



ブルーベリー観光農園を始めた青木さんのお話し

いろんな方とお会いして「輪になる」のが
楽しみです。お気軽にご参加ください!!



青木真矢 さん

アオニサイファーム代表/ワニナルプロジェクト代表

2023

9.30 土

14:00~16:00 開場13:30

つくば市立中央図書館2階

アルスホール (吾妻2-8)

駐車場は都市交通センター南2・北2を
ご利用ください。(費用は自己負担)

無料 申込不要 先着70名



AONISAI FARM
アオニサイファーム

関

西で生まれ育ち長年 **広告デザイナー** として東京で働いてきましたが、ひょんなことから妻の実家の
あるつくば市で「**アオニサイファーム**」を立ち上げ、ブルーベリー観光農園を始めることに。異業種
から新規就農として農業に参入しようとしたときに、〈情報がほとんどない〉〈誰に聞けば教えてくれるのかも
分からない〉という壁にぶち当たり、農業を始めるにあたって心が折れそうになるような苦労が多くありました。
そこで、今後 **新規就農** を目指す方が少しでもハードルが低くなるよう、**情報を発信していく**ことを決めました。
そんな中、再びひょんなことから元Jリーガーの近藤直也さんと出会いました。二人の共通点は、それぞれがこ
れまでに培ってきたものを農業と掛け合わせる (**農業×○○○○**) ことで、農家さんが抱く農業や消費者へ
の思いを具現化し、カタチにできるよう活動していたこと。青木さんのこれまでとこれからについてお話を伺い
ます。質問時間たっぷりあります!

＼青木さんに会えるイベント2週連続!／

ワニナルフェス

農業×クリエイティブ×スポーツ

9.23 2023 土

10:00 - 17:00

※雨天決行、荒天中止

会場

大清水公園

vol.1

ワニナルフェス

入場

無料

主催 つくば人間学講座実行委員・つくば市

問合せ つくば市生涯学習推進課 平日8:30-17:15

☎029-883-1111 内線4525

メール edc076@city.tsukuba.lg.jp

第132回つくば人間学講座

身近なコスメから始められる！ サステナブルアクション

高校生・大学生・大人のみなさん、環境のために何か行動したい!と思っている方へ

2023

11.18^土

講演14:00 - 16:00 開場13:30

参加費無料／先着70名

※定員になり次第締め切ります。事前予約はできません

アルスホール

つくば市立中央図書館2階

※駐車場・駐輪場は自己負担でお願いします



講師 長井美有紀氏 ながいみゆき

(一社)日本サステナブル化粧品振興機構代表理事

コスメ業界に長く従事。兼ねてから環境問題に興味をもち、海外の動向にも詳しい。欧米と日本の認識の違いに衝撃を受け、早くから業界・企業・一般に向けてコスメの環境・社会への影響を提言。サステナブル美容の専門家として、講演・論文執筆・大学での講義、オンラインサロンで精力的に情報発信を行う。

福井大学共同論文『サステナブル化粧品に関する認証と生物多様性との関わり』2023年1月刊行

生活から切っても切り離せないコスメ。
消費者である私たちにできるのは「選択」すること

毎日使用する「日焼け止め」に含まれている特定の成分が「サンゴ礁」の白化を引き起こし生態系全体に影響を及ぼしている可能性が指摘されています。また、クリームに使用される「パーム油」はアブラヤシから作られますが、原産地では大量に伐採され深刻な森林破壊を引き起こしています。コスメにまつわる環境問題について学び、私達にできる「選択」について考える講座です。

#環境問題 #SDGs #バイオマスプラスチック #生物多様性
#パーム油 #サステナブル・エシカル製品の選び方と捨て方

空を見る・撮るのが好きな気象の専門家から学ぶ!

地球温暖化が進む今、 将来どうなる?日本の気候



講師 川瀬 宏明氏 かわせ ひろあき

気象庁気象研究所
応用気象研究部第二研究室主任研究官
博士(理学)・気象予報士

1980年三重県生まれ。2007年筑波大学 大学院博士課程卒業
海洋研究開発機構、国立環境研究所等を経て、2014年気象研究所。
2019年度日本雪氷学会平田賞受賞
2020年度日本気象学会正野賞受賞

2024

1.27 土

講演
14:00 - 16:00
開場13:30

会場 アルスホール

つくば市立中央図書館2階
※駐車場・駐輪場は自己負担でお願いします。

先着70名・無料・申込不要 ※定員になり次第締め切ります。事前予約はできません

2023年の日本は過去126年間で最も暑い夏でした。

今年は? 将来は?

極端気象を理解し、気象庁から発表される情報を
適切に受け取り行動できるようになる講座です。

川瀬氏撮影



小児神経専門医が語る

「ゆくり」って
知っていますか？

9.14 土 無料
申込不要
先着100名

14:00 - 16:00 開場 13:30

つくば市民センター大会議室 つくば市吾妻1-10-1



「Yukuri (ゆくり)」は「つながり/縁」を意味する古語で、「te (て)」には「それを担うところ」という意味があるそうです。湯浅先生はご自身が「きょうだい児（病気や障がいのある子の兄弟姉妹）」というお立場で育ち、何が子どもの育ちで大切なのかを伝えられています。

小児科医として多くの子どもや大人と接してこられた湯浅先生は、子どもの時期に築かれた心がその後の人生を大きく左右すると言われます。

「こころ」を養うには幼少期の「親子」や「人跟人」との「つながり」が欠かせないと。

そして社会に伝えるためにYukuri-te (ゆくりて) を設立されました。先生が発信されている絵本にも、心暖かいメッセージが込められています。



講師

湯浅 正太 氏



小児神経専門医

(起立性調節障害、過敏性腸症候群、睡眠障害等)

一般社団法人Yukuri-te代表理事

絵本作家

1981年生まれ。

2007年高知大学卒業。

自治医科大学付属病院・国立精神・神経医療研究センター病院・亀田総合病院などを経て、現在、一般社団法人Yukuri-te代表理事/イズファミリークリニック本八幡院長

第134回つくば人間学講座 主催：つくば人間学講座
実行委員・つくば市/問合せ つくば市生涯学習推進課
平日8:45-16:30 ☎029-883-1111 内線4521



市民の学びの場・つくば人間学講座 無料・申込不要・先着100名

森林へ行こう！

11.16²⁰²⁴ 土

14:00 - 16:00 開場 13:30

つくば市民センター大会議室 つくば市吾妻1-10-1

森林浴で健康になる

日本は世界有数の森林大国です。
最新の研究によると森林浴は睡眠やストレス解消などに効果があることがわかってきました。
森林科学と医学を学んだ研究者から、森林浴の健康効果について学び、あなたの身近にある森林をもっと楽しんでみませんか。



講師 森田えみ氏

博士（社会健康医学）

森林研究・整備機構 森林総合研究所 主任研究員

筑波大学 国際統合睡眠医科学研究機構 准教授

愛知県生まれ。奈良女子大学理学部卒業後、三菱重工でエンジニアとして勤務。東京大学大学院で森林科学を専攻後、京都大学大学院で社会健康医学を専攻し博士号（社会健康医学）取得。在学中、ミュンヘン大学医学部留学。名古屋大学大学院医学系研究科特任助教を経て森林総合研究所に着任し、現在に至る。

市民の学びの場・つくば人間学講座

先着60名
無料

こころもからだもポカポカ

いすに座ったまま、簡単ヨガ

誰でも歓迎！

1.25²⁰²⁵±

14:00 - 16:00 開場 13:30

ヨガ60分+講演60分

つくば市民センター大会議室 つくば市吾妻1-10-1



才丸麻祐子 -Mayu- 氏

ヨガインストラクター @mayu_yoga

SDGsライフアドバイザー

なにが人生を変えるかわからないですね。
私の生き方は、ヨガで変わりました。

前半60分は、いすに座ったままできるヨガをします。
後半60分は、ヨガで変わった人生のこと、新しく始めたことについてお話します。

講座の内容 ▶ SEとしてバリバリ働いていたMayuさんは、過労のため体調を崩してしまいます。このままでは何のために生きているかわからない…そう思ったMayuさん。日々をすごしているうちに、ヨガへの思いがつよくなり退職することになりました。そんなある日、沖縄の海でSUPヨガをしていて、サンゴの美しさに心を奪われます。この美しいサンゴがなくなってしまうかもしれないと聞いたMayuさんは、自分にできることを少しずつ始めることにしました。(続く)

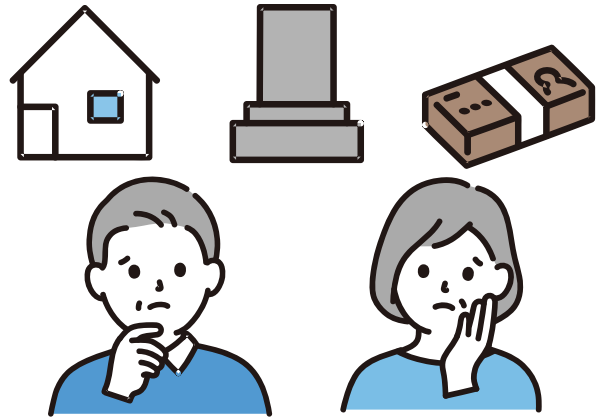
第136回つくば人間学講座 主催：つくば人間学講座実行委員・つくば市

問合せ：つくば市生涯学習推進課 平日8:45-16:30 ☎029-883-1111 edc076@city.tsukuba.lg.jp



制度からみる

しま 人生の終い方



いつかは訪れる人生の「最期」。

成年後見制度、遺言や相続など、自分らしく生涯を終えるための制度はあれど、その内容や使い方は、かかわりがなければ、詳しくは知らないものです。

弁護士の方から、人生の「最期」にかかわる制度の概要や使い方を伺います。私らしい、よき人生の終い方を考えませんか？

制度の基本的な解説となるため、制度の概要に対する質問をお受けする時間を設けますが、個別の御事情を踏まえた御相談は、時間の都合上対応いたしかねます。あらかじめ御了承ください。

2025年

9月21日 日

14:00～16:00 (開場 13:30)

参加無料・入場自由

先着80名 (申込不要)

車いす席・手話通訳あり

支援が必要な場合は9月10日(水)午後4時30分までに
電話・メール等でお申し出ください。
スムーズな対応ができるよう、相談の上対応いたします。

会場 つくば市立中央図書館
アルスホール (吾妻2-8)



お車を御利用の方は、周辺の 有 料 駐 車 場 を御利用ください。
(本講座参加の方向けの割引サービスはございません。)

講師 弁護士 吉岡 隆久 氏 (茨城県弁護士会所属)

昭和46年(1971年)つくば市生まれ。
平成15年(2003年)司法試験合格後、
平成24年(2012年)につくば紫峰法律事務所を開設。
主に訴訟問題・借金問題・離婚問題・相続問題・刑事弁護など
幅広い分野で、依頼者からの相談に対応している。



人間学講座は、市民で構成される実行委員会とつくば市が協働で開催する市民のための講座です。

主 催 つくば人間学講座実行委員会・つくば市

問合せ先 つくば市教育局生涯学習推進課 ☎ 029-883-1111 ✉ edc076@city.tsukuba.lg.jp

※平日受付時間8:45～16:30

『トリセツ』シリーズ・朝のラジオでも大人気!



人生に効く脳科学

自分のトリセツ、他人のトリセツ
あなたの心を楽しめます

人工知能研究の途上で発見した、人々の脳の違い。ものの見方・感じ方や問題解決のしかた、対話の流れなどが相手と真逆になっていることもあります。当然、気持ちいいと思う事象や欲しいことばも違います。この事実を知っているか知らないかで、人生はまったく変わってきます。

家族、友人、同僚とのすれ違いなどで生じる人間関係のもやもやをすっきりさせませんか。

目からウロコの脳科学的人生論です。

講師 人工知能研究者
黒川 伊保子 氏

1959年長野県生まれ、栃木県育ち。
人工知能研究の立場から、脳を機能分析してきたシステムエンジニア。脳のとっさの動きを把握することで、人の気分を読み解くスペシャリスト(感性アナリスト)としても活躍し、NHKラジオ第一「ふんわり」(月～金 9:05～11:50)の金曜パーソナリティとして出演中。

会場 ノバホール 大ホール
つくばセンタービル 内



お車をご利用の方は、周辺の 回 有料駐車場をご利用ください。
(本講座参加の方向けの割引サービスはございません。)

2026年 **1月31日** **土**

14:00～15:30 (開場 13:00)

参加無料・要申込 (定員 700名)

定員を超えた場合は抽選となります。

車いす席・手話通訳あり

お手伝いが必要な場合は、申込の際にあらかじめお申し出ください

申込 申込期間 **12月1日(月)～19日(金)**

お申し込みフォームは
こちらから

または、市ホームページで「人間学講座」と検索



お知らせとお願い

- 抽選結果は1月7日(水)頃発送予定です。
- 往復はがき(必着)での申込みもできます。参加者全員の氏名、代表者の住所と電話番号、配慮を必要とする方は詳細をご記入ください。はがき1枚で5人まで参加申込み可能です。
- 電話・窓口での受付及びキャンセル待ち等の対応はしておりませんのでご了承ください。
- ウェブによるお申込には、メールアドレスが必要です。

人間学講座は、市民で構成される実行委員会とつくば市教育委員会が協働で開催する市民のための講座です。

主 催 つくば人間学講座実行委員会・つくば市教育委員会

問合せ先 つくば市教育局生涯学習推進課 ☎ 029-883-1111 ✉ edc076@city.tsukuba.lg.jp

謎多きトルコの古代遺跡 ギョベックリ・テペ

農耕だけが社会を変えたわけではなかった！

写真提供: 三宅 裕

ユネスコ世界文化遺産にも登録されている、トルコ南東部の遺跡ギョベックリ・テペ。

今から1万年以上も前に、農耕を始める前の狩猟採集民が巨大な建造物を建て、多くの動物や人間の像を残したことで知られる遺跡です。

本講座では、これまでの人類史の常識を覆すことになったギョベックリ・テペ遺跡での

発見の数々や、その周辺の遺跡で進められている発掘調査の最新成果を基に、当時の人々の信仰、世界観、自然観を読み解きながら、今なお謎多きこの遺跡の実像に迫り、その魅力について解説します。

御一緒に1万年前の世界をめぐる旅に出てみませんか。



写真提供: 三宅 裕

2026年

6月13日 土

14:00~16:00 (開場 13:30)

参加無料・入場自由

先着100人 (申込不要)

お手伝いが必要な方へ

支援が必要な場合は6月3日(水)午後4時30分までに
電話(受付時間 平日午前8時45分~午後4時30分)・メール等で
お申し出ください。スムーズな対応ができるよう、相談の上対応いたします。

講師 筑波大学名誉教授 三宅 裕 氏

昭和35年(1960年)栃木県生まれ。2013年~2026年 筑波大学大学院人文社会系 教授
専門は西アジア考古学。火・熱を使ったものづくりの技術「パイオテクノロジー」(熱加工技術)に注目し、
トルコで新石器時代の遺跡の発掘調査を行い、土器の起源などを研究。
NHK Eテレ「三ヶ月でマスターする古代文明」第1回(2025年10月放送)の講師を
務めるなど、研究成果の発信も精力的に行っている。



会場 つくば市役所
コミュニティ棟1階 会議室



お車を御利用の方は、市役所お客様駐車場1・2を御利用ください。
お客様駐車場1・2を御利用の参加者の皆様は、会場に駐車券を持参いただきますと、
駐車料金を無料とさせていただきます。

人間学講座は、市民で構成される実行委員会とつくば市が協働で開催する市民のための講座です。

主 催 つくば人間学講座実行委員会・つくば市教育委員会

問合せ先 つくば市教育局生涯学習推進課 ☎ 029-883-1111 ※平日8:45~16:30 ✉ edc076@city.tsukuba.lg.jp

＼好評につき第2弾！／

空を見る・撮るのが好きな
気象の専門家から学ぶ

激化する 極端気象

近年発生する極端気象は

地球温暖化で激化しているのか？

その答えを導き出す研究とは！



写真＝川瀬宏明 | <https://x.com/rivhiro/status/1553621646182793221>

2024年に開催した第133回つくば人間学講座「地球温暖化が進む今、将来どうなる？ 日本の気候」の第2弾！
翌2025年の夏には最高気温の記録の更新など、「〇年に1回」と言われる、極端な気象現象が続いています。
これらの背景にある気象の仕組みと地球の変化に、私たち人類がどう関わっているかをわかりやすく解説します。

2026年

9月27日 日

14:00～16:00 (開場 13:30)

参加無料・入場自由

先着80人(申込不要)・手話通訳あり

お手伝いが必要な方へ (合理的配慮のご案内)

支援が必要な場合は9月14日(月)午後4時30分までに
電話(受付時間 平日午前8時45分～午後4時30分)・メール等
でお申し出ください。スムーズな対応ができるよう、相談の上対応いたします。

会場

つくば市立中央図書館
2階 アルスホール



お車を御利用の方は、周辺の 回 有料駐車場を御利用ください。
(本講座参加の方向けの割引サービスはございません。)

講師

気象庁気象研究所

応用気象研究部第一研究室 室長

川瀬 宏明 氏

昭和55年(1980年)三重県生まれ。

平成19年(2007年)筑波大学大学院博士課程修了後、海洋研究開発機構、

国立環境研究所等を経て、現職。

専門分野は、地域気候変動予測、局地気象、降雪・積雪。

著書に『極端豪雨はなぜ毎年のように発生するのか』等。



人間学講座は、市民で構成される実行委員会とつくば市が協働で開催する市民のための講座です。

問合せ先 つくば市生涯学習推進課 ☎ 029-883-1111 ✉ edc076@city.tsukuba.lg.jp

主催：つくば人間学講座実行委員会・つくば市教育委員会