

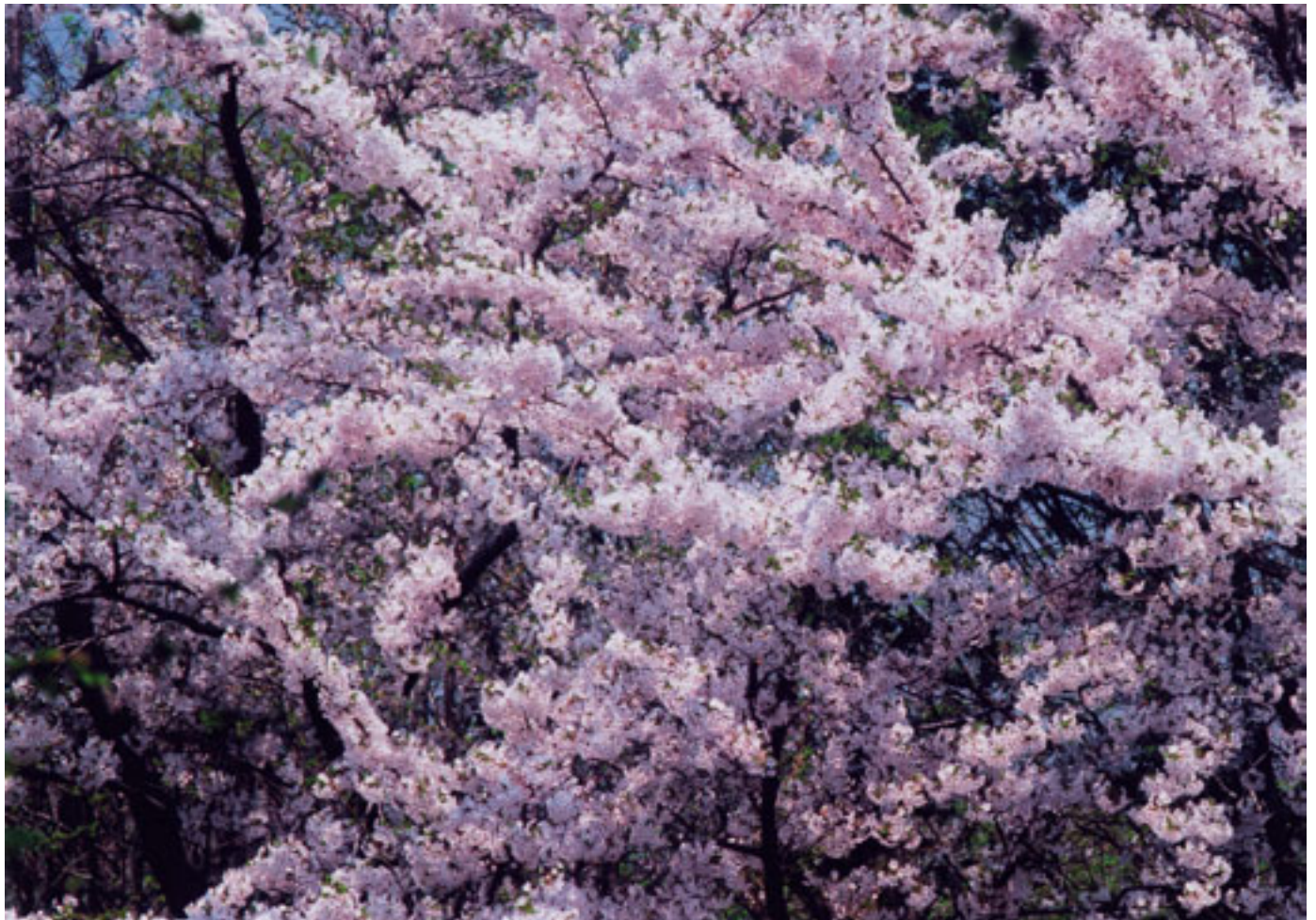


ほっかいどう  
**生涯学習**  
Lifelong Learning

ホームページアドレス <http://www.hsgk.jp>

新しい自分との

出会いや発見がきっとある



## 目次

- |                              |                        |
|------------------------------|------------------------|
| ● 生涯学習協会「22年度事業計画の概要」…………… 2 | ● ほっかいどう学検定について…………… 5 |
| ● 道民カレッジからのお知らせ…………… 3       | ● 視聴覚センターからのお知らせ……………  |
| ● 「ほっかいどう学」ネットワーク推進事業…………… 4 | ● 平均寿命と健康寿命について…………… 6 |

# 生涯学習協会「22年度事業計画の概要」

財団法人北海道生涯学習協会

事業名	内 容
1 生きがいづくり生涯学習促進事業	<p>国際化、高齢化、情報化等社会の変化に対応し、生涯にわたって生きがいのある人生をおくるために、「生きることはまなぶこと」の視点から、道民の方々に学習の機会を提供する。</p> <p>○テーマ 「人生を共に豊かに過ごすために」</p> <p>○期 間 5月～1月</p> <p>○会 場 全道9会場</p> <p>○対 象 一般道民</p> <p>○内 容 講演・テーマ別バズセッション</p> <p>○人 員 1会場100人</p> <p>○その他 聴力障害者のために手話通訳者を配置</p>
2 広報紙発行业	<p>会員及び生涯学習関係機関、団体等に広報紙を通して情報を提供し、生涯学習の振興に寄与する。</p> <p>○回 数 年4回</p> <p>○部 数 1回 1,200部</p>
3 「ほっかいどう学」かでの講座事業	<p>「ほっかいどう学」を推進するため、道民のニーズや今日的課題に焦点を当てた「かでの講座」を開設し道民への学習機会提供の拡充を図る。</p> <p>○開催回数 20回</p> <p>○開催期間 5月～2月</p> <p>○会 場 かでの2・7、道立近代美術館他</p> <p>○対 象 一般道民</p> <p>○講座時間 1講座2時間</p>
4 「『ほっかいどう学』大学放送座」支援事業	<p>広く道民の学習活動を支援するため、大学放送講座のテキストを作成し、新たな「ほっかいどう学」の取組である地域の学習活動への活用を図る。</p> <p>○作成部数 600部</p> <p>○発行時期 8月下旬</p>
5 「ほっかいどう学」ネットワーク推進事業	<p>道内各地で実施している「地域学」とのネットワークを図り、地域の人材育成や地域づくりのノウハウを学ぶため、「ほっかいどう学実践講座」を広域的な事業として展開し、地域における生涯学習の提供の場を増やすとともに、地域づくり、ひとづくりを一層推進する。</p> <p>○開催期間 4月～</p> <p>○会 場 道内7会場</p> <p>○対 象 地域学の実践者及び地域づくりに関心のある道民</p> <p>○内 容 ①基調講演 地域学や地域づくり、人づくりに関わる講演 ②実践交流会 先進地3～4市町村の事例発表</p>
6 「道民カレッジ」ボランティア(カレッジ・ボラ)活動支援事業	<p>道民カレッジの充実と推進を図るため、「道民カレッジ全道ボランティアの会」の自主的・自発的なボランティア活動に対し支援する。</p> <p>○人 数 約100人</p> <p>○活動場所 全道6圏域</p> <p>○活動内容 ・カレッジ事業への運営協力、支援 ・学習相談 ・単位取得方法及び称号取得へのアドバイス ・カレッジ生の加入促進 ・新規講座の発掘 ・情報交換</p>
【特別会計事業】 7 ほっかいどう生涯学習ネットワークカレッジ(道民カレッジ)事業	<p>学習ニーズの多様化、高度化に対応するため、学ぶ意思のある道民のすべてを対象に産学官が連携して総合的な学習機会を提供するとともに、自立した北海道の創造に寄与する人材を育成する。</p> <p>○主催講座</p> <p>1 道民カレッジ「ほっかいどう学大学放送講座」 「ほっかいどう学」の学びを柱とし、道内の大学の協力により高度で専門的な講義を広く提供する。 ・放送回数 6回 ・放送開始 10月 ・対 象 一般道民</p> <p>2 「ほっかいどう学」出前講座 市町村等との連携により、道内の地域課題に取り組む生涯学習を支援する。 ・回 数 12回 ・対 象 大学放送講座受講者及び一般道民</p> <p>○連携講座 道民カレッジの趣旨に賛同する大学、短大、高等専門学校、専修・各種学校、高等学校、市町村、企業、民間教育事業者等が実施する講座の中から指定し実施する。 ・目標講座数(前期・後期) 2,500講座 ・目標学生数 25,000人(現在23,817人)</p>



事業名	内容
	○普及啓発・情報提供 道民カレッジ事業についての普及啓発及び情報提供を行う。 ・道民カレッジガイドブックの作成及び配布 ・道民カレッジだよりの作成及び配布 ・ポスター、リーフレットの作成及び配布 ・道民カレッジ手帳の作成及び交付 ・ホームページによる情報提供 ○ほっかいどう学検定 「ほっかいどう学検定推進機構」が行うほっかいどう学検定の実施を支援する。 ・期 日 平成22年10月31日(日) ・会 場 札幌市 旭川市 函館市 帯広市 釧路市
8 生涯学習情報資料の展示・提供事業 (まなびの広場)	生涯学習に関する図書・資料・リーフレットなどの展示・提供及び道内市町村・団体の生涯学習の取組や成果を紹介する。 ・ビデオレファレンスコーナー ビデオ・LD・エルネットの視聴 ・ふるさとコーナー 道内市町村の広報紙及び情報リーフレットの展示 ・道民カレッジ情報コーナー ガイドブック・リーフレット・ポスター及び連携講座関係資料の展示 ・展示コーナー 道内市町村及び団体の生涯学習活動に関する実践・成果等の展示
9 教材貸出事業	生涯学習活動の振興を図るため、学習活動に有用な視聴覚教材を官公庁、学校、社会教育関係団体等に貸出を行う。 ・16ミリフィルム、ビデオ、DVD等 5,228本
10 北海道体育指導委員協議会事業受託	北海道体育指導委員協議会の事業受託により、道民の生涯スポーツ活動を促進し生涯学習社会の実現に寄与する。

1 学生数23,817名 男性10,395名 女性13,422名

(1) 管内別学生数

管内	石狩	(札幌市)	渡島	檜山	後志	空知	上川	留萌
学生数	8,546名	(5,786名)	1,077名	1,013名	1,319名	1,030名	3,129名	791名
管内	宗谷	網走	胆振	日高	十勝	釧路	根室	
学生数	743名	1,491名	711名	1,202名	918名	1,073名	774名	

(2) 年齢別学生数

年代	学生数	(%)
10代	249名	1.05%
20代	2,716名	11.4%
30代	1,899名	7.97%
40代	2,164名	9.08%
50代	3,193名	13.41%
60代	4,113名	17.27%
70代	4,668名	19.6%
80代以上	2,483名	10.43%
不明	2,332名	9.79%

(3) 職業別学生数

職業	学生数	(%)
会社員	1,409名	5.92%
学生	2,777名	11.66%
公務員	3,758名	15.77%
自営業	844名	3.54%
主婦	3,639名	15.28%
団体職員	507名	2.13%
無職	7,559名	31.74%
その他	1,236名	5.19%
不明	2,088名	8.77%

学士	391名
修士	245名
博士	187名
学長奨励賞	39名
(実人員)	232名

▽学生数・称号取得者の状況

2 「ほっかいどう学」出前講座

回数	実施日	開催地	参加者数	テーマ
第1回	21. 6. 9	せたな町	71名	利別川をとおして地域住民の郷土愛を醸成
第2回	21. 8.22	伊達市	41名	世界遺産候補「縄文遺跡群」を学ぶ
第3回	21. 9.10~11	網走市	54名	ボランティアに役立つカラーコーディネート
第4回	21. 9.26	釧路町	25名	自分の町の宝を掘り起こそう
第5回	21. 9.26	幕別町	39名	森林浴・日光浴・温泉入浴と植樹の集い
第6回	21.10. 6	羽幌町	36名	シニア世代の地域づくり～ボランティア～
第7回	21.10.24	月形町	25名	まちづくりに必要なコミュニケーションとは
第8回	21.10.25	根室市	25名	ねむろの自然の魅力を再発見
第9回	21.11.10	中頓別町	38名	食と健康～生活習慣病の予防～
第10回	22.11.19	音更町	66名	生涯学習を推進するまちづくり、人づくり
第11回	22. 2.18	鹿部町	31名	温泉活用のまちづくり
第12回	22. 2.20	奈井江町	41名	健康と教育と大学の連携によるまちづくり

▽ほっかいどう学出前講座実施状況

(二十二年一月二十八日現在)

道民カレッジからのお知らせ

## 平成22年度「ほっかいどう学」ネットワーク推進事業

道内の地域課題や道民の学習ニーズを踏まえ、「ほっかいどう学」という本道の地域課題の解決にむけ、地域づくり・人づくりを目標に、歴史や文化、自然や環境、生活や産業等をベースとした学習テーマを設定し、更なる道民への学習機会の提供を通して「ほっかいどう学」の構築と体系化を図るために、「ほっかいどう学」ネットワーク推進事業を実施します。

### 「ほっかいどう学」実践講座

～地域に根ざした活動を考える～

- (1) 趣 旨 道内各地で実施している「地域学」とのネットワークを図り、地域の人材育成や地域づくりのノウハウを学ぶため、「ほっかいどう学」実践講座を広域的な事業として開催し、地域における生涯学習の提供の場を増やすとともに、地域づくり、人づくりを一層推進します。
- (2) 主 催 (財)北海道生涯学習協会
- (3) 共 催 (財)北海道教職員厚生会
- (4) 期 日 平成22年4月以降
- (5) 会 場 札幌会場(2回)・旭川会場・函館会場・帯広会場・釧路会場・北見会場
- (6) 参加者 地域学の実践者及び地域づくりに関心ある道民(各会場100人)
- (7) 内 容
- |                                       |        |
|---------------------------------------|--------|
| 1 基調講演                                | 1時間30分 |
| 開催市町村の課題に目を向けた「地域学」や「地域づくり・人づくりに関わる講演 |        |
| 2 「地域づくり」等実践発表又はパネルディスカッション等          | 1時間30分 |
| ①管内の先進地3～4市町村の事例発表                    |        |
| ②質疑応答                                 |        |
| ③講演講師による助言                            |        |
| 3 まとめ                                 |        |
- (8) 参加費 1,000円(札幌会場以外500円)
- (9) その他 ①開催市については、(財)北海道生涯学習協会事務局と当該市との話し合いで決定します。  
②この講座を受講した道民カレッジ生は、指定講座として必修1単位、又は、「ほっかいどう学」コース3単位のいずれかを選択できます。

## 道民カレッジ全道ボランティアの会

去る2月25日(木)、かでのる2・7において68名(委任状51名を含む)の道民カレッジボランティアの出席のもと設立総会がもたれました。

今後の道民カレッジの発展につながる活発な意見が交わされた後、議案が承認されました。

総会において承認された役員は、次のとおりです。今後、理事・監査・会計等事務局体制が新理事長のもと組織されます。

- |                 |       |
|-----------------|-------|
| ○理事長            | 林 芳男  |
| ○副理事長           | 佐藤 一雄 |
| ○専務理事<br>(事務局長) | 齋藤 和男 |
| ○理 事            | 福田 重三 |



### ★設立の目的及び方針

- 目 的 ・道民カレッジのさらなる発展・充実に寄与する。  
・道民カレッジ事業の運営協力、支援  
・学習相談、単位取得方法及び称号取得へのアドバイス  
・新たな道民カレッジ生や新規講座の発掘など道民カレッジ事業の拡充
- 方 針 ・ボランティア活動をとおして、「学ぶ喜びの輪」を広げる。  
・ボランティア同士のコミュニケーションを図り、豊かな人間関係を深める。  
・道央圏をはじめ地域ボランティアとの交流や情報交換などネットワークで結ぶ。  
・道民カレッジで学んだ成果を生かし、自主企画講座を実施するなど、地域の発展に寄与する多様な活動(ボランティア)をとおして自己の生きがいをつくる。

# 第3回検定骨子決定!

## 「ほっかいどう学検定」

～学んで生かそう北の未来～

検 定 日	平成22年10月31日 (日)
会 場 地	札幌市、旭川市、函館市、帯広市、釧路市
出題領域	「北海道の歴史・文化」・「北海道の自然環境」

◎ 検定の種類・出題数・検定時間

- ・ 入門検定 (基礎知識編) 50問 60分
- ・ 上級検定 (応用編) 100問 90分

◎ 検 定 料

- ・ 入門検定 一般 (2,500円)・大学生 (2,000円)・高校生以下 (1,000円)
- ・ 上級検定 一般 (3,000円)・大学生 (2,500円)・高校生以下 (1,000円)

◎ 申 し 込 み 平成22年7月1日より受け付けます。

◎ 申 込 方 法

- ・ 検定事務局窓口へ直接申し込む
- ・ 申込書にて郵便局で検定料を添えて申し込む

◎ 問 い 合 わ せ

事務局「ほっかいどう学検定推進機構」

(財)北海道生涯学習協会内

〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目 かでる2・7 9階

電話 011-231-4111 (内線36-343, 36-370)

Eメール: college@hsgk.jp

<http://www.hsgk.jp/kentei/index.html>

※詳細は、後日発表される「検定リーフレット」に記載されます。

視聴覚センター  
からのお知らせ

視聴覚センターでは、約五千タイトルの視聴覚教材(ビデオ、DVD、十六mmフィルム)を収蔵し、全道の皆様へ無料でお貸ししています。学校や社会教育関係団体はもとより、企業、各種団体等でお役に立てる教材を用意していますので、気軽にお問い合わせください。  
今後購入予定の教材から一部をご紹介します。

- ◆ 宮沢賢治・原作アニメシリーズ五巻 (DVD)
- ◆ おくりびと (DVD)
- ◆ 宮崎駿の仕事 (DVD)
- ◆ 次郎長三国志 (DVD)
- ◆ スプーンおぼさん (DVD)
- ◆ 二〇代・三〇代のための面接シミュレーション (VHS)
- ◆ 四〇代・五〇代のための面接シミュレーション (VHS)
- ◆ キャリアカウンセリング入門 (VHS)
- ◆ 未来を変えるあなたの選択 (DVD)
- ◆ 列車紀行(北海道) (DVD)

※らくらくWEBで申し込み※

視聴覚センターの教材は、WEBから借用の申し込みをし、宅配便で受け取ることができます。  
詳しくは左のアドレスにアクセスを!

<http://manabi.pref.hokkaido.jp/>

※お問い合わせ先………

電話 〇一一一―三三三―四一一一

(三三六―三四三三)

FAX 〇一一一―二八一―六六六四



# 平均寿命と健康寿命について

財団法人北海道生涯学習協会  
事務局長 木村 征 範

ここ数年健康についての専門家の提言や住民の健康意識に変化が出てきています。

今から40年前の某全国紙の正月号に「国民の日常生活にかかる『21世紀のサラリーマン像』』という記事がありました。その中で、将来予想されることとして、2つ上げていました。一つは、これからは「趣味・趣向の多い人」、もう一つは「軽運動」が流行するという事を予見していました。

当時の米国では、高齢者がウィークデーに三々五々、短パン姿で安価なゴルフを楽しんでいる光景を見聞きし、羨ましく感じたものです。しかし、現在、日本においても平日に高齢者が、ゴルフのコンペやグループで余暇を楽しんでいる姿に接し、時代の流れを痛感しています。

人間の寿命には、「平均寿命」と「健康寿命」という2つの捉え方があるといわれます。前者は「零歳における平均余命」を指し、後者は世界保健機構が提唱している「寿命」で、「寝たきりにならないでほぼ1人で自立できる寿命」を言います。

戦後、昭和22年の日本人の平均寿命は、男性50歳、女性54歳でしたが、医療の進歩、食生活や生活習慣の改善等から、現在男性79歳、女性86歳と世界一の長寿国になりました。しかし、その一方で、寝たきりとなっている期間も男性約6.3年、女性7.9年（2003年）と、こちらも世界一となっています。また寿命を全うする直前、病院等で生活する時間が平均5年という実態もあります。

こうした問題にいち早く取り組んだ長野県は、ピンコロリ運動でも有名ですが、脳卒中を予防するための栄養指導（減塩）や在宅医療が行いやすい地域医療システムを整えるとともに、「生きがいのための施策」と「健康づくり運動」を実施しています。このことが功を奏して、老人（65歳～75歳）の就業率全国一位、県民の「健康寿命」も伸び、その結果一人当たりの老人医療費は全国最低

となっています。

健康とは次のように身体的、精神的、社会的に良い状態をいいます。

第1は、「身体的な健康」です。

身体的な健康であるためには、運動が大切です。そのためには、一人一人が自ら目標をもち、トレーニングをすれば加齢による体力の低下をカバーすることができるといわれています。

第2は、「精神的な健康」です。

精神的に心豊かな健康な生活を営むために、人間の精神作用が大切です。知識、感情、気持ち、思いやりなど、豊かな精神生活は、認知症をも和らげるといわれています。

第3は、「社会的な健康」です。

地域社会で自分を活かしていくために、楽しむや喜び、癒しの時間を増やすことが大切といわれています。伊藤一輔博士（国立函館病院副院長）は、日常生活に「笑い」を取り入れると脳が活性化され、更に健康に良い効果があると説いています。

今、日本の医療費は約30兆円と右肩上がりに増え続けています。日本人の1人あたり医療費（国民健康保険分H19）は約40万円、北海道においては、約50万円となっています。その削減のために、健康診断・予防医学・食育等、地道な運動を展開したいものです。現在、道内の市町村の中には、大学の専門家の支援を受け、「役場栄養士・生活指導員」「教育委員会の社会教育主事・体育指導員」病院、地域住民が一体となって、健康づくりに取り組んでいる例が出てきています。

「人間の機能は使わなければ衰える」と云われますが、「加齢により落ちていく体力、知力、能力もしっかりトレーニングすればかなり維持できる」ということが実証されています。「平均寿命」から「健康寿命」を延ばし医療費削減に結びつく道民運動になることを期待します。

## 編集後記

去る二月十五日、道民カレッジを支援する組織が設立されました。

この組織は、「道民カレッジ全道ボランティアの会」と称し、全道で活動している約百名のボランティアが加入する予定です。

道民カレッジ事業のみならず協会が行う事業の運営等に大変な支援をいただく強力な団体になります。

平成二十二年度協会事業の「かでの講座」は、従来の「かでの」を拠点とする講座とは別に、外に飛び出して実施する講座十講座を新たに実施する予定です。これらの講座は、「近代美術館」、「三岸好太郎美術館」、「文学館」「埋蔵文化財センター」の協力を得て実施するものです。実際に物を見たり触れたりするなどこれまでにない画期的な事業となります。

平成二十二年度も当協会は、会員の皆様の深いご理解と温かいご支援をいただき、事業の充実を図りながら北海道の生涯学習の推進に努めてまいりますので変わらぬご支援をお願い申し上げます。

(K・S)