

シニアの仲間づくり・活躍の場づくりを応援

令和6年度 さいたま市

シニアユニバーシティ

募 集 案 内

60歳以上の方が地域での活躍を目指して学ぶ、
通年講座です。講義やグループワークなどを通じて
健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりを
しませんか？



募集期間：令和6年1月22日（月）から
令和6年3月8日（金）まで

※本事業は、令和6年度予算の執行を伴うため、市議会2月定例会での議決後に確定します。

学長（さいたま市長）の挨拶

近年、高齢者の社会的孤立が問題となっていますが、定年退職後や子育てが一段落した後の「セカンドライフ」における社会とのつながりは、健康寿命を伸ばし、生涯現役であるために必要不可欠なものであります。

しかし、仕事や家庭内での役割が忙しく、地域社会とのかかわりをあまり持てこなかった、という方も多いのではないのでしょうか。

そこで、シニアユニバーシティでは、地域の中でつながりを持つことができるよう、様々な分野の講座やグループワークによるきっかけづくりを行うとともに、クラブ・サークル活動等の生きがいづくり・仲間づくりの場を提供しております。

皆様には、講座での学びと仲間との交流を通じて自分自身の可能性を広げていただき、より一層いきいきと地域でご活躍いただくことを期待しております。

シニアユニバーシティへの入学を心よりお待ちしております。

さいたま市シニアユニバーシティ学長（さいたま市長）清水 勇人

1. 応募資格

以下の要件を全て満たす方

ただし、過去にシニアユニバーシティを卒業した方を除く。

- 積極的に地域の社会活動へ参加する意欲がある方
- 本市の住民基本台帳に記録されている満60歳以上の方
（昭和39年4月1日以前の生まれの方）
- 全課程を通じて通学可能な方
（ご家庭の事情や体調不良等による欠席は可能です。）

2. 開催期間

- ・12か月
- ・月1～2日実施、1日2コマ
※天候や施設の状況により、開催回数が変わる場合があります。

◆年間スケジュール（イメージ）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
● 入学式				● 合同講座				● 学習 発表会			● 卒業式
← 月に1～2日実施（合計12日 ※合同講座を除く） →											

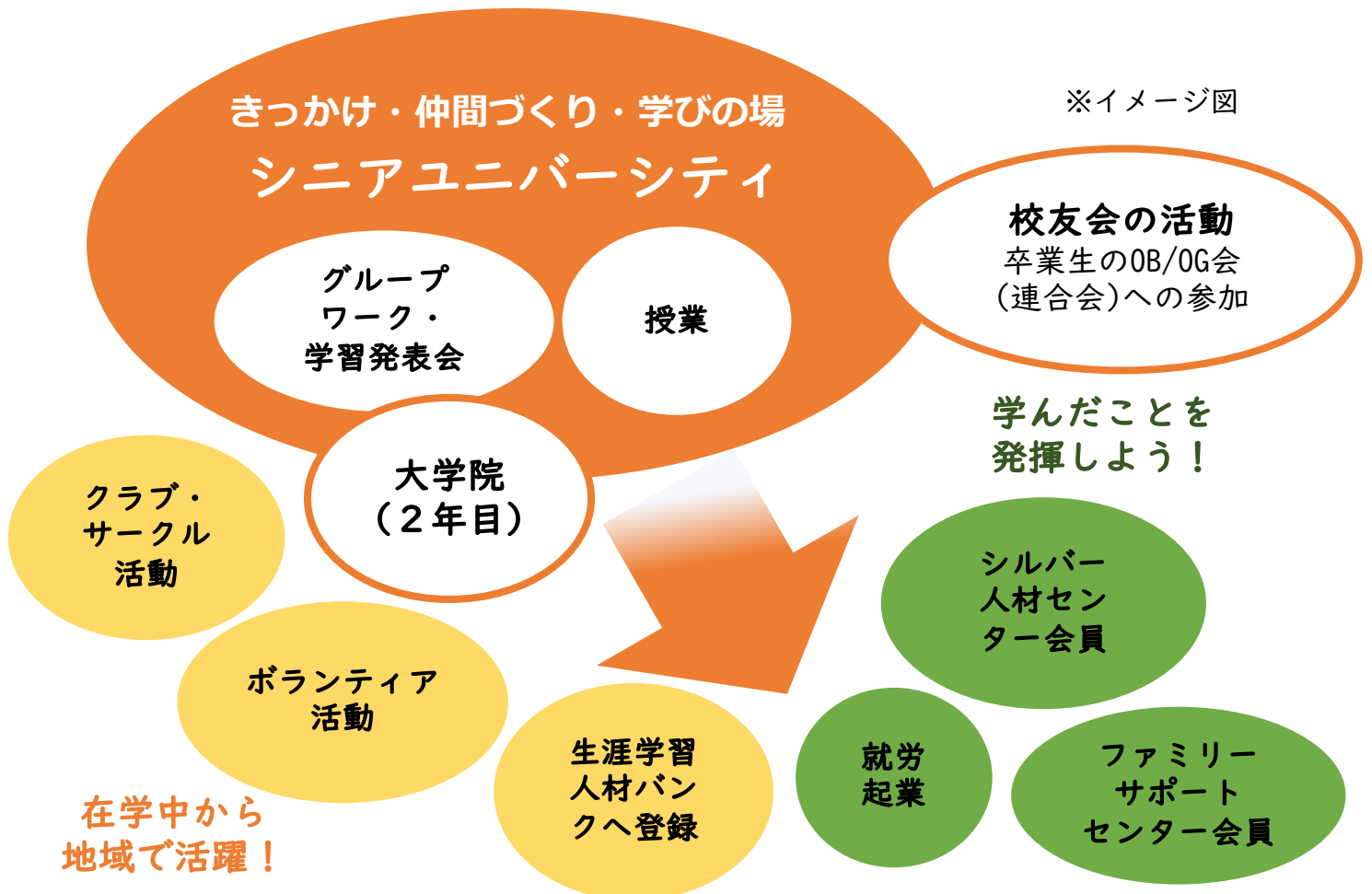
3. シニアユニバーシティが目指すもの

さいたま市シニアユニバーシティは、高齢者に生涯学習の一環として、社会変化に対応する能力と心身の健康をつちかい、また、積極的な社会参加により生きがいを高め、あわせて地域での活躍の道を開くことを目的としています。

人生100年時代 シニアユニバーシティで仲間をつくり

セカンドライフをいきいきと過ごすきっかけに

※イメージ図



仲間との活動例

- ・ 史跡巡りクラブの仲間と名所めぐり
- ・ オカリナクラブで市民音楽祭へ参加
- ・ 市で募集しているボランティアへ仲間と応募して参加
- ・ 卒業後も定期的に、仲間と勉強会を開催

※卒業生のOB/OG 会(連合会)
の活動情報はこちら ⇒



卒業生の声

- ・ 仲間とのコミュニケーションの場が、自分の居場所のひとつになりました。
- ・ 友達もたくさん出来て、これからの人生を一緒に楽しく、ボランティアに励んでいきたいです。
- ・ 講座だけでなく、クラブ活動がとても楽しかったです。
- ・ 一番の収穫は人との出会いだと思いました。この繋がりを今後も大切にしていきたいです。

4. 開催校及び定員

- ・各開催校とも、講座内容等により、会場・曜日・時間などが異なる場合があります。
- ・申込者が定員を超えた場合は抽選です。**先着順ではありません。**
- ・第2希望まで申し込めますが、大宮校と浦和校は人気のため（P6 令和5年度入学決定状況参照）同時に希望することはできません。

開催校	曜日	主な会場（住所）	主な交通手段	定員
岩槻校	月	岩槻駅東口 コミュニティセンター （岩槻区本町3-1-1 WATSU西館4階）	東武アーバンパークライン 岩槻駅東口徒歩1分	80人
北浦和校	火	浦和ふれあい館 （浦和区常盤9-30-22）	J R 北浦和駅西口徒歩5分	100人
大宮校	水	さいたま市宇宙劇場 （大宮区錦町682-2 JACK大宮5階）	J R 大宮駅西口徒歩5分	90人
中央校	木	与野本町 コミュニティセンター （中央区本町東3-5-43）	J R 与野本町駅西口徒歩3分	70人
浦和校	金	浦和コミュニティセンター （浦和区東高砂町11-1 コムナーレ9階）	J R 浦和駅東口徒歩1分	120人
北大宮校	土	プラザノース （北区宮原町1-852-1）	埼玉新都市交通ニューシャトル 加茂宮駅徒歩8分 J R 大宮駅東口からバス15分 「北区役所前」下車徒歩2分	60人

5. 授業料

授業料は無料です。ただし、教材費として上限3,000円を負担していただきます。

また、サークル活動など自主的活動の費用は別途実費負担となります。

※教材費の集金については、初回授業のオリエンテーションで説明します。

※さいたま市シニアユニバーシティは学校教育法に定める大学ではありません。学位の取得や学割の利用はできません。



6. 講座内容

セカンドライフをいきいきと過ごすための知識と知恵を学びます。そして、ボランティアや介護予防活動等、在学中から地域社会で活躍できる人材の育成を目指します。

講座では、班ごとに活動する機会が多いため、お互いの親睦が深まり、地域で活躍するための仲間をつくることもできます。

◆カリキュラム

- ・ ボランティア活動や地域での社会活動に関する講座
- ・ 情報リテラシーやデジタルディバイドに関する講座
- ・ 介護予防体操や口腔ケアに関する講座
- ・ その他、一般教養、セカンドライフに関する講座

◆令和5年度 岩槻校の講座例 ※どの校も同じ内容です。

日付	1 限目 (午前)	2 限目 (午後)
令和5年 5月8日	オリエンテーション① 学校生活について	オリエンテーション② 班の活動・自己紹介
5月22日	オリエンテーション③ クラブ活動について	オリエンテーション④ 校友会(クラス活動)について
6月12日	「スマホの上手な使い方」 講師：埼玉情報センター	「街に居場所をつくろう」 講師：ダイヤ高齢社会研究財団 主任研究員
7月3日	「シニアの声磨き」 講師：(一社)日本声磨き普及協会 認定講師	「楽しい音楽」 講師：音楽家
8月29日	全校 合同講座	
9月11日	「さいたまの歴史と見どころ」 講師：岩槻観光ボランティアガイド会	グループ発表について
10月2日	「フレイル予防体操」 講師：シルバー人材センター アクティブシニアサポートグループ	「論語入門」 講師：漢文音読の会
10月23日	「100歳まで元気！カラオケリンパ体操」 講師：リンパ体操インストラクター	「食料について考える」 講師：コープみらい
11月6日	「石井桃子さんを知る」 講師：講談師	「鍼灸師と考える元気の話」 講師：鍼灸師
11月27日	「薬の上手な付き合い方」 講師：セントラル薬局グループ 薬剤師	「身近な法律を学ぶ」 講師：司法書士法人中央グループ
12月11日	グループ発表	
令和6年 1月15日	「『人生100年時代』を生きるシニアのためのジェンダー講座」 講師：パートナーシップさいたま	来年度について/校友会(卒業後の活動)の紹介
2月5日	「社会史学」 講師：歴史学者(元大学教授)	まとめの講座

7. 申込方法

<p>申込方法</p>	<p>① インターネットで申込み 市ホームページから申込専用サイトにアクセスしてください。</p> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 10px;"> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; display: flex; align-items: center;"> シニアユニバーシティ </div> </div> <p>② 郵送・FAXで申込み P7の入学申込書に必要事項を記載のうえ、郵送かFAXでお申込みください。</p> <p>市ホームページ</p> <p>● 郵送 入学申込書をさいたま市シニアユニバーシティ事務局（本ページ下部参照）まで郵送してください。</p> <p>● FAX：048-729-6654 入学申込書をFAXで送信してください。</p> <p>※裏表逆送信などFAXが確認できない例があります。 ※FAX送信後、シニアユニバーシティ事務局（本ページ下部参照）へ受信確認の電話をお願いします。</p>
<p>申込締切日</p>	<p>令和6年3月8日（金）必着</p>
<p>入学者の決定</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・申込者が募集定員を超えた場合は抽選です。 ・80歳以上の方と令和5年度申込時に抽選に漏れた方は優先入学となりますが、各校申し込み状況によっては、今年度入学できない可能性があります。（P6令和5年度入学決定状況参照） なお、令和7年度の優先に関する取扱いは未定です。 <p>※先着順ではありません。</p>
<p>結果通知</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・令和6年4月10日（水）より順次、申込者全員に入学の可否を郵送でお知らせします。 ・令和6年4月16日（火）を過ぎても通知が無い場合には、事務局までお問合せください。
<p>入学式</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・入学式のご案内・講座日程は、入学決定通知とともに郵送します。 ・入学式は令和6年4月26日（金）を予定していますが、変更となる可能性があります。日程は、市ホームページでお知らせします。

■ 問合せ先

さいたま市シニアユニバーシティ事務局

〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町1-185-2
のびのびプラザ大宮3階

電話：048-641-2201

FAX：048-729-6654

※お問合せ時間 月～土 9:00～17:00（祝休日、年末年始を除く。）

事務局ホームページ



8. 1日の流れ

授業開始前に、学生の皆さんで教室の準備をします（当番班ごと）。その後、事務局教室担当より、学生の皆さんへ事務連絡をします。

昼休みや放課後は、クラブ・サークル活動などの自主的活動を行うことができます。

9:00～9:50	9:50～10:00	10:00～11:30	11:30～13:00	13:00～14:30	14:30～
教室の準備	ホームルーム (事務連絡)	1限目 授業	昼休み	2限目 授業	放課後 (クラブ活動等)

【学生の様子】



授業風景



クラブ活動風景

9. ホームページ

さいたま市ホームページのトップページ (<https://www.city.saitama.jp/>) から、「人生のできごとから探す > 高齢・介護 > いきいきとした毎日を送るために > 学ぶ」の順に選択をすると「さいたま市シニアユニバーシティ」のページがご覧いただけます。

また、サイト内の検索で「シニアユニバーシティ」と入力しても同じページにアクセスすることができます。



市ホームページ

【参考】令和5年度入学決定状況（4月時点）

開催校	募集定員 (A)	第1希望 申込者数(B)	第2希望反映後 入学決定者 数	倍率 (B/A)
岩槻校	76	58	74	0.76
北浦和校	80	77	80	0.96
大宮校	60	237	60	3.95
中央校	60	36	60	0.60
浦和校	80	216	80	2.70
北大宮校	48	66	48	1.38

