北浦和校大学院（浦和ふれあい館　２階）　　2026年10月13日版

年間カリキュラム予定　※日程と内容について、講師の都合等により変更する場合があります、ご了承ください

日程	担当班	場所	10時～11時半	13時～14時半
4月21日(火)		さいたま市文化センター	入学式	
5月19日(火)	6	第１会議室	オリエンテーション 学校生活・年間スケジュールについて シニアユニバーシティ 事務局	オリエンテーション いろどりグループデザイン 彩講会 沼澤　広美
6月9日(火)	7	第１会議室	コミュニティビジネス入門 総務省地域力創造アドバイザー 柳田　公市	社会で子供を育てる、を考える 孫育てニッポン 棒田　明子
6月23日(火)	8・9	第１会議室	質の高い睡眠で若々しく ～「ぐっすり」のコツお伝えします～ 西川スリープマスターエキスパート 染谷　千明	ブレイントレーニング 品田マルクス高志
7月14日(火)	1	第１会議室	※ がんばらない健康習慣 ～1日5分で体が整う簡単ケア（スゴレッチ）～ 道仏　ナオ子	研究発表について
9月15日(火)	2・3	第１会議室	昭和１００年を振り返って ～いまなぜ「昭和」がもてはやされるのか 埼玉新聞社　吉田　俊一	地理学 地図で読み解くさいたま 大前　敏保
10月13日(火)	4	第１会議室	健康学 医療費節約café 昭和女子大学　研究員 市村　のぼる	身近な法律 埼玉県司法書士会 嶋根　真美
10月27日(火)	5	第１会議室	SNS、生成AI時代のスマホリテラシー 埼玉情報センター 秋本　創	身近な介護 諏訪の苑 坂本　知康
11月17日(火)	6	第１会議室	人間・渋沢栄一研究 今、考える道徳と経済の関わり メインストリート・マネジメント・リサーチ合同会社 松本 博之	もっと楽しい音楽 音楽家 藤田　雅丈
12月9日(水)	7	さいたま市文化センター		合同講座 詳細は後日連絡します
12月15日(火)	9・8	第１会議室	知っているようで知らない世界遺産 NPO法人 世界遺産アカデミー WHA認定講師　亀谷　眞宏	ウォーキング入門　※ 埼玉県ウォーキング協会 宇治田仁子　高野賢一
1月12日(火)	1	第１会議室	地域でできること	経済学 経済と温泉のよもやま話 サイボー株式会社　取締役 野村　眞
1月26日(火)	3・2	第１会議室	シルバー人材センターの紹介 シルバー人材センター 畑　佳一朗	歯と健康 みずの歯科医院 水野　明
2月9日(火)	4	第１会議室	人生の午後をもっと幸せに生きるヒント ライフデザインコーチ 井筒　祥子	研究発表
3月11日(木)	5	さいたま市文化センター	卒業式 詳細は後日連絡します	

※体を動かします。動きやすい服装、水分、汗拭きタオルをご用意してください。