



盛岡市プレスリリース

～輝きが増し 活力に満ち 夢をかなえるまち盛岡～

令和 7 年 9 月 3 日

保健福祉部
長寿社会課

市政記者クラブ加盟社 各位

令和 7 年度盛岡ゆうゆう大学公開講座 (第 4 回本校講座) を開催します

市内在住の 60 歳以上の方が学ぶ盛岡ゆうゆう大学では、生きがいある生活づくりを目的とし、教養や文化、健康や安全等の講座を開講しています。

これまで講座の中で、盛岡市民文化ホールで開催する本校講座を公開講座とし、市民の皆様と学びを共有してきました。

今回の公開講座は、脳トレ漫談師の福々亭ナミ子氏、演題「笑う門には福来る！」～心と体の健康維持の秘訣～で、ご講演をいただきます。講座の主な内容は次のとおりです。

笑うこと、そして人とつながることが心と体の健康を支えている——そんな科学的なエビデンスを、福々亭ナミ子氏が笑い満載でお届けします。

「笑いは天然のくすり」「孤独はタバコより体に悪い!？」など、高齢者の心と体の健康に関する最新研究をもとに、ユーモアたっぷりの語り口で楽しく解説します。

誰でも覚えのある“あるある話”や、笑いで元気になった実例も交えながら、「明日からできる健康習慣」まで、笑って学べ、心の免疫力を高めることにつながる時間です。

ぜひ、たくさんの市民の皆さんに聴いていただきたいです。



記

【日 時】 令和 7 年 9 月 19 日 (金) 13:30～15:30

【場 所】 盛岡市民文化ホール 大ホール
(盛岡市盛岡駅西通 2 丁目 9-1)

【内 容】 盛岡ゆうゆう大学公開講座 (第 4 回本校講座)
演題 「笑う門には福来る！」
～心と体の健康維持の秘訣～

ふくぶくてい なみこ

講師 脳トレ漫談師 福々亭 ナミ子 氏

【スケジュール】 12:30 開場
13:30 講演 (途中、15 分ほど休憩あり)
15:30 終了

【対 象】 公開講座ですので、どなたでも無料で入場できます。
事前の申し込みの必要はありません。

【主 催】 盛岡市

【問い合わせ先】

盛岡市保健福祉部長寿社会課

担当：金澤 (かなざわ)、大和田 (おおわだ)

TEL：603-8003 (直通) FAX：653-2839

令和7年度盛岡ゆうゆう大学 講座日程

(1) 本校講座（7回）

講 座 名	「演題」講師・団体等（予定）	月 日	時 間	会 場
入 学 式 本校講座 1	「カナダ・ビクトリア市 姉妹都市提携 40 周年」 公益財団法人盛岡国際交流協会 盛岡ビクトリア友好協会 副会長 藤村 孝史 氏	6 月 5 日 (木)	13 : 00 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
本校講座 2	「防災気象情報の利活用について」 盛岡気象台 土砂災害気象官 上澤 健一 氏	7 月 25 日 (金)	13 : 30 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
本校講座 3 兼 (特別講座 3)	「食べる喜びをいつまでも！」 ～岩手の食材と素敵な出会いで、心の栄養補給も～ 料理研究家・フリーアナウンサー 千葉 星子 氏	8 月 28 日 (木)	13 : 30 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
本校講座 4	「笑う門には福来る！ ～心と体の健康維持の秘訣～」 脳トレ漫談師 福々亭 ナミ子 氏	9 月 19 日 (金)	13 : 30 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
本校講座 5	「ふくよかな秋 🍁 ミニコンサートとみなさんと楽しむ歌の広場」 ソプラノ歌手 笹原 美香 氏	10 月 28 日 (火)	13 : 30 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
本校講座 6	意見発表大会「あのなはん～私の思いを言葉に込めて～」 入選者による発表	11 月 13 日 (木)	13 : 30 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
卒 業 式 本校講座 7	「アナウンサーの舞台裏」 IBC 岩手放送 アナウンス部専任部長 兼 報道制作部専任部長 風見 好栄 氏	令和 8 年 2 月 3 日 (火)	13 : 00 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール

(2) 特別講座（5回）

講 座 名	「演題」講師・団体等	月 日	時 間	会 場
特別講座 1	芝居を愛した作家たち ～文士劇の歴史と盛岡の文士劇～ 脚本家 道又 力 氏	6 月 27 日 (金)	13 : 30 ～ 15 : 30	盛岡劇場
特別講座 2	楽しく！手軽に！無理なく健康づくり ～今日から出来る健康姿勢づくり～ モデル、ヨガインストラクター、姿勢改善アドバイザー 葛巻 舞香 氏	7 月 18 日 (金)	13 : 30 ～ 15 : 30	盛岡劇場
特別講座 3 (兼本校講座 3)	食べる喜びをいつまでも！ ～岩手の食材と素敵な出会いで、心の栄養補給も～ 料理研究家・フリーアナウンサー 千葉 星子 氏	8 月 28 日 (木)	13 : 30 ～ 15 : 30	市民文化 ホール 大ホール
特別講座 4	いざ、という時に・・・！ 異常気象と災害に備えて & 電気災害に備えて 盛岡中央消防署 予防係長・火災原因調査員 小笠原 武志 氏	9 月 5 日 (金)	13 : 30 ～ 15 : 30	盛岡劇場
特別講座 5	ようこそ「岩手弁」の世界へ！ ～方言の魅力と岩手暮らしの素晴らしさ～ えふえむ花巻 取締役放送局長 落合 昭彦 氏	10 月 14 日 (火)	13 : 30 ～ 15 : 30	盛岡劇場

※本校講座及び特別講座のテーマは予定で、変更の可能性がありますので御了承願います。

盛岡ゆうゆう大学について

1 歴史 昭和 51 年 10 月にもりおか老人大学として開校し、令和 2 年度に盛岡ゆうゆう大学と改称しました。今年で 50 年目を迎えています。

2 概要 対象は市内にお住まいの 60 歳以上の市民。
いつまでも知的的好奇心と学習意欲を保ち、生きがいを共感し合える学習の場として開設しています。今年度は 6 月に開講し、2 月に卒業式を行う予定です。

3 ゆうゆう大学の各講座

(1) 本校講座 … 入学式 (6/5) から卒業式 (2/3) までの間に 7 回開講。

さまざまな分野の第一線で活躍している地元にはゆかりのある方を講師に招く講演会が中心です。学生が一堂に集まり聴講します。内容は、郷土の歴史、高齢者と健康、高齢者と自立、暮らしと文化などです。本校講座は公開講座として一般の方にも案内いたします。

(2) 地域校講座 … 10 月までの間に 9 回開講。

学生が居住地区ごとの「地域校」（会場は老人福祉センターなど）に分かれ、学習テーマを担当教授 2 名と学生が自主的に決めて運営しています。内容は、健康・安全、家族の人間関係、社会参加、バスによる校外学習などです。地域校は 23 校あります。

(3) 特別講座 … 10 月までの間に 5 回開講。

選択制の講座で、高齢者の生きがいや地域活動などに関することを学習します。
特別講座の運営業務は、「株式会社エスピー」に委託して実施します。

(4) 「あのなはん～私の思いを言葉に込めて～」(意見発表大会) 11 月 13 日 (木)

60 歳以上の市民から原稿を公募し、審査会で選出された方が意見を発表します。
この意見発表大会の聴講を本校講座の一つとしています。

4 組織 学長 内館 茂 (盛岡市長)

副学長 ^{たまやま} 玉 山 ^{きょうじ} 享 司 (盛岡市老人クラブ連合会会長)

5 入学生 今年度 508 名です。(7 月 10 日現在)

学生の年齢層は 60 代から 90 代まで幅が広く、平均年齢は 78 歳です。

6 講座の内容

本校講座、及び特別講座の内容は裏面に掲載していますので、御参照ください。

地域校講座については、23 地域校それぞれで 9 回の内容を計画し実施しています。