

60才からの  
学び!!

令和5年度  
周望学舎・穴生学舎  
入学案内

# 研修生募集



周望学舎



穴生学舎

シニアの方のいきいきライフを応援する場  
新しい自分探ししてみましょう

周望学舎・穴生学舎で、生きがい・健康・仲間づくりや  
社会参加の方法を楽しく学んでみませんか。

※両学舎では新型コロナウイルス感染症対策に取り組んでいます。

北九州市立年長者研修大学校

(指定管理者) 北九州シニアネットワークアカデミー共同事業体

▼スマホ用QRコード



年長者研修大学校  
トップページを表示

# 周望学舎の研修コース

## 一般コース(教養系)

## 一般コース(健康系)

## 実技コース

※研修内容は講師の都合等により変更になることがあります。

※健康系のコースは運動強度を人で表しています。(人高、人中、人低)

全コース、「共通科目」として、地域ボランティア活動、レクリエーション、社会見学などがあります。

## 歴史に学ぶコース

郷土に関わりの深い歴史探訪と日本の文化のルーツを探り、歴史の裏話や先人の知恵を学びます。

定員40名

- ・歴史になにを学ぶか
- ・旧石器・縄文の人びと
- ・戦国の女性の生き方
- ・古典芸能講座
- ・北九州市の歴史

## やさしいヨガと脳トレコース(人)

ヨガを継続して実践し、さまざまな脳トレーニングを体験することで、しなやかな身体と心をつくります。

定員36名

- ・ヨガポーズ①～⑩・顔ヨガ・葉膳茶できれいに
- ・脳のしくみと認知機能
- ・ヨガ的ごはん～マクロビオティック～
- ・脳がよろこぶシナブロジー
- ・ゲームで脳トレ

## 写真入門コース(デジタルカメラ)

野外撮影等を通じて、デジタルカメラの取り扱いや撮影技術を習得します。

定員32名

- ・撮影の基礎知識
- ・風景と花の写真
- ・ネイチャーフォト
- ・スナップ・ポートレート
- ・野外撮影

## ふるさとの文化コース

郷土史を中心に、地域にまつわる歴史や文化を学び、趣味や教養を身につけます。

定員40名

- ・三大祇園シリーズ・トイレの歴史とTOTO
- ・門司港おひな様めぐり
- ・故郷の宝を活かしたまちづくり
- ・小倉藩葡萄酒事情
- ・郷土の伝統文化・小倉織

## 健康づくりサポーターコース(人)

健康づくりの基礎から実践までを学び、自らの健康づくりに加え、地域の健康づくりに役立てます。

定員40名

- ・ウォーキング
- ・筋力アップ・アダプティッドスポーツ
- ・介護予防体操(てんとう虫体操)
- ・ニュースポーツ・脳トレ
- ・健康づくり企画・演習

## 花と野菜づくりコース

園芸の知識を学び、花づくりや野菜づくりに親しむことができます。

定員28名

- ・花・野菜・土づくりの基礎
- ・手軽で楽しい挿し木について
- ・花・野菜の種まき・野菜の収穫
- ・花苗の栽培について・病害虫と防除
- ・コンパニオンプランツの概要について

## 受講生の声

## 貯金より貯筋

## 健康づくりサポーターコース 玉男木浩治

周望学舎の健康・スポーツ系の一つである、このコースは主に体育館でのトレーニングやニュースポーツと研修室での健康に関する講座がメインのカリキュラムです。今年は新型コロナウイルスの影響で中断していたスポーツ大会・大学祭・修学旅行が3年振りに実施されクラス一致団結して楽しみました。

これから的人生百年時代、長い期間をより充実したものにする為には健康で生涯にわたる学習が尚一層大事になると思います。その為には筋力をアップさせ姿勢を保つ事。筋肉は裏切らない。なんて事も学びます。



## 暮らしと環境コース

日々の暮らしが環境に与える影響や身近な環境問題について考えます。  
環境首都北九州の先進的な施設の見学や独自の取り組みなどについても学びます。

定員30名

- ・北九州市、公害克服から「環境モデル都市」・「SDGs未来都市」へ・みんなで取組む3R
- ・軽くできる家庭生ごみの減量化
- ・北九州環境首都検定(12月中旬)に挑戦

## 体力増進コース(人)

楽しく体を動かして筋力や持久力を高めます。また、屋外活動やレクリエーションなどにより心と身体のリフレッシュも行います。

定員40名

- ・軽登山・ウォーキング・バスハイク
- ・グラントゴルフ・音楽で脳トレ
- ・ニュースポーツ・筋力トレーニング
- ・大学生とまちあるき・ストレッチで柔軟性アップ
- ・ヨガでリラックス 最初と最後に体力測定
- ・有酸素運動・ストレッチ体操 etc

## 歌って健幸コース

音楽レクリエーションを通して、自らの健康・健口・健幸を学び、心身のリフレッシュとボランティア活動に繋げて行くことを目指します。

定員30名

- ・イキイキ発声法・音楽の基礎知識
- ・手作り楽器・錫太鼓
- ・カップダンスにボディパーカッション
- ・健幸ソングでめざそう「ウェル・ビーイング」
- ・ボランティア活動(オンライン訪問)の企画実践

## 地域ふれあいコース

コミュニケーション技術を磨き、仲間づくりやボランティア活動など、地域で活躍するシニアを目指します。

定員34名

- ・コミュニケーション技術を磨く
- ・地域で役立つ音楽レクリエーション
- ・いろいろなボランティアを知る
- ・普段の暮らしのしあわせ探し
- ・地域「参画」の楽しさ発見
- ・オンラインで話そう(Zoom)

## 脳の活性化とウェルネスコース

心、目、脳機能、健康等の講義と、教室で座ってできるトレーニングを通して、脳の認知機能や視覚機能の向上を図ります。

定員40名

- ・目と耳からの情報で認知症を防止
- ・脳を鍛えて脳の力を最大限発揮
- ・心の持ち方で良いホルモンを出そう
- ・自律機能を整える・眼球運動
- ・プラスのイメージの効果

## 健康管理コース(人)

食生活や筋力の維持など健康管理に関して基礎知識を学びます。また、楽しく体を動かして体力づくりを目指すとともに、体のケアの方法も学びます。

定員40名

- ・ニュースポーツ・目の健康管理
- ・ひまわり太極拳・エアロビクスで体力づくり
- ・心の健康講座・終活のすすめ
- ・身体のリセット(ヨガ入門)
- ・歯科治療最前線・薬の話し

## 生活情報コース

現代社会の中での暮らし方を学び、シニアライフを心豊かに過ごすための知識を身につけます。

定員40名

- ・色彩の上手なとりいれ術を学ぶ
- ・脳の活性化を学ぶ・災害に役立つ知恵
- ・楽しく音楽タイム・相続について学ぶ
- ・元気なうちに備える安心ノート

## 心と身体の健康コース(人)

運動機能の向上や介護予防に関する知識や技能を習得するとともに、心と身体のリフレッシュを行います。

定員40名

- ・笑って健康
- ・メンタルヘルス
- ・アロマの楽しみ方
- ・椅子に座ってエアロビクス
- ・セルフ腸セラピー

## 書道入門コース

書道の基礎技術を学び、文字についての知識習得や書く喜びを知ることができます。

定員26名

- ・書を学ぶ心構え
- ・筆の持ち方・姿勢・運筆
- ・基本点画・永字八法
- ・楷書・行書・草書・隸書
- ・実用文・百人一首・俳句・写経

## 受講生の声

## 受講生の声

## 脳を刺激して楽しく若返ろう! 脳の活性化とウェルネスコース 江副伸久

高齢化社会が進み平均寿命が伸びる中、待ち望んだ新コース誕生で、応募者が殺到した魅力あるコースです。

授業は、座学と脳トレが半々で講義では、脳に関する知識「仕組み、働き、心と身体への影響等」がメインで、脳が心と人体の司令塔であることなどが学べます。

脳トレでは、椅子に座ってのトレーニングで脳と五感・手指の連携動作で脳に頑張れスイッチが入り、ついつい夢中となり過ぎて皆さんの口ポット的な動きやらで笑いが出るなか修行が終わると何故か体がふんわりと軽くなったような感じがします。

皆さん「ボケたらアカン」予防対策には是非ともお薦めのコースです。



# 穴生学舎の 研修コース

## 一般コース(教養系)

## 一般コース(健康系)

## 実技コース

※研修内容は講師の都合等により変更になることがあります。  
※健康系のコースは運動強度を人で表しています。(人高、人中、人低)

全コース、「共通科目」として、地域ボランティア活動、レクリエーション、社会見学などがあります。

## 文化伝承コース

日本の伝統的な文化・生活などを学び体験します。  
世代間の交流などを通じて次世代への文化の伝承を考えます。

定員36名

- ・布ぞうり作成
- ・オノマトペ
- ・宗像大社参拝
- ・藍染め
- ・水引きづくり
- ・幼稚園児と交流
- ・ちぎり絵
- ・お灸セルフケア

## 心と身体の健康コース(人)

音楽、心理学、気功、ヨガを通して、自らの心と身体の健康についても理解を深めます。

定員38名

- ・腰、膝、肩の痛みを予防する
- ・やさしい気功
- ・心理学を学ぼう
- ・リズム音楽で脳トレと健康
- ・歯ミガキで健康

## 写真入門コース(デジタルカメラ)

初心者を対象に野外撮影等を通じて、デジタルカメラの取り扱いや撮影技術を習得します。

定員26名

- ・デジタルカメラの基礎
- ・野外撮影
- ・季節ごとの写し方
- (風景・花・ポートレート・夜景など)

## 歴史に学ぶコース

古代から近代の郷土史まで幅広い年代を歴史探訪します。  
また、実際に史跡を訪れる予定です。

定員36名

- ・日本の歴史・郷土史を学ぶ
- ・大河ドラマの時代背景
- ・史跡めぐり

## 健康づくりサポーターコース(人)

健康づくりの基礎から実践までを座学と実技を通して学び、自らの健康・体力づくりとともに地域の健康づくりに役立てます。

定員38名

- ・メンタルヘルス
- ・ニュースポーツ
- ・音楽で人生をよりイキイキ
- ・健康登山
- ・座ってできる健康体操
- ・日常生活における健康づくり
- ・セルフリンパケア

## 実用書道コース

書道の基礎知識を学び、ペン習字や毛筆による実用書の知識を習得、書く喜びを知ることができます。

定員26名

- ・書道の基礎知識
- ・日常的に使う漢字とかな
- ・年賀状・あいさつ文の書き方

## 受講生の声

心も身体も熱く変身だー?

ストレッチと脳トレコース 光井敏博

年間講義の約65%がストレッチで、日頃扱わない手足の裏・指の反り返し・ふくらはぎ、内腿、首筋・肩甲骨などの屈伸、筋肉の柔軟性を促す体操が毎回あり、血行が促進されて身体の隅々まで、若返った快感が得られる。女性講師は親切丁寧で、音楽・ゲーム等で楽しむ時間が待ち遠しい。「陰陽道・五臓六腑→医食同源・食養生・経絡時計」などの講義は、生活習慣に役立つ。

好奇心を持続すれば、思考力・記憶力は保持できるというが、加齢で物忘れが多いとか、記憶力減退などの不安を緩和する脳トレor脳活の分かりやすい講義の新設が急務である。

結論・「習ったことの日々実践が大切」



## 郷土のなりたちコース

北九州市の歴史や文化、日本の近代化を支えた石炭産業の興隆や製鉄所の誘致設立など、まち歩きも交えて、わが郷土の産業・文化の成り立ちを学びます。

定員36名

- ・都市変遷のストーリーと近現代建築
- ・日本の近代化を支えた北九州のものづくり
- ・筑前六端域
- ・いかにして環境都市へとなっていたか

## ストレッチと脳トレコース(人)

病気にならない未病予防の養生法を学び、ストレッチや脳トレを通じて脳とからだをリフレッシュします。

定員38名

- ・四季に応じた養生法
- ・経絡・ツボ・ストレッチ
- ・シナブソロジーチャレンジ
- ・ボディバーカッショント
- ・ボールやタオルを使って楽しもう

## 絵画入門コース

絵画の基礎知識を学び、作品の制作を行います。

定員26名

- ・水彩画・油彩画の基礎知識とさまざまな技法
- ・絵はがき制作
- ・巨匠の作品模写

## 地域ふれあいコース

午前中は「地域ふれあい講座」、午後は「脳・声・手・足・身体を動かし、健康寿命づくりを実践」、勿論、校外学習も入れ、地域を見学・学習します。

定員36名

- ・地域ふれあいコミュニティづくりをしよう
- ・老人ホームに入らなくて済む方法を学ぼう
- ・地域の歴史上の人物を学ぼう
- ・音楽・響感体操・筆ペン文字アート&パステル画で、脳と身体の健康維持しよう

## 健康管理コース(人)

食生活や筋力の維持など健康管理に関する基礎知識を学びます。  
また、楽しく体を動かして体力づくりを目指します。

定員38名

- ・ニュースポーツ
- ・健康体力づくり
- ・介護予防体操
- ・暮らしに役立つ食品表示
- ・エアロビクス
- ・健康管理と食生活

## やさしい英会話コース

実際の会話を、リズムの良いやり取りが続くように学びます。一つのフレーズから応用を効かせたバリエーション豊かな表現を学びます。

定員30名

- ・日常のいろんな場面での会話
- ・レストランで、道案内で、部屋の中で
- ・気軽に楽しく、まずは話してみましょう

## シニアライフデザインコース

年長者の暮らし方を学び、楽しく元気に過ごすための知識を身につけます。

定員36名

- ・暮らしと法律基礎知識
- 事例による暮らし方
- ・財産承継(相続・遺言の基礎知識)
- ・食と健康(発酵食品・カロリーとダイエット)
- ・やさしい経済
- ・医療と介護

## 世界遺産と歴史コース

行って観たい!知りたい!世界の史跡や文化。後世に伝える荘厳な建物(遺跡)や美しい歴史的景観、その歴史を学びます。

定員36名

- ・イギリス湖水地方の世界遺産と歴史
- ・フランスのモンサンミッシェルとその湾
- ・アメリカ東海岸の世界遺産と歴史
- ・中国の世界遺産と歴史

## 健康スポーツコース(人)

ニュースポーツの実践を中心として、楽しく健康づくり・体力づくりに取り組みます。(運動のできる方が対象)

定員38名

- ・ハワイアン・フラ
- ・タイ古式マッサージ
- ・ストレッチ
- ・誰にでもできる護身術
- ・豊かな心と身体のつくり方
- ・山歩き
- ・ニュースポーツ

## 受講生の声

人生100年時代

地域ふれあいコース 村上俊彦

“人生100年時代”、残りの人生、あなたなら何をしますか?  
心当たりのある方は、必見です。

地域ふれあいコースでは、午前中は、「地域活動・福祉」「健康・環境」「災害・防災」及び「目からウロコの笑顔あふれるまちづくり」など、誰もが住み慣れた地域で、安心・安全に生き生きと暮らせるまちづくりを実現していくためのノウハウを学びます。

そして午後は、「筆文字アート」「音楽療法」「響感体操」「昭和歌謡」「校外学習」等、脳と身体を動かし、健康を保つための、様々なカリキュラムが取り組まれており、楽しく、心地よく、とても有意義な講座を体感することができます。

あなたも、「地域ふれあいコース」で、今後の人生設計を左右するような興味深々の日々を送ってみませんか!



# 年長者研修大学校ってどんなところ?

周望学舎・穴生学舎は、シニアの方のいきいきライフを応援する場です。

昔なつかしく、でも、今改めて新鮮なスクール形式の研修を通じて、カルチャーセンターとは違った生きがい・健康・仲間づくりや社会参加の方法などを学んでみませんか。

各コースとも、あなたの好奇心や向学心を満足させる専門講師が揃っています。

## では、年長者研修大学校での生活の流れを見てみましょう!

### 学舎の一日

9:15 登校

9:30 ホームルーム

10:00 1時限目

12:00 昼休み

13:00 2時限目

15:00 清掃

15:15 下校

### 学舎の主な行事

4月 入学式・オリエンテーション

5月 スポーツ大会

6月 スポーツ大会

7月 スポーツ大会

8月 修了式

9月 大学祭

11月 修学旅行

12月 修学旅行

1月 修学旅行

2月 修了式

3月 修学旅行



## よくあるご質問にお答えします。

### Q 年間の研修はどうになっていますか?

A 全コース受けていただく「共通科目」とコース独自の「専門科目」で構成されています。「共通科目」では、地域ボランティア活動、レクリエーション、社会見学などがあります。

### Q スポーツ大会、大学祭、修学旅行などの行事はすべて参加しなければなりませんか?

A 周望学舎・穴生学舎は、カルチャーセンターとは異なり、行事も含めた研修を行っています。とても楽しい行事ばかりです。授業の一環としてすべての行事に参加していただいている。

### Q 研修の様子を知りたいのですが?

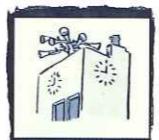
A 両学舎のホームページ内にある職員ブログで「穴生学舎 つれづれ日記」で研修やイベントの様子を紹介しています。「周望の丘から」または「穴生学舎つれづれ日記」で検索してください。

### Q 自家用車で通学することはできますか?

A 両学舎とも自家用車で通学することはできますが、登録制となっています。但し、台数に制限がある為、登録できない場合もあります。(周望学舎)また、周望学舎ではJR西小倉駅から無料のスクールバスを運行しています。(時刻表:裏表紙)

### Q 実技を1年間で修得できますか?

A 実技コース修了後、2年間学べる研究クラブに進むことができます。(定員制です)



# 年長者研修大学校への申込み

## 応募概要

### ①応募資格

北九州市内に在住し、令和5年4月1日現在、60歳以上の方

※1年間を通して研修(講義・健康づくり活動・校外学習等)及び学校行事に原則として介助を必要とせず、積極的に学習する意欲のある方

### ②研修期間と研修時間

令和5年4月~令和6年3月までの1年間、おおむね週1回の登校  
研修時間9:30~15:00(ホームルーム、休憩時間を含みます)

### ③受講料及び納入方法

受講料 年間24,000円(半期に12,000円ずつの分割納入です)  
行事に関する経費及び各コースの教材費等は別途必要です。

## 応募上の注意

①応募は周望学舎・穴生学舎のいずれか**1校のみ**です。

15コースのうち1つを選んでください。

②周望学舎・穴生学舎で**一度も受講したことのない方の優先枠**があります。

③**入学申込後**は、希望のコースなどの**変更はできません**。また、入学申込の取消や入学を辞退した場合は、今年度の周望・穴生両学舎のコース(欠員募集を含む)に再度応募することはできません。ご了承ください。よくご確認の上、お申し込みいただきますようお願いします。

④令和3年度~令和4年度に受講経験のあるコースにはご応募いただけません。ただし、令和3年度以降の入学者でその年度の12月末までに中途退学された方は同一コースにご応募いただけます。

**令和2年度**以前に受講したことのあるコースには再応募できます。

また、名称は違っても、同じものとして取り扱うコースがありますので、以下の表をご参照ください。

	令和5年度コース	同一とみなすコース(令和3年度以降)
一般	ふるさとの文化(周望)	文化伝承(穴生)
	文化伝承(穴生)	ふるさとの文化(周望)
	シニアライフデザイン(穴生)	生活情報(周望)
	生活情報(周望)	シニアライフデザイン(穴生)
実技	書道入門(周望)	実用書道(穴生)
	実用書道(穴生)	書道入門(周望)

各コースの内容につきましては、それぞれの学舎にお問い合わせください。



## 手順2-4

### パソコン入力画面

パソコン入力画面

スマートフォン入力画面

第1希望  
【一般】歴史に学ぶコース

第2希望  
【一般】ストレッチと脳トレ

個人情報の取扱いについて同意します。  
【個人情報の取扱いについて】  
<https://www.kitaq-shakyo.or.jp/index.php?id=98>

個人情報の取扱いについて同意します。  
【個人情報の取扱いについて】  
<https://www.kitaq-shakyo.or.jp/index.php?id=98>

送信する

送信する

※すべての項目の入力が終わりましたら、入力内容をよく確認のうえ、「送信する」ボタンを押してください。

注：送信後のコース変更はできません。



## エラーのとき

### パソコン入力画面

パソコン入力画面

令和5年度 研修生募集 抽選申込専用フォーム

入力エラー  
入力エラーがあったため送信できませんでした。  
入力項目ごとのエラー内容を確認してください。

姓  
名  
かな氏  
かな名  
生年月日  
郵便番号  
ご住所  
電話番号(自宅)  
電話番号(携帯)  
メールアドレス  
当選権認用ニックネーム  
携帯受講履歴(申告)

入力エラー  
入力エラーがあったため送信できませんでした。  
入力項目ごとのエラー内容を確認してください。

性別  
郵便番号  
ご住所  
電話番号(自宅)  
電話番号(携帯)  
メールアドレス  
当選権認用ニックネーム  
携帯受講履歴(申告)

送信する

送信する

※入力されていない項目があるときや入力内容が不適切なときは「入力エラー」画面が表示されます。入力項目を確認し、訂正のうえ、再度「送信する」ボタンを押してください。



## お申込完了

### パソコン入力画面

スマートフォン入力画面

スマートフォン入力画面

送信完了

研修募集お申し込みを受け付けました。  
ご入力いただいたアドレス宛に、確認メールが届きますのでご確認ください。  
なお合否の結果は3月10日までにメールでご連絡いたします。

※30分経ってもメールが届かない場合、穴生学会（TEL: 645-6688）までご連絡ください。

送信完了

伊藤泰史お申し込みを受け付けました。  
ご入力いただいたアドレス宛に、確認メールが届きますのでご確認ください。  
なお合否の結果は3月10日までにメールでご連絡いたします。

30分経ってもメールが届かない場合は、穴生学会（TEL: 645-6688）までご連絡ください。

※「送信完了」の画面が表示されたら、お申し込み完了です。お疲れさまでした。  
注：送信後のコース変更はできません。



## 確認メール送信

受信メール画面

山田 太郎様

以下の内容で抽選受付を行いました。

生年月日 : 1960/10/29  
性別 : 男性  
郵便番号 : 802-0971  
ご住所 : 守恒本町 1-4-12-201  
電話番号(自宅) : 0939647777  
電話番号(携帯) : 08017941794

第1希望: 【一般】歴史に学ぶコース  
第2希望: 【一般】ストレッチと脳トレ

当選者の発表まで、しばらくお待ちください。

※お申し込み完了後に確認メールを送信します。お申込みいただいた内容の控えになりますので、受講の可否が確定するまで削除されないようお願いします。

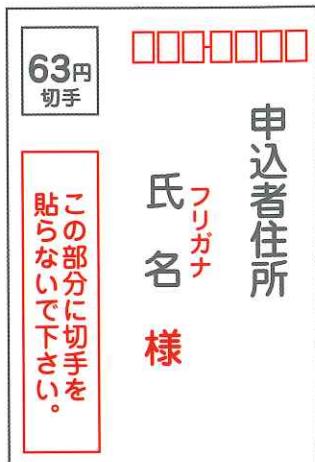
## 【その他】

- お申し込み後の希望コースの一切の変更・修正はお受けできません。受講をキャンセルしたいときは、一度、受講が確定したのち、ご辞退ください。
- 定員を超える場合は抽選となります。合・否の結果は3月9日（木）までに入力いただいたメールアドレスに送信いたします。
- 令和3年度または4年度に受講経験のあるコースには応募できません（6ページをご参照ください。）。

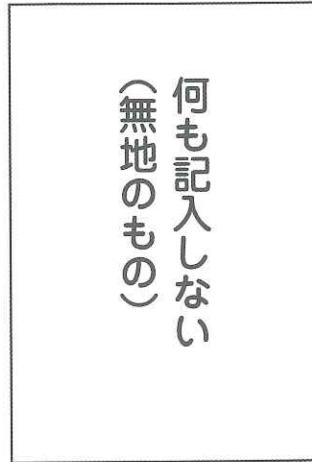
※入力された個人情報は、入学の抽選事務や研修情報の提供以外の目的には使用しません。

## 応募方法2 (入学申込書での申込)

- ①次ページの**入学申込書**に必要事項を記入してください。※消せるボールペンは不可
- ②**無地の郵便ハガキ**に、住所・氏名・郵便番号を記入してください。  
(抽選結果のお知らせに使用しますので、ご自宅に届くよう正確に記入してください)



<表>



<裏>

- ③①**入学申込書**と②**郵便ハガキ**の2点を、希望する学舎に郵送もしくはご持参ください。
- ④応募の受付は、**令和5年1月16日(月)～令和5年2月17日(金)** です。  
(持参する場合は、2月17日(金)の17時までに、郵送の場合は同日の消印有効)  
(土・日・祝日は閉館)

## 選考方法

- ①各コースとも男女同数を原則として申込者が定員を超える場合は、抽選となります。
- ②周望学舎・穴生学舎で**一度も受講したことのない方の優先枠**があります。
- ③抽選は抽選システムを使用して行います。※公開抽選は行いません。  
抽選は、令和5年3月7日(火)に実施いたします。
- ④抽選結果は、抽選の翌日以降、オンラインによる応募の方には**メール**にてお知らせします。入学申込書にて応募の方には、申込時にお預かりした**郵便ハガキ**にてお知らせします。

### 入学申込書送付先及び問い合わせ先

しゅうぼう がくしゃ

#### 周望学舎

〒803-0852 小倉北区新高田二丁目29-1  
TEL 093-591-2626

あのお がくしゃ

#### 穴生学舎

〒806-0058 八幡西区鉄竜一丁目5-1  
TEL 093-645-6688

\* この太枠欄には記入しないでください。

<input type="checkbox"/> 新人	<input type="checkbox"/> 男性
<input type="checkbox"/> 経験者	<input type="checkbox"/> 女性

# 入学申込書

令和5年 月 日

(令和5年4月1日現在で、満60歳以上の人)

フリガナ 氏名	姓	名	性別	男 ・ 女	生年 月日	T S	年 月 日	歳
住 所	(〒 - ) 北九州市 区 自宅TEL ( - ) 携帯TEL ( - - )							

これまでに、学舎のコース受講経験はありますか。 有 · 無

希望校を○で囲ってください。 **周望学舎** · **穴生学舎**

希望する コース	希望コース名			曜 日
	第1希望	コース		
	第2希望	コース		
(※第2希望がない場合は×を記入してください)				

令和3年度～令和4年度までの受講経験があれば、下にご記入ください。

令和2年度 (2020年度)	コース (周望・穴生)	令和4年度 (2022年度)	コース (周望・穴生)
令和3年度 (2021年度)	コース (周望・穴生)		

受講時の要望があれば教えてください。(例:耳が聞こえにくいので席を前にして欲しい)

研修生募集を何で知りましたか?(あてはまるものを○で囲ってください。複数回答可)

市政だより · 市社協だより · ホームページ · 友人の紹介

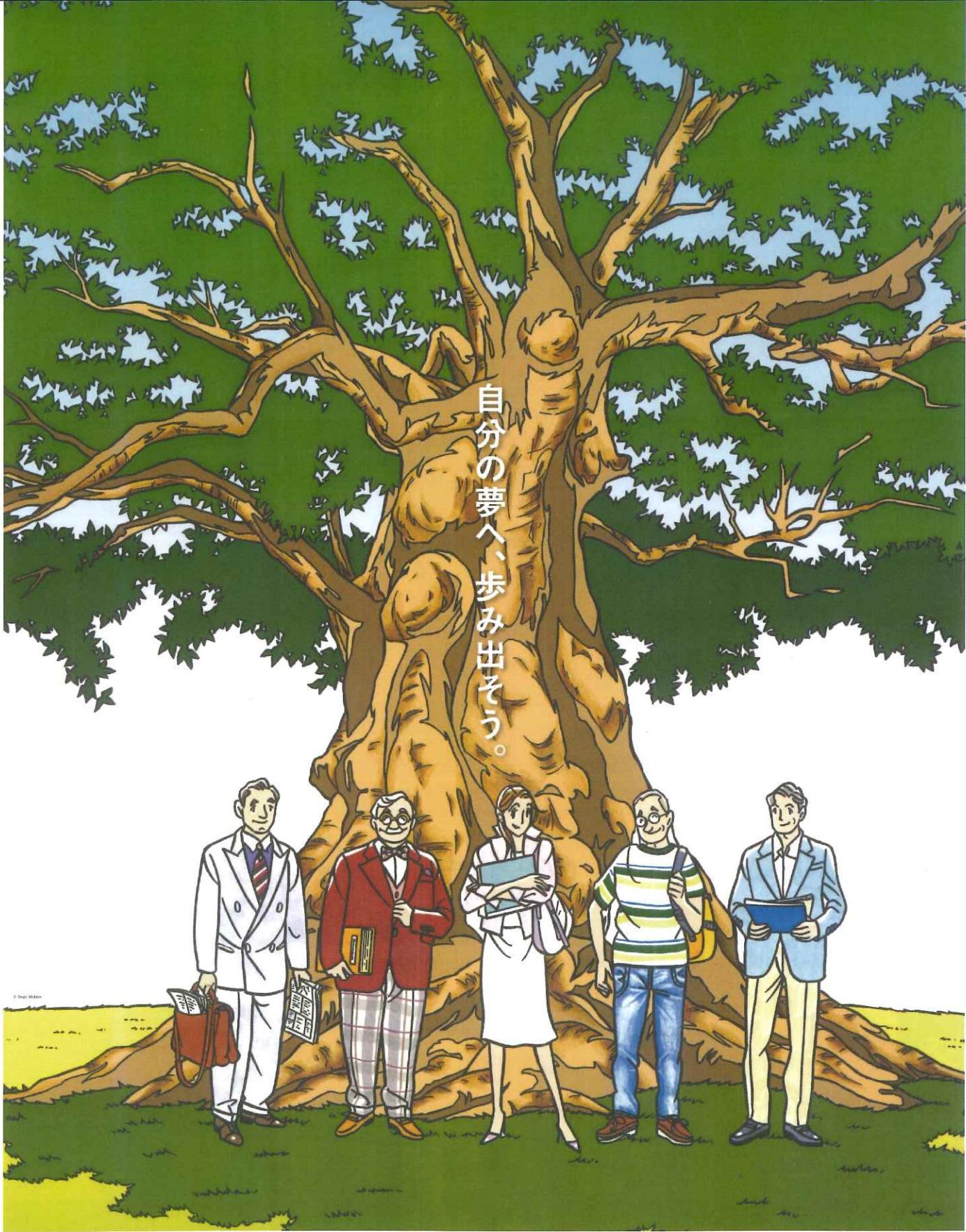
周望学舎または穴生学舎 · その他 ( )

\* 提出後の希望コースの一切の変更・修正はお受けできません。

\* 住所・氏名・郵便番号を記入した無地の郵便ハガキを必ず添付して提出してください。

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

\* 短期講座は受講経験には含みません。



# 生涯現役夢追塾第18期生募集



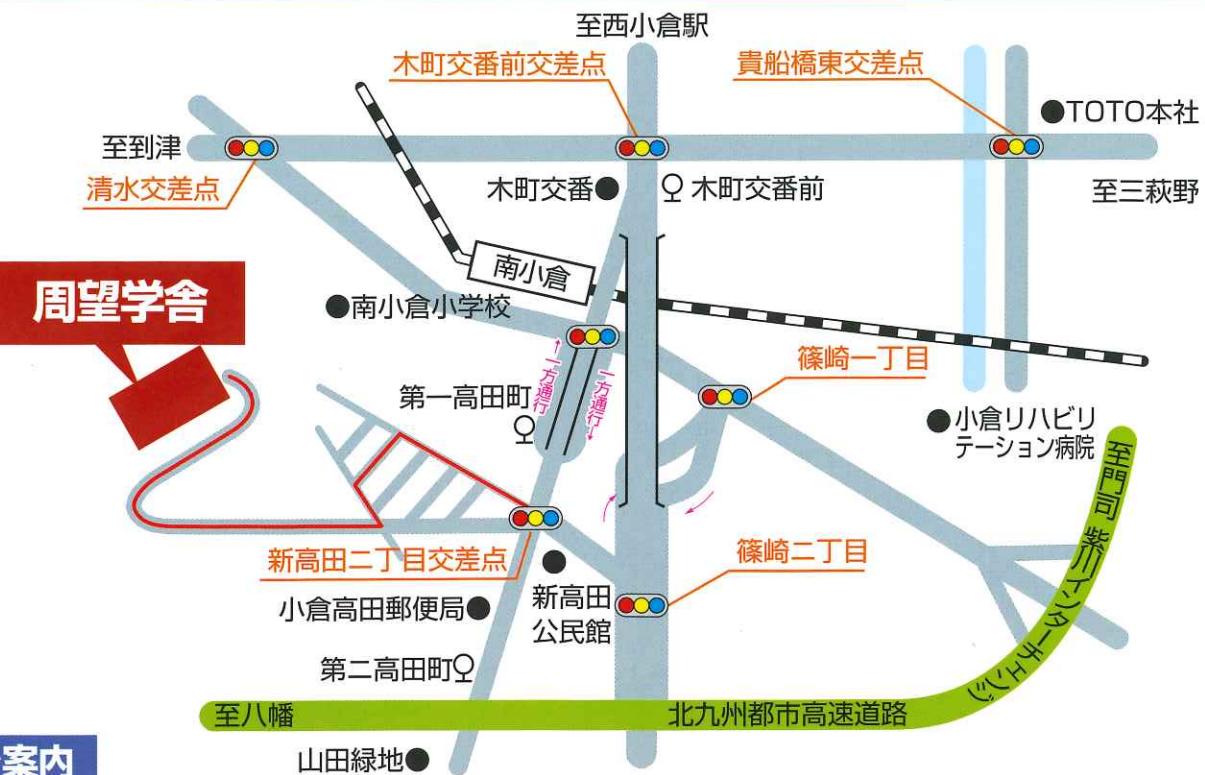
【対象】概ね 50 歳以上 【期間】2023 年 6 月～翌年 3 月 【受講料】5 万円 【会場】市内各所

【問合せ】生涯現役夢追塾事務局（特定非営利活動法人里山を考える会内）

〒805-0071 北九州市八幡東区東田 2-5-7 TEL093-662-3100/MAIL info@yumeoi.org

\*生涯現役夢追塾は「北九州シニアネットワークアカデミー共同事業体」で運営を行なっています。

周望学舎  
交通アクセス



交通ご案内

- JR南小倉駅で下車、徒歩18分
  - JR西小倉駅で下車、スクールバスで15分
  - 西鉄バス停「第一高田町」より徒歩15分  
※西小倉駅よりスクールバス送迎あり
- 〒803-0852 小倉北区新高田二丁目29-1  
TEL 093-591-2626 FAX 093-591-2629

迎え	JR 西小倉駅	西鉄バス 八坂神社	小倉北区 ムーブ前	木町交番 向かい側	周望学舎
定期便1	8:50	8:52	8:55	9:00	9:05
定期便2	8:55	8:57	9:00	9:05	9:10
送り	周望学舎	木町 交番前	ソレイユ ホール前	西鉄バス 八坂神社	JR 西小倉駅
定期便	15:15	15:20	15:25	15:28	15:30

穴生学舎  
交通アクセス



交通ご案内

- JR「黒崎」方面からは
  - (1) 西鉄バスの系統番号82で、「穴生ドームバス停」下車、徒歩0分
  - (2) 西鉄バスの系統番号57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

〒806-0058 八幡西区鉄竜一丁目5-1 TEL 093-645-6688 FAX 093-645-6661