

城西国際大学「市民未来大学」とは

➤前身となる「シニア・ウェルネス大学」と「コミュニティカレッジ」を統合した、社会人向け教育プログラムです。

4つのコースを展開し、ご希望のコースで1年もしくは2年通学します。

<ねらい>

➤教養・健康・学術的取り組みなど大学が有する知的資源の還元

➤自ら健康を培い生きがいをもって社会参加するきっかけとなる

➡人生100年時代を心身ともに豊かに楽しく過ごす

市民未来大学の概要

- 4つのコース展開（①は2年課程、②、③、④は1年課程）
 - ①ヘルスプランナーコース
 - ②グローバル人材育成コース
 - ③健康・趣味・教養コース
 - ④言語と文化コース

- 講座の日時、回数はコースにより異なりますが、週1回程度の通学で無理なく学べます。
 - ヘルスプランナーコース年間26回、グローバル人材育成コース年間35回
健康・趣味・教養コース年間32回、言語と文化コース年間26回
 - 初回は導入・説明、最終回は振り返りを実施

- 入学試験・年齢制限なし、職業・経験不問、リピーター歓迎
※定員になり次第応募締切

- 少人数・対話型 ※学位を授与するものではない

市民未来大学の概要

➤ 平日（月～金）

	基本（105分）	健康・趣味・教養（80分）
1 限目	9:05～10:50	9:30～10:50
2 限目	11:00～12:45	11:00～12:20
3 限目	13:25～15:10	13:30～14:50

一部土曜日や設定の時間外に実施する場合があります

➤ 最少催行人数は各コース 5 名以上

※言語と文化コースは 1 言語につき 5 名以上で開講

➤ 年間授業料85,000円

● 4月・9月の2回分納 ※払込用紙は郵送または手渡し

● 教材費が必要となることがあります

（語学：テキスト代¥2,500円位、調理実習材料費数百円、学外授業時の交通費等）

特色

- 入学式から始まり、学内限定イベントへの参加、卒業式に修了証書を授与
- 受講者の交流を深めるため、校外学習（遠足）等の実施
- 図書館・美術館・ネットラウンジ・学生食堂など学内施設が利用できます

※デジタル受講者証で運用しているため、

各サービス利用にはスマートフォン等をご準備ください

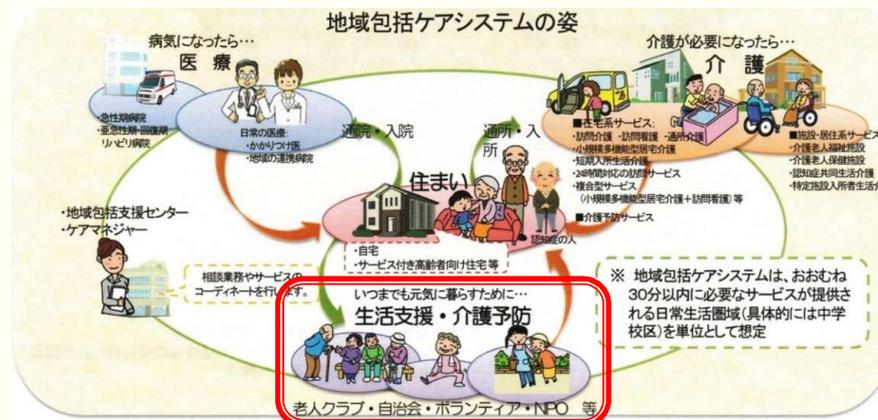
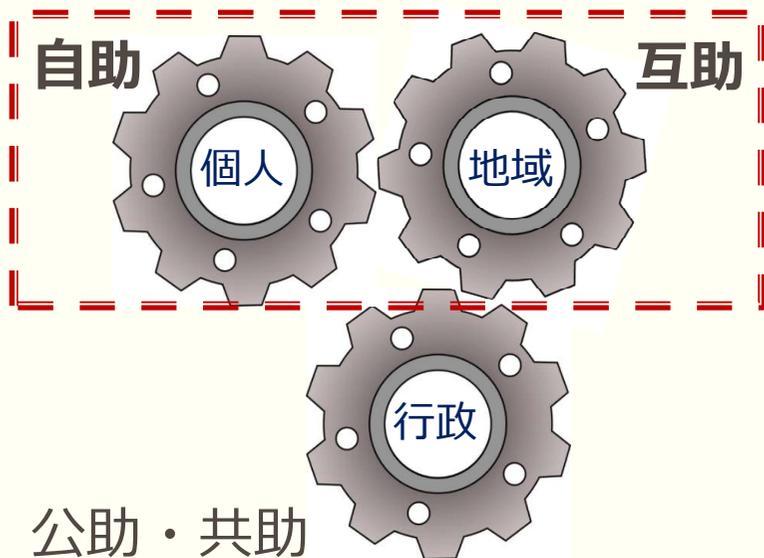
- ヘルスプランナーコース、グローバル人材育成コース修了者には
修了証書のほかに履修証明書を交付

※ 履修証明書の発行には修了要件を満たす必要があります

ヘルスプランナーコース

じぶんとみんなの健康づくり—知って、実践して、広げよう！

■コースの目的とねらい



健康寿命の延伸

- ・ 自助：自分自身の健康増進
- ・ 互助：住民主体の活動を推進するリーダー・人財育成

ヘルスプランナーコース

■ 2年間のカリキュラム概要

1年次（ヘルスプロモーション：理論編）	2年次（ヘルスプロモーション：実践編）
ヘルスプロモーション概論・各論	老年学
地域包括ケアシステムとは	フレイル予防
人体の解剖学・運動学	サルコペニア・ロコモティブシンドローム
トレーニング理論（筋力・持久力トレーニング）	認知機能低下の予防
疾患学（整形外科疾患、内科疾患）	口腔機能
バイタルサイン（血圧・脈拍）	コミュニケーション・倫理
薬学	緊急時対応（AEDの使い方）
地域福祉学	情報通信技術・経営
栄養学	ロコモ体操・コグニサイズ指導方法
現場見学（通いの場での活動を見学）	現場見学（通いの場での活動体験）



学校教育法に基づく履修証明プログラムとして設計、修了者には履修証明書を交付

ヘルスプランナーコース

■ 受講者の声

- 広い分野の話を知ることができて、とても勉強になった。
- 日常生活に必要なことなので、薬学、栄養学の話は特に興味をもった。
- 地域貢献について考えるきっかけとなり、自分の住んでいる地域を活性化させたいと思った。
- 続けるのが大変だったときもあったが、2年間通って、とても楽しかったし、新しい友人ができたことが嬉しい。
- 講義の内容が充実していて、教えていただいた内容に興味を持った。今後、自分なりに掘り下げて勉強をしていきたい。
- 配布される資料にプラスαの情報が記載されていることもあり、嬉しかった。

ヘルスプランナーコース

- **曜日・時限
(予定)** 金曜日 2限目 (11:00~12:45)
※施設見学时など曜日・時間の変更も有り
- **担当教員** 理学療法学科の竹内弥彦、山根主信を中心に、
福祉総合学科、看護学科、医療薬学科、
総合経営学科の専門の教員
- **卒業後の活動の場** 多様な「通いの場」における
ヘルスプランナーとしての活動 等
 - ☞ 住民主体の交流の場 (健康体操教室の立ち上げ等)
 - ☞ コミュニティカフェ、デイサービスボランティア
 - ☞ 運動・栄養・口腔ケア等の教室 等

ヘルスプランナーコース

▼講座の日程▼

金曜日 2限目（11時00分～12時45分）

春学期：4月10日、17日、24日、5月8日、15日、22日、
6月12日、19日、26日、7月3日、10日、17日、24日

秋学期：9月18日、25日、10月2日、9日、16日、23日、30日、
11月13日、20日、27日、12月4日、11日、18日

※大学、講師の都合等により日程が変更する場合があります

グローバル人材育成コース

➤テーマ：日本語教育を考える

- ・地域社会のよりよい日本語教育のための第一歩
- ・外国にルーツを持つ学生や教員との協働を通じた国際交流

➤目的・ねらい

- ・日本語教育のための実用的な知識・技術を学ぶ
- ・言語や文化の違いを体験し、多文化共生社会に貢献する

➤このような人に向いています

- ・外国語（≠国語）としての日本語に興味がある人
- ・非日本語母語話者に対する日本語教育ボランティアに興味がある人
- ・日本語教育ボランティアとしてスキルアップしたい人
- ・外国人の視点から見た日本語・日本文化を知りたい人
- ・外国人との国際交流に興味がある人
- ・多文化共生社会の実現に貢献したい人

グローバル人材育成コース

カリキュラム概要

項目	内容
異文化理解	異文化とは何か（ステレオタイプ）、異文化コミュニケーション
ことばの仕組み	言語学－音声学・音韻論・文法論・語彙論・意味論・語用論－、対照言語学
ことばの科学	母語獲得の諸相、第二言語習得の諸相
ルーツ・アイデンティティ	日本にいる外国人ってどんな人？ 外国にルーツを持つ人？ 多文化共生、継承語・継承文化
日本語教育の方法	日本語教育事情、日本語教育の教材分析、日本語教育とICT、日本語教授法、日本語教育のためのコースデザイン、日本語教育の教材の作成と開発
日本語教育の実践	授業実践、「私にできる日本語教育」を考える



学校教育法に基づく履修証明プログラムとして設計、修了者には履修証明書を交付

グローバル人材育成コース

■ 受講者の声

- 日本語の使い方を考えるようになった。
- 今まで海外から日本に来られた人の生活を考えたことがなかったが、自分の視野が広がり、手を貸すことができるかもしれないと考えるようになった。
- 色々な国から来ている先生や学生の話の聞いたり、意見を交わしたりすることがとても楽しかった。日本人と考え方の違いに触れることができた。
- 知らない話を理解するのは難しく感じることもあるが、楽しいことも多い。一緒に受講している方の意見も貴重です。
- 講座の後に仲良くなった方と学食でお昼を食べて帰るという学生気分を味わえるのが楽しいです。
- 日本語の作りを改めて考えることができ、教えてもらわなくても使ってきたことに感動した。

グローバル人材育成コース

- **曜日・時限** 金曜日 1限目（9：05～10：50）
※講座内容により特別に時間を変更することがあります
- **担当教員** 国際人文学部 鈴木一徳、観光学部 羽鳥美有紀を
中心に、各学部の専門の教員
- **修了後の活動の場** 地域在住の外国人居住者との交流
日本語教育のボランティア活動 等

グローバル人材育成コース

▼講座の日程▼

金曜日 1 限目 (9:05~10:50)

春学期：4月10日、17日、24日、5月8日、15日、22日、29日、
6月5日、12日、19日、26日、7月3日、10日、17日、24日、31日

秋学期：8月28日、9月4日、11日、18日、25日、
10月2日、9日、16日、23日、30日、
11月6日、13日、20日、27日、12月4日、11日、18日、
1月22日、29日

※大学、講師の都合等により日程が変更される場合もあります

健康・趣味・教養コース

➤ 心身ともに豊かな生活を目指し、幅広い知識に触れよう！

■ コース概要

- ・ 年間 8 講座を受講する。（1講座 = 80分×4回）

■ 目的・ねらい

- ・ これからの人生を豊かにするため幅広い知識を手に入れる
- ・ 新たな趣味や興味の発見の一助となる

■ 卒業後の活躍の場

- ・ 地域のボランティア活動など

健康・趣味・教養コース

人生100年時代の知恵とつながり			
観 光		認知症予防	
香 粧 品		パソコン	
共生社会		ビジネス	
オリーブ	毛 筆	レクスポ	街歩き
健康食品	世界遺産	漢 方	生活習慣

- 健康・趣味・教養コースの各講座は、1講座からの受講も可能です
 - ※ 1講座20,000円（スポット受講者は入学特典対象外）
 - ※ 市民未来大学の受講者が追加受講する場合は上記の半額

健康・趣味・教養コース

▼各講座の日程▼

観光と文化遺産について考える

4月15日(水)、22日(水)、5月13日(水)、20日(水) 各回とも 9:30~10:50

皮膚の健康を守る香粧品

6月3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水) 各回とも 9:30~10:50

誰もが輝く、ともに生きる社会を考える

7月8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水) 各回とも 9:30~10:50

健康・趣味・教養コース

▼各講座の日程▼

認知症予防と可能性志向を学ぼう

9月9日(水)、16日(水)、30日(水)、10月7日(水) 各回とも 9:30~10:50

パソコン活用術 生成AIを使った年賀状づくり

10月21日(水)、28日(水)、11月4日(水)、11日(水) 各回とも 9:30~10:50

ビジネス視点で読み解く現代社会：対話と気づき

11月25日(水)、12月2日(水)、9日(水)、16日(水) 各回とも 9:30~10:50

健康・趣味・教養コース

▼各講座の日程▼

オリーブに親しむ

4月15日(水)、22日(水)、5月13日(水)、20日(水) 各回とも 11:00~12:20

毛筆を楽しもう

6月2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火) 各回とも 9:30~10:50

更なる健康を目指して

6月8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月) 各回とも 9:30~10:50

世界遺産の不思議と魅力

6月15日(月)、22日(月)、29日(月)、7月6日(月) 各回とも 11:00~12:20

健康・趣味・教養コース

▼各講座の日程▼

大学生と一緒にレクリエーションスポーツ体験

10月9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金) 各回とも 13:30~14:50

街歩きに関する講座

10月23日(金) 13:30~14:50、

11月14日(土) 11:00~14:00 (現地見学)、

12月4日(金) 13:30~14:50

漢方薬・生薬について

12月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火) 各回とも 13:30~14:50

日々の生活に運動を取り入れるには？

1月13日(水)、1月23日(土) 各日とも 9:30~12:20

健康・趣味・教養コース

■ 受講者の声

- 座学とワークショップがあり、大変良かった。オリーブを通して地域活動についても勉強できたことも良かった。（オリーブに親しむ）
- 学生と一緒に、同じスポーツができるのが楽しかったし、元気をもらえた。簡単にできるかと思っただが、意外と難しいスポーツもあった。（レクスポ体験）
- 地元にいると当たり前になっていることも、視点を変えると新しい発見がたくさんあり、楽しかった。地域課題も考えながら街歩きをしてみたい。（街歩きに関する講座）
- 普段見ている花や草などが漢方薬に使われていると知り、漢方薬がとても身近に感じられるようになった。（漢方薬・生薬について）
- 自分に直接関わってくるので、とても勉強になった。肌のメカニズムの説明もあり、どんな化粧品を使うといいのかなども知れたのが良かった（皮膚の健康を守る化粧品）
- 久しぶりに筆を持ち、楽しい時間を過ごせました。実用書から創作まで色々な作品を作りましたが、自分でもできる写経は続けていきたいです。（毛筆を楽しもう）

言語と文化コース

- ことばを通して、異文化を理解しながら会話を楽しもう！

- 目的・ねらい
 - ・ 国際大学の強みを活かし、留学生との交流や実用的な知識を学ぶ
 - ・ 言語の習得（初級レベル）と文化理解のスキルアップを目指す

- 卒業後の活躍の場
 - ・ 地域の日本語を母国語としない方との交流
 - ・ 語学を活かした仕事やボランティア活動など

言語と文化コース

▼中国語と中国文化 講座の日程▼

月曜日 3限目 (13:25~15:10)

春学期：国際交流学科 李穎清 (リ エイセイ)

4月13日、20日、27日、5月11日、18日、25日、

6月8日、15日、22日、29日、7月6日、13日、27日

秋学期：国際文化学科 塩出浩和

9月28日、10月5日、19日、26日、11月2日、9日、16日、30日、

12月7日、14日、21日、1月18日、25日

※大学、講師の都合により日程が変更する場合があります

言語と文化コース

▼韓国語と韓国文化 講座の日程▼

木曜日 2 限目 (11:00~12:45)

春学期：語学教育センター 朴美貞 (パク ミジョン)

4月16日、23日、30日、5月7日、14日、21日、
6月11日、18日、25日、7月2日、9日、16日、23日

秋学期：語学教育センター 朴美貞 (パク ミジョン)

9月17日、24日、10月1日、15日、22日、29日、
11月19日、26日、12月3日、10日、17日、1月14日、21日

※大学、講師の都合により日程が変更する場合があります

言語と文化コース

▼ハンガリー語とハンガリー文化 講座の日程▼

火曜日 1 限目 (9:05～10:50)

春学期：国際交流学科 Kiraly Attila (キラライ アッティラ)

4月14日、21日、28日、5月12日、19日、26日、

6月9日、16日、23日、30日、7月7日、14日、21日

秋学期：国際交流学科 Kiraly Attila (キラライ アッティラ)

9月29日、10月6日、13日、20日、27日、11月17日、24日、

12月1日、8日、15日、22日、1月19日、26日

※大学、講師の都合により日程が変更する場合があります

言語と文化コース

■ 受講者の声

- 友人もでき、和気あいあいの雰囲気の中で授業が出来て楽しかった。（中国語）
- 発音など基礎に時間をかけていただいたので、わかりやすかった。（中国語）
- 韓国のことを知る事が出来たこと、先生との距離も近く、とてもよい雰囲気の中で勉強ができた。（韓国語）
- 今まで以上に興味を持つ事ができた。テレビやドラマを見ているときにもハングルに目がいくようになり、そのハングルが読めると嬉しくなります。（韓国語）
- ハンガリーの文化を知ることができ、とてもおもしろい。文字が少し読めるようになった。（ハンガリー語）
- ハンガリー語を勉強している日本人学生やハンガリー出身の留学生と大学祭にも関わられたのが楽しかった。（ハンガリー語）

申込方法

- 以下の書類をご提出ください。
 - 入学申込書
- 提出方法：郵送または窓口にご持参ください。
 - 〒283-8555 千葉県東金市求名1番地
城西国際大学 D棟1階 地域連携推進センター
研究・社会貢献部社会連携課 「市民未来大学」係
 - 問合せ先
電話：0475-55-7685（直通）
メール：clics-jim@jiu.ac.jp
ホームページ：<https://www.jiu.ac.jp/clics/>
 - 受付時間 平日 9:00～17:00（11:30～12:30を除く）



メールアドレス



募集案内ホームページ

申込期限：2026年3月6日（金） 16:30まで

今後のおおまかな流れ

- 3月6日(金)まで：入学申込書 提出 ※必着（16:30まで）
- 3月10日(火)以降：開校可否のご連絡
開校決定の場合書類を郵送します（応募者5名以上）
- 3月27日(金)まで：入学書類 提出 ※必着（15:00まで）
- 4月2日（木）：入学式
- 4月2日（木）～4月9日（木）：受講料払込

主催・後援

➤主催：城西国際大学

国際人文学部 国際文化学科 国際人文学部 国際交流学科
観光学部 観光学科 経営情報学部 総合経営学科
メディア学部 メディア情報学科 薬学部 医療薬学科
福祉総合学部 福祉総合学科 福祉総合学部 理学療法学科
看護学部 看護学科 ※下線の2学部は2026年春に健康科学部に改組

➤後援：東金市・山武市・大網白里市・九十九里町・横芝光町・芝山町・
東金商工会議所・一般社団法人山武郡市医師会・
一般社団法人山武郡市歯科医師会・山武郡市薬剤師会・
東金ロータリークラブ・東金ビューロータリークラブ