



NEW!

109 暮らし 申込締切 4/30(木)

生活のなかでの栄養学 [ダイエット関連編]

曜日・時間 木曜 18:00~19:30
期間・回数 5/14, 6/11 (全2回)
受講料等 2,400円
講師 森本 千恵 (短大教授)

10も新規開講! あわせてチェック!



「食べる」ことは「生きる」こと。健康を支える栄養素や食物成分の働きを解説。肥満などの生活習慣病や糖質について詳しく学びましょう。

117 趣味 申込締切 5/21(木)

暮らしの中の短歌~日々の気持ちを五七五七七のリズムに乗せて~

曜日・時間 木曜 18:30~20:00
期間・回数 6/4, 6/18, 7/2 (全3回)
受講料等 3,600円+材料費
講師 西村 浩子 (女子大教授)



心を動かされた日常を五七五七七の三十一文字に。日記がわりやストレス発散になり、仲間と共有しているいろいろな見方や表現の仕方を知る機会に。一緒にいかがですか。

121 子育て 申込締切 4/24(金)

乳児期の運動発達と手作りおもちゃ

曜日・時間 金曜 18:00~19:30
期間・回数 5/8 (全1回)
受講料等 1,200円
講師 上岡 紀美 (女子大准教授)



前半は、乳児期の運動発達について理解を深めます。後半は、身近な素材を用いて、子どもの発達を促す簡単なおもちゃづくりを体験します。

講座の詳しい日程については、ホームページをご覧ください。



101 語学 申込締切 4/28(火)

韓国語 -中級編-

曜日・時間 火曜 18:30~20:00
期間・回数 5/12~7/28(全12回)
受講料等 14,400円
講師 崔昌玉 (女子大・短大非常勤講師)
接続形、用言の否定の長い形、比較・勧誘表現といった用言の活用に慣れ、聞き取りや長文読解にも取り組み、積極的な参加で韓国語を習得しましょう。

102 語学 申込締切 4/28(火)

楽しく英語を学ぼう!

曜日・時間 火曜 13:00~14:30
期間・回数 5/12~8/4(全13回)
受講料等 13,000円
講師 松本 達也 (元女子大教授)
英語での会話がスムーズに出来るように、効果的な表現を学んでいきましょう。(英検準2級~2級程度)

103 語学 申込締切 4/23(木)

少し難しい英字新聞を読む

曜日・時間 木曜 13:00~14:30
期間・回数 5/7~8/6(全14回)
受講料等 14,000円
講師 松本 達也 (元女子大教授)
世界の出来事を、内容・分量共に1段上の英語で読んでいきましょう。

104 語学 申込締切 4/17(金)

【在学生向け】易しい英語& Snoopyを楽しむ

曜日・時間 金曜 13:00~14:30
期間・回数 5/1~7/17(全12回)
受講料等 6,000円(在学生価格)
講師 松本 達也 (元女子大教授)
易しい英語に触れることで、英語の楽しさを味わいましょう。

105 語学 申込締切 4/28(火)

話せる中国語(中級)

曜日・時間 水曜 14:40~16:10
期間・回数 5/13~7/29(全12回)
受講料等 12,000円
講師 楊 泓 (女子大・短大非常勤講師)
教科書ベースの豊富な話題で、ネイティブに通じる生きた表現を習得。実践的講座で中国語コミュニケーションを楽しみましょう。

106 語学 申込締切 4/24(金)

イギリスドラマで学ぶ英語と文化

曜日・時間 金曜 10:30~12:00
期間・回数 5/8~7/10(全10回)
受講料等 10,000円
講師 越智希美子 (短大非常勤講師)
イギリスのテレビドラマを楽しみながら登場人物の生活を観察し、イギリス英語の特徴や会話のコツを学びましょう。

107 語学 申込締切 4/10(金)

ドイツ語と文化の小さな旅: 言語と文化へのイントロダクション

曜日・時間 金曜 10:30~12:00
期間・回数 4/24, 5/29, 6/12(全3回)
受講料等 3,000円
講師 ヴィーダーマン ヘレナ (短大助教)
ドイツ語の日常会話やドイツを様々な視点(食文化や祭り、都市)で知り、日本とドイツの共通点を発見しましょう。

108 暮らし 申込締切 4/28(火)

児童文学の愉しみ

曜日・時間 水曜 10:30~12:00
期間・回数 5/13~7/29(全7回)
受講料等 7,000円
講師 横田 和子 (元短大非常勤講師・臨床心理士)
心の豊かさや感情のこまやかなさ、他人と温かい気持ちでの交わりなど、児童文学の中からたくさんの宝物を見つけましょう。

110 暮らし 申込締切 6/25(木)

生活のなかでの栄養学 [からだをつくる編]

曜日・時間 木曜 18:00~19:30
期間・回数 7/9, 7/30(全2回)
受講料等 2,400円
講師 森本 千恵 (短大教授)
「食べる」ことは「生きる」こと。健康を支える栄養素や食物成分の働きを解説。からだの構成成分となる脂質とたんぱく質を詳しく学びます。

111 暮らし 申込締切 4/9(木)

『聞きたいけど聞けない』 IT活用法~スマホ編~

曜日・時間 木曜 18:30~20:00
期間・回数 4/23~5/21(全5回)
受講料等 6,000円
講師 橋 雄司 (短大非常勤講師)
スマホでLINEやInstagramの利用する際の注意点、写真や動画の撮影/編集やパソコンとの連携など、スマホを便利に使うための基礎講座です。※『かんたんスマホ』等対応不可。

112 暮らし 申込締切 5/14(木)

『聞きたいけど聞けない』 IT活用法~パソコン編~

曜日・時間 木曜 18:30~20:00
期間・回数 5/28~7/30(全10回)
受講料等 12,000円
講師 橋 雄司 (短大非常勤講師)
パソコンの基本操作、アプリやネットサービス利用のコツなどを知り、IT機器をより楽しく活用する方法を学びます。入力の基礎から学べるので、マウスとキーボード入力に慣れていない方もOK!

113 暮らし 申込締切 4/27(月)

スイング・スロー・スマイル ~はじめてのバット&ボールエクササイズ~

曜日・時間 月曜 18:30~20:00
期間・回数 5/11~7/27(全11回)
受講料等 13,200円
講師 林 真輝 (事務局職員)
「投げる・打つ」エクササイズ・ストレッチを楽しく体験し、心身を整える、野球未経験者向けの講座です。運動が苦手な方も、仲間と楽しく笑顔に心弾む健康習慣を共に始めましょう!

114 暮らし 申込締切 6/17(水)

こころのケアに役立つ 認知行動療法

曜日・時間 水曜 19:00~20:30
期間・回数 7/1~8/5(全6回)
受講料等 7,200円
講師 柴田 智恵 (女子大・短大非常勤講師、臨床心理士、公認心理師)
心のケアに役立つ認知行動療法の基礎知識について分かりやすく解説します。対人関係や子育てにも役立つカウンセリング理論や大人の発達障害についても取り上げます。

115 資格 申込締切 4/14(火)

社会人として必要な会計リテラシーを身につけよう!(簿記3級)

曜日・時間 火曜 15:00~16:30
期間・回数 4/28~8/4(全14回)
受講料等 14,000円
講師 山邊 彰三 (短大非常勤講師)
取引内容を一定ルールで記帳し財政と経営成績を明示する簿記について、実務的な会計リテラシーの習得と資格取得(日商簿記3級)を目指しましょう。会計に触れたことのない方も安心です。

116 資格 申込締切 8/7(金)

管理栄養士国家試験対策 オンライン講座(前期)

曜日・時間 土曜 オンデマンド配信
期間・回数 8/22~9/19(全9回)
受講料等 9,000円
講師 短大食物栄養学科教員
管理栄養士国家試験受験希望者を対象に動画配信にて、最新の国家試験出題基準や近年の出題傾向に基づいた解説を行います。

118 趣味 申込締切 4/14(火)

世界の愛唱歌を楽しく歌う (簡単曲・発声基礎編)

曜日・時間 火曜 10:30~12:00
期間・回数 4/28~8/4(全14回)
受講料等 14,000円+著作権料
講師 藤本 美穂 (女子大非常勤講師)
簡単な愛唱歌と発声練習曲を歌います。基礎的な発声法を身につけ、豊かな歌声を引き出しましょう。体と心を動かしながら日々の暮らしに音楽を取り入れてみませんか。

119 趣味 申込締切 4/17(金)

世界の愛唱歌を楽しく歌う

曜日・時間 金曜 13:00~14:30
期間・回数 5/1~8/7(全15回)
受講料等 15,000円+著作権料
講師 藤本 美穂 (女子大非常勤講師)
日本や世界の国々で親しまれている愛唱歌を日本語で、時には原語で歌います。基礎から発声を学び、より豊かな歌声を引き出しましょう。

120 趣味 申込締切 4/28(火)

ファラオたちとその時代 -古代エジプトの歴史と文化

曜日・時間 水曜 14:40~16:10
期間・回数 5/13~7/8(隔週 全5回)
受講料等 5,000円
講師 畑守 泰子 (元女子大非常勤講師)
絶大な権力で君臨したとされる古代エジプトのファラオ=王の実際の姿について、遺跡や資料からその実像に迫ってみませんか?

122 子育て 申込締切 5/25(月)

子育てが楽しくなる心理学

曜日・時間 月曜 19:00~20:30
期間・回数 6/8, 6/15, 6/22(全3回)
受講料等 3,600円
講師 柴田 智恵 (女子大・短大非常勤講師、臨床心理士、公認心理師)
子どものかかわり方など、子育てに役立つ心理学を分かりやすく解説。保育や子育て支援の現場にも生かせるよう、発達障害や児童虐待も学びましょう。

暮らし **しののめ女性スポーツ教室**

曜日・時間 原則毎週土曜 14:00~16:00
受講料等 月額1,500円+保険料(希望者のみ)
講師 市河 勉(短大教授)

申込締切
随時

健康の保持・増進とスポーツによる地域の活性化を図ることを目的に毎週活動しています。ソフトバレーボール・バドミントン・卓球(※若干名)の3種目より選択。

※見学は随時承っております。まずは、お電話でご連絡ください。



「しののめプラス」(社会人講座)は、本学の教育機能を広く地域社会に開放した生涯学習のための講座です。また、本学の在学学生、卒業生の「東雲力」を育成するために「学び直し」「学び直し」を支援する講座でもあります。自分磨きのために受講してみませんか? 皆様のお申し込みを心よりお待ちしております。

「しののめプラス」(社会人講座)以外でも学べます!

履修証明プログラム

一定のまとまりのある学修プログラムで、修了者には法に基づく「履修証明書」を交付します。(女性のみ)

■2026年度 前学期

出願締切 3月27日(金) 必着

募集要項等、詳細はホームページをご覧ください。

松山東雲 履修証明プログラム

お問い合わせ・資料請求

松山東雲女子大学・松山東雲短期大学(キャリア支援課)

TEL089-913-2610 (直通)



科目等履修生

大学・短大の正規学生と同様の時間割に従って授業を受け「単位」を修得することができる制度です。(女性のみ)

■2026年度 前学期

出願締切 3月23日(月) 必着

募集要項等、詳細はホームページをご覧ください。

松山東雲 科目等履修

お問い合わせ・資料請求

松山東雲女子大学・松山東雲短期大学(教務課)

TEL089-931-6211 (代表)



社会人学生

資格取得やキャリアアップをめざし、20代から50代の社会人女性が正規学生として学びを深めています。

■学納金特別支援制度あり!

■短期大学3年制コース (長期履修制度)あり

※2年間の学費で3年間学べます

お問い合わせ・資料請求

松山東雲女子大学・松山東雲短期大学(入試課)

TEL0120-874044 (直通)



申し込み方法

web 申し込み

「しののめプラス」(社会人講座)ホームページ内より『受講申込フォーム』に進み、必要事項を入力してください。

松山東雲 しののめプラス

スマートフォンの方はこちらから



郵送

「受講申込書」に必要事項を記入し、下記までお送りください。

〒790-8531 松山市桑原3丁目2番1号

松山東雲女子大学・松山東雲短期大学「しののめプラス」(社会人講座)係

●受講資格 18歳以上の方

●受講上の注意

受講は、受講を認められたご本人のみ可とします。

※一定の人数に達せず開講を中止する場合もご連絡します。
 ※振込手数料は各自でご負担いただけますようお願いいたします。

お申し込みの際は、「しののめプラス」(社会人講座)ホームページ「受講についての諸注意」をご一読の上お申し込みください。▶



●開講通知・手続き等について

2025年度後期より、開講連絡の方法が変わりました。ご注意ください。

申込締切後、全員にメールにて受講可否を通知します。迷惑メールフォルダを含め、申込締切日後は、受信BOXを必ずご確認ください。開講の可否に合わせて、手続き書類をお送りしますので、期限内にお手続きをお願いいたします。(ただし、メールアドレスをお持ちでない方には従来通り郵送にて対応いたします。)

【お問い合わせ先】 松山東雲女子大学・松山東雲短期大学「しののめプラス」(社会人講座)係(キャリア支援課内) TEL 089-913-2610

受付時間/平日8:50~16:00(土・日、祝日休)

~(キリトリ)~

2026年度前期「しののめプラス」(社会人講座)受講申込書(郵送用)

ふりがな								生年月日(西暦)		
お名前								年	月	日
ご連絡先	〒	-						電話	※確実に連絡が取れる番号をご記入ください。	
								メール		
ご希望の講座番号に○を付けてください							「社会人講座」受講歴	駐車場の利用		
101	102	103	104	105	106	107	108	有・無	有に○をつけた方はナンバープレートをご記入ください () 愛媛500な11-22	
109	110	111	112	113	114	115	116			
117	118	119	120	121	122					

※「しののめ女性スポーツ教室」は見学を受け付けております。まずは、お電話でご連絡ください。

●以下の項目に該当する場合は番号に○を付けてください。

1. 在学生(学籍番号:) 2. 卒業生 3. 教職員 4. 元教職員