

主催 徳島県教育委員会  
徳島県婦人団体連合会

令和6年度

# がんばるあなたの スキルアップ講座



**第1回** 5/18 (土) 13:15~15:15

身近な支え合いを！  
「認知症サポーター養成講座」

定員：30名

講師：認知症サポーターキャラバンメイト 健祥会ハート職員

**第2回** 5/26 (日) 10:00~12:00

簡単にできる身体改善運動  
「ボディケアプログラム」

定員：30名

講師：トクシマフィットネスラボ代表 関本 真美さん

**第3回** 6/2 (日) 10:00~12:00

防災スキルアップ！～防災ゲーム&工作～

定員：30名

講師：徳島県防災人材育成センター活動推進員  
中野 裕文さん 鎌谷 真梨子さん

**第4回** 6/16 (日) 10:00~12:00

AI搭載アプリを使ってみよう  
～GoogleレンズとchatGPT～

定員：20名 (参加にはスマートフォンが必要です)

講師：株式会社ポチとつながるPOTZ代表取締役  
佐藤 晃子さん

自分のために  
家族のために  
地域のために  
さあ！  
スキルアップ！

対象 地域活動のためにスキルアップを図りたい方  
参加費 無料 (教材費等は必要に応じて負担いただきます)  
会場 徳島県立総合教育センター  
申込 詳細は裏面をご覧ください



申込締切 令和6年5月3日 (金) 午後5時

天候等の状況により、開催を中止する場合があります。開催が不明な場合は、お電話または  
県立総合教育センターホームページでご確認ください。      アクセスはQRコードから→



※ 各講座の詳細は、受講が決定された後にお知らせいたします。

回	日時	テーマ	材料費・準備物・内容等
1	5/18(土) 13:15～15:15	身近な支え合いを！ 「認知症サポーター養成講座」	・講座修了者には認知症サポーターの証である 「サポーターカード」が授与されます。
2	5/26(日) 10:00～12:00	簡単にできる身体改善運動 「ボディケアプログラム」	・運動のできる服装 ・ヨガマット(または大判バスタオル) ・飲み物
3	6/2(日) 10:00～12:00	防災スキルアップ！ ～防災ゲーム&工作～	・筆記用具
4	6/16(日) 10:00～12:00	AI搭載アプリを使ってみよう ～GoogleレンズとchatGPT～	・資料代500円      ・スマートフォン持参 ・Gmailアカウントをお持ちの方は事前にご確認ください。 ・徳島県の無料Wi-Fiが使用できますが、受信環境や接続状況により、ご自身のデータ容量を使用させていただく場合があります。

お申し込みは、電話・ファクシミリ・電子申請 で

**申込先** 徳島県立総合教育センター生涯学習支援課  
(〒779-0108 徳島県板野郡板野町犬伏字東谷1-7)  
**電話** 088-672-5400  
**ファクシミリ** 088-672-5462 (表裏にご注意ください)  
**電子申請** 右のQRコードを携帯電話等で読み取り、  
必要事項を入力してください。



【お申し込み用QRコード】

申込締切

令和6年 5月3日(金) 午後5時

その他

- ・申込が定員を超えた場合、各回において抽選を行い受講者を決定させていただきます。抽選結果はお知らせいたしますのでご確認ください。
- ・本講座を受講された方は、各回で県立総合大学校「まなびーあ徳島」の単位認定シール(すだちくんシール)2枚を修得できます。
- ・収集した個人情報(個人情報は)は厳重に管理し、目的以外に使用しません。



申込記入欄

氏名

ふりがな

住所 〒

電話番号

● 受講希望回の  欄にチェック (☑) を入れてください。複数選択もできます。

第1回 (5/18)     第2回 (5/26)     第3回 (6/2)     第4回 (6/16)

※ 申込が定員を超えた場合、抽選となります。抽選は各回ごとに実施します。

● 託児希望のある方は希望回の  にチェック (☑) を入れ、必要事項をご記入ください。

第1回     第2回     第3回     第4回    ※ 託児対象は1歳から未就学児までです。

お子様の氏名

ふりがな

生年月日

西暦

年

月

日

年齢

歳