

令和8年度 前期

宇都宮市民大学

募集期間 4/1(水)~4/15(水)

専門講座

I 郷土を愛する 「宇都宮学」コース

- 1 宇都宮の自然を知るー地学編ー
～宇都宮の大地の歴史・足下に何がある～

II 今を読み解く 現代社会コース

- 2 聞く・書く・語る
“新たな気づき 言葉の力”
～言葉の力を知ろう～
- 3 地球沸騰化時代にそなえる
～幸せなカーボンニュートラルへの道～
- 4 知って得する「医療とリハビリの最前線」!
～50万都市宇都宮の人々の生活と命を守る～

III 暮らしを彩る 文化・教養コース

- 5 知られざる下野の古戦場
～中世武将の歴史の舞台～
- 6 国をつくる
しもつけのこまる
～下毛野古麻呂の生涯～
【文星芸術大学連携講座】



1 宇都宮の自然を知るー地学編ー

～宇都宮の大地の歴史・足下に何がある～



概要 宇都宮市は、発展を続ける都市でありながら、豊かな自然も残る地域です。自然の中で地形や地質は、動植物の生息や分布だけでなく、歴史や産業、文化などの人間活動にとっても重要なものです。
本講座では、栃木県や宇都宮市の大地や生物の歴史を紹介します。宇都宮市では、世界でも発見例の少ない「化石鯨骨群集」という特殊な生物群の化石も見つかっています。
大地の歴史を知り、大地の成り立ちと人々の生活との関わりに目を向けてみましょう。

会場 人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階) **期間** 5月21日～7月2日の木曜日 午前10時～正午 **定員** 90名 **受講料** 3,000円

回	日程	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月21日 (木曜日)	栃木県の地史と地形地質 ～栃木県の大地はどのように作られたか～	栃木県立博物館名誉学芸員 栃木県文化財保護審議員 柏村 勇二 氏	講義
2	5月28日 (木曜日)	宇都宮の地形地質 ～宇都宮の大地の特徴とは～		
3	6月11日 (木曜日)	宇都宮の化石① ～宇都宮は化石の宝庫～		
4	6月18日 (木曜日)	宇都宮の化石② ～貴重かつ特殊な化石鯨骨群集～		
5	6月25日 (木曜日)	宇都宮の地形地質と歴史・産業 ～地形地質と人間活動の関わり～		
6	7月 2日 (木曜日)	日本列島の形成と自然災害 ～日本列島の特徴と自然災害の関わり～		

2 聞く・書く・語る “新たな気づき 言葉の力”

～言葉の力を知ろう～



概要 現代社会における言葉の重要性を再認識し、受講者が自分の言葉や他者の言葉に対する理解を深めること、そしてコミュニケーションを通じてより豊かな人間関係を築くことが、今回のテーマです。
本講座では講師の話聞くだけでなく、受講者同士の交流を通じて相互理解を深め、より豊かな学びの場を体験することができます。
言葉を操る人間同士、楽しい気持ちで参加してみませんか。

会場 人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階) **期間** 5月26日～7月7日の火曜日 午前10時～正午 **定員** 60名 **受講料** 3,500円

回	日程	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月26日 (火曜日)	言葉をひもとく ～そのはじまりと今～	済生会宇都宮病院 公認心理師 目加田 敏浩 氏	講義 WS
2	6月 2日 (火曜日)	自分の言葉を書きしるす ～社会福祉士の経験から提案する～	国際医療福祉大学大学院 特任教授 小嶋 章吾 氏	
3	6月 9日 (火曜日)	他者の言葉を書きしるす ～F-SOAIIPという言葉の記録法に添って～	日航ジャンボ機墜落事故のご遺族 橋本 毅 氏 フリーライター 飯田 絵里 氏	
4	6月16日 (火曜日)	飛行機事故から40年 ～両親の手記から～ 親の人生を辿ることは自分の人生を辿ること	日本詩人クラブ 会員 くぼかわ けんいち 氏	
5	6月23日 (火曜日)	詩を読み、書いてみよう ～ひとりひとりに眠ってる詩ごころを見つけよう～	金沢大学 名誉教授 天野 良平 氏	
6	6月30日 (火曜日)	「聞き書き」のすすめ ～あなたの「とっておきの話」を大事に遺していこう～	聞き書きTOKIO/日本聞き書き学校 認定講師 大関 寛泰 氏 ほか	
7	7月 7日 (火曜日)	「聞き書き」実践教室 ～まとめ～		

WS (ワークショップ) : グループで意見交換や共同作業を行いながら進める参加型学習方法

3 地球沸騰化時代にそなえる

～幸せなカーボンニュートラルへの道～



概要 「地球沸騰化時代」とは、気候変動の危機的な進行状況を表す言葉です。異常気象や自然災害の激化は、私たちの暮らしに深刻な影響を及ぼします。

本講座では、気候変動の現状を正しく理解し、「持続可能な社会」の実現に向けた具体的な取り組みを学びます。2050年カーボンニュートラルの実現に向けて、私たちができることを模索してみませんか!!!

会場 人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階) ※第3回は館外学習
期間 5月26日～6月23日の火曜日 午後2時～午後4時
受講料 2,500円 (館外学習は別途自己負担)
定員 90名

回	日程	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月26日 (火曜日)	地球沸騰化時代の到来 ～気候危機と私たちの暮らし～	宇都宮大学 教授 高橋 若菜 氏	講義
2	6月 2日 (火曜日)	無理せず広げるカーボンニュートラル ～我慢ではなく、心地よい選択を～		講義 WS
3	6月 9日 (火曜日)	現場検証(茨城県坂東市) (①キャノンエコテックパーク、②さしまクリーンセンター寺久)	キャノンエコテックパーク 職員 さしまクリーンセンター寺久 職員	館外 学習
4	6月16日 (火曜日)	宇都宮市におけるカーボンニュートラルの取組と展望	宇都宮市役所 環境部 環境創造課 職員	講義
5	6月23日 (火曜日)	地域における自然と人間とのかかわり	宇都宮大学 教授 高橋 俊守 氏	

WS (ワークショップ) : グループで意見交換や共同作業を行いながら進める参加型学習方法

4 知って得する「医療とリハビリの最前線」!

～50万都市宇都宮の人々の生活と命を守る～



概要 宇都宮の地域医療は、「命を救う急性期医療」や「生活を取り戻す回復期リハビリテーション」等が連携して成り立っています。急性期医療とリハビリテーションの取り組みを通して、脳卒中・心疾患・整形外科疾患等を中心に、急性期から回復期、そして在宅までの“医療の流れ”と「治す」から「取り戻す」へと繋がるリハビリテーションの重要性を市民の視点で学んでみませんか?

会場 人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階)
期間 5月23日～7月18日の土曜日 午前10時～正午
定員 90名 **受講料** 4,000円

回	日程	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月23日 (土曜日)	脳卒中から命を救う医療 ～脳梗塞・脳出血の治療と再発予防の最前線～	済生会宇都宮病院 脳外科医 主任診療科長 稲俣 丈司 氏	講義
2	5月30日 (土曜日)	栃木県と宇都宮地域の医療構想と済生会宇都宮病院の地域での役割 ～地域の命を守る急性期医療の使命～	済生会宇都宮病院 副院長 岩部 昌平 氏	
3	6月13日 (土曜日)	心疾患のリスクと闘う ～心筋梗塞・心不全の治療と再発予防～	済生会宇都宮病院 循環器内科医 佐藤 允俊 氏	
4	6月20日 (土曜日)	整形外科疾患の最前線 ～運動器外傷・疾患からの“動ける回復”をめざして～	済生会宇都宮病院 整形外科医 医長 笠原 知樹 氏	
5	6月27日 (土曜日)	脳卒中のリハビリテーションの実際 ～身体機能と高次脳機能のリハビリテーション～	済生会宇都宮病院リハビリテーション技術科 理学療法課 妻神 昂 氏 作業療法課 五味淵 牧子氏	
6	7月 4日 (土曜日)	心疾患リハビリテーションの実際	済生会宇都宮病院リハビリテーション技術科 理学療法課 横手 智成 氏	
7	7月11日 (土曜日)	運動器のリハビリテーションの実際 ～リハビリテーションを知り予防につなげる～	済生会宇都宮病院リハビリテーション技術科 理学療法課 長崎 稔 氏	
8	7月18日 (土曜日)	サルコペニア・フレイルのリハビリテーションの実際	済生会宇都宮病院リハビリテーション技術科 理学療法課 神山 大地 氏 言語聴覚課 佐々木 昂子 氏	

5 知られざる下野の古戦場

～中世武将の歴史の舞台～



概要 栃木県やその周辺には、鎌倉時代から戦国時代の古戦場が各地に残されています。そこでは宇都宮氏や小山氏が生き残りをかけて激闘を繰り広げました。そのときどのようなドラマが展開され、勝者となったのはだれか。また、敗者のその後の運命はいかに。激しい攻防戦の実態やなぜそこが戦場となったのかなど、それぞれの古戦場にスポットをあてながら、中世下野の興亡の歴史を学んでみませんか？

会場 人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階) **期間** 5月18日～7月6日の月曜日 午前10時～正午 **定員** 90名 **受講料** 4,000円

回	日程	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月18日 (月曜日)	下総結城合戦(1440～41年) ～なぜ結城氏朝は天下を相手に戦ったのか～	宇都宮共和大学 客員教授 江田 郁夫 氏	講義
2	5月25日 (月曜日)	宇都宮竹林合戦(1514年) ～佐竹・岩城氏の大军が宇都宮に迫る～		
3	6月 1日 (月曜日)	野木宮合戦(1183年) ～小山・長沼・結城3兄弟は野木宮合戦でいかに戦ったのか～	小山市立博物館 学芸員 佐久間 弘行 氏	
4	6月 8日 (月曜日)	小山 鷲城・祇園城合戦(1380～82年) ～鎌倉府の討伐を受けた小山義政～		
5	6月15日 (月曜日)	宇都宮猿山合戦(1523年) ～なぜ結城政朝は猿山に攻め寄せたのか～	宇都宮共和大学 客員教授 江田 郁夫 氏	
6	6月22日 (月曜日)	喜連川早乙女坂合戦(1549年) ～なぜ宇都宮氏は那須氏に大敗したのか～		
7	6月29日 (月曜日)	沼尻合戦(1584年) ～佐竹氏・宇都宮氏の生き残りをかけた戦い～		
8	7月 6日 (月曜日)	佐野須花坂合戦(1585年) ～佐野宗綱の討死後、佐野氏の運命と宇都宮氏への影響は～		

6 国をつくる

～下毛野古麻呂の生涯～



概要 下毛野古麻呂は7世紀後半から8世紀の初頭、中央政界(大和)で活躍した人物です。当時の日本では、天皇を中心とした新しい国づくりが進められていました。法律、首都、国史を備えた中央集権国家です。古麻呂は大宝律令の撰定に中心人物として加わったほか、参議となって国づくり全般に関わりました。地方出身者としては異例のことです。本講座では、わずかな手がかりを頼りに古代の知られざる大政治家の実像に迫ります。

会場 人材かがやきセンター研修室 (中央生涯学習センター5階) **期間** 5月22日～7月3日の金曜日 午後2時～午後4時 **定員** 90名 **受講料** 3,500円(館外学習は別途自己負担) ※第7回は館外学習

回	日程	学習テーマ	講師	学習方法
1	5月22日 (金曜日)	神話を創ったのはだれだ ～記紀に現れた下毛野氏～	文星芸術大学 非常勤講師 福田 三男 氏	講義
2	5月29日 (金曜日)	古麻呂デビュー ～奴婢600人解放の真実～		
3	6月 5日 (金曜日)	下毛野薬師寺の建立 ～日本3戒壇・東国仏教のセンター～		
4	6月12日 (金曜日)	国をつくるⅠ ～大宝律令撰定～		
5	6月19日 (金曜日)	国をつくるⅡ ～法、首都、国史の整備～		
6	6月26日 (金曜日)	古麻呂と仲間たち ～藤原不比等を中心に～		
7	7月 3日 (金曜日)	フィールドワーク ～下毛野薬師寺跡など～		館外 学習

受講のご案内

宇都宮市民大学は平成5年の開講以来、市民の皆様的高度で専門的な学習ニーズにお応えするため、心豊かに市民生活を送るための教養講座や、郷土愛を育む地域の文化・歴史講座など、様々な講座を開講しています。

講座内容

1ページから3ページをご覧ください。

対象

宇都宮市内に在住、通勤・通学している方。
ただし、応募者が定員に満たない講座のみ、市外の方でも受講できます。

申込方法

下記のいずれかの方法でお申し込みください。

①「申込専用フォーム」にアクセスする

→右記のQRコードを読み込み、申込専用フォームに必要事項を入力してください。

申込専用
フォーム→



②ファクス、郵便はがきで送る

→記載例を参考に下記の必要事項を明記し、市民大学事務局にお送りください。

必要事項

- ①希望講座名 ②氏名(フリガナ)
③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号 ⑥年代
⑦過去の受講経験の有無

— 記載例 —

- ①希望講座名 ③地球沸騰化時代にそなえる
④知って得する「医療とリハビリの最前線」!
②氏名(フリガナ) 宇都宮 花子(ウツノミヤ ハナコ)
③郵便番号 320-0806
④住所 宇都宮市中央1-1-13
⑤電話番号 632-6332
⑥年代 30代
⑦受講経験の有無 あり

③市民大学事務局の窓口で申込用紙に記入して提出する

→市民大学事務局(人材かがやきセンター内)の受付窓口にお越しください。
所在地:宇都宮市中央1-1-13(中央生涯学習センター4階)

●受付日時

平日の午前8時30分～
午後5時15分

申込期間

令和8年4月1日(水)～4月15日(水) 必着

※応募者が定員に満たない講座に限り、4月16日(木)から4月30日(木)まで随時お申し込みができます。ご希望の講座の応募状況を電話でお問い合わせの上、上記申込方法にてお申し込みください。

結果通知

受講の可否は、4月末頃に、申込者全員に通知します。

※応募者が定員を超えた場合は、抽選により受講者を決定します。

お申し込みについて

- 1人で複数の講座に申し込むこともできます。
- 電話・Eメールによる受付はいたしません。
- 個人情報については、宇都宮市民大学・人材かがやきセンターが実施する事業にのみ使用させていただきます。
- 託児サービスは実施いたしません。
- 受講料は結果通知に同封する「払込取扱票」にてお近くの郵便局等で納付いただきます。振込手数料は受講者負担となりますので、あらかじめご了承ください。なお、受講料は出席回数に関わらず、当該講座全期間あたりの料金です。
- 受講決定後にやむを得ない理由で講座の受講をとりやめる場合は、Eメールやファクスなどで、必ず市民大学事務局にご連絡ください。(電話での受付は行っておりません。)なお、いただいた受講料の返金はいたしません。

市民大学を受講される皆様へ

受講上のお願い

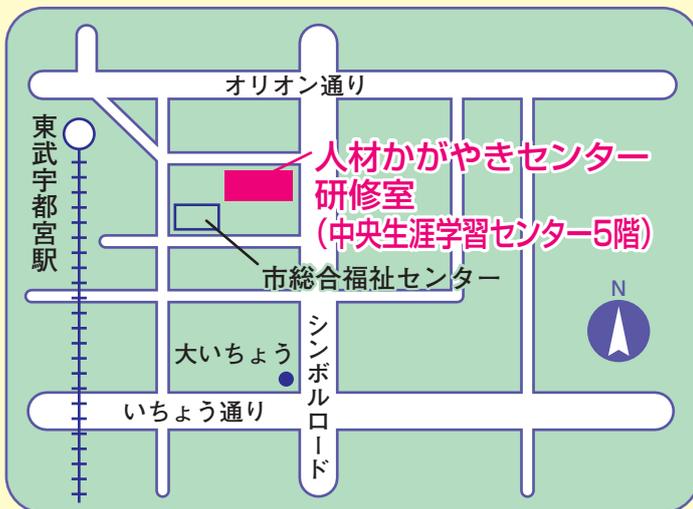
- マスクの着用については個人の判断となりますので、着用するマスクは各自で準備をお願いします。また、水分補給のための飲み物や寒さ対策のためのひざ掛け等も各自で準備をお願いします。

館外学習について

- 館外学習の時間・行程表などの詳細は、各講座の開講後にお知らせします。
- 館外学習に係る費用は別途ご負担いただきます。また、納付後の返金はいたしません。
- 館外学習当日に体調不良等で出席が困難になった場合は、必ず市民大学事務局までご連絡ください。

その他

- 講師の所属や役職等は令和8年3月16日時点のものです。
- 状況により内容を変更、または開催を中止する場合があります。



お問い合わせ・お申し込み先

宇都宮市民大学事務局(人材かがやきセンター内)

〒320-0806 宇都宮市中央1-1-13

(中央生涯学習センター4階)

TEL : 028-632-6332 (お問い合わせのみ)

FAX : 028-632-6336

Mail : college@city.utsunomiya.tochigi.jp

(お問い合わせのみ)

※駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。

表紙イラスト『学びは未来を創る』

制作：宇都宮メディア・アーツ専門学校
ビジュアルデザイン科 高橋 美咲さん

制作者コメント

「知的な学びへ興味をもつ人」をコンセプトに、学んで知識を身につけることで、良い未来へと歩いて行っている様子をイメージしてデザインしました。アピールポイントは、人にグラデーションがかかっている事です。これは学んで体に知識が染み付いていることを表現しました。



●発行 / 2026年4月1日
●発行人 / 宇都宮市民大学運営協議会

●主催 / 宇都宮市 宇都宮市教育委員会
●実施 / 宇都宮市民大学運営協議会