年4月1日現在60歳以上の方。  
※年間を通して、研修及び行事に積極的に参加でき、学習意欲のある方。

## 2 受講期間

令和8年4月から令和9年3月までの1年間、おおむね週1回の登校。ただし、令和8年度は空調工事休館により、指定登校日が4月及び10月～3月の7ヶ月間となります。  
※工事休館予定／令和8年4月25日(土)～9月27日(日)：休館中は学舎への登校はありません。

## 3 受講料及び納入方法

年間14,000円(上半期2,000円、下半期12,000円の分割納入)  
※北九州市が発行する納付書により、金融機関から納期限までに納付をお願いします。  
※その他、行事に関する経費及び各コースの教材費、資料代が別途必要です。  
※パソコンコースは、パソコン貸出料が別途必要です。パソコンの持込はできません。

## 4 留意事項

- (1) 15コースうち、1コースのみ受講できます。申し込みは、第3希望まで選択可能です。
- (2) 入学申込後は、希望の学舎やコースの変更はできません。
- (3) 申込取消や辞退をした場合は、令和8年度に両学舎へ再度入学することはできません。
- (4) 両学舎に初めて入学する方については、各コースで優先枠を設けています。
- (5) 令和7年度に受講された方は、2年連続の工事休館となるため、令和8年度に限り、令和7年度と同一コースに申し込みをすることができます。

# 北九州市立年長者研修大学校 穴生学舎 令和8年度入学申込書

フリガナ			性別	男 ・ 女	生年月日 年齢	西暦 19 年 月 日 2026年4月1日現在 (令和8年)
氏名	姓	名				
住所	(〒 - ) 北九州市 区					
電話番号	自宅	-		携帯	- -	
メールアドレス 抽選結果のお知らせに使用します。						
希望するコース	第1希望	( 曜日)				コース
	第2希望	※第2希望がない場合は×を記入してください。 ( 曜日)				コース
	第3希望	※第3希望がない場合は×を記入してください。 ( 曜日)				コース
年間コースの受講歴			有 ・ 無			
前項で有の方は 令和7年度の受講コースを ご記入ください。			(周望学舎 ・ 穴生学舎)			コース
研修生募集をどちらでお知りになりましたか。(複数回答可)						
・ 市政だより ・ 市社協・区社協だより ・ 年長者研修大学校(ホームページ含) ・ 友人・知人の紹介 ・ 市民センター ・ その他公共施設 ・ その他 ( )						
初めて入学する方にお尋ねします。令和7年度の在籍者で紹介者がいる場合は、1名のみご記入ください。						
(周望学舎 ・ 穴生学舎)		コース			氏名	
全員にお尋ねします。受講時の希望があればご記入ください。(例：耳が聞こえにくいので席は前方がよい)						

・記載された個人情報、入学の抽選事務や研修情報の提供以外の目的には使用しません。

## 【事務局記入欄】

受付No.	受付 ( / )	<input type="checkbox"/> 新人 <input type="checkbox"/> 経験者
	入力 ( / )	

## 初めて穴生学舎に入学をされる方へのご案内



### オープンキャンパス！「見学週間」

令和8年1月19日（月）～1月30日（金） 10:00～15:00

希望する年間コースの授業の様子をいくつでも見学できます。  
実施曜日は、本紙3～4Pと同じです。お気軽にお越しください。

### お試し入学！「一日体験」 心と身体の健康コース

令和8年1月23日（金） 9:30～15:00

要電話予約

●AM／睡眠と健康

093-645-6688

●PM／免疫力や巡りをよくする癒しのマッサージ

<体験無料>

まずは、一日体験入学をしてみませんか？ 登校日の一日の流れがわかります。

## お知らせ

### 令和7年度「穴生学舎 大学祭」

令和8年3月6日（金）～3月7日（土）  
10:00～15:00

年間コースの研修生及び修了生の学習成果の展示・発表会を行います。そのほか、研修生が企画した体験コーナーや飲食販売などもある楽しいイベントです。



### 令和8年度「穴生学舎 入学式」

令和8年4月10日（金） 14:00～16:00  
場所／J:COM北九州芸術劇場

入学式は、名誉学長の北九州市長をお迎えして周望学舎と穴生学舎の合同で行います。式典と記念講演会を予定しています。



## あのお 穴生学舎



地図はこちら →



〒806-0058 八幡西区鉄竜1丁目5-1

TEL.093-645-6688 FAX.093-645-6661

Eメール anoo@kitaq-shakyo.or.jp



▶ JR黒崎駅から →



▶ 西鉄バス82番で穴生ドームバス停  
下車・徒歩0分

▶ 西鉄バス57番で穴生ドーム南口バス停  
下車・徒歩7分



▶ 筑豊電鉄・穴生電停から徒歩15分



▶ マイカー利用 P 駐車場あり

■入学に関するお問合せ  
平日 8:30～17:00  
(土日祝除く)



■ホームページ

<https://kitakyu-nenchodai.com>

©ANOOGAKUSHAAANDANODOME

北九州市立 年長者研修大学校 穴生学舎

指定管理者：社会福祉法人 北九州市社会福祉協議会