

2026年度 前期 「しのめプラス」(社会人講座) 【講座概要】

【3/1 現在】

番号	111		昼・夜	夜	新規		悠々大学 登録	有	○
			分野	暮らしと創造	継続	○		無	
講座名			『聞きたいけど聞けない』IT活用法～スマホ編～						
講師/(所属等)			橘雄司		短大非常勤講師				
講座概要			スマホでLINEやInstagramを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。なお、『かんたんスマホ』等には対応しかねます。予めご了承ください。						
回数	月/日	曜日	内容						
1	4/23	木	スマホの基礎知識、フリック入力と予測変換						
2	4/30	木	ネットセキュリティのお話						
3	5/7	木	アプリやSNSの安全な利用と環境設定						
4	5/14	木	スマホでの写真、動画編集						
5	5/21	木	スマホとパソコンの連携(アカウント活用)						
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
時間			18:30～20:00						
教室			現在準備中です						
受講料			6,000円						
テキスト			オリジナル資料を使用します。						
諸費用等			なし						
定員			5名以上						

開講する講座と「東雲力」との対応表

東雲力	4つの力	項目	2項目に ○を記入
	自ら考える力		必要に応じて適切な方法を選択して情報を収集することができる
客観的に情報をとらえ分析し、問題の本質を見極めることができる			
自己を取り巻く環境や社会の問題に関して疑問をもち、問題の原因や本質を探究することができる			
挑む力		他者と自己の違いを認め、自己の強みを認識することができる	○
		「やればできる」という思いで、新たな試みにもチャレンジすることができる	
		目標達成に向けて、自分の意思や判断において自ら進んで行動することができる	
つながる力		多様な価値観を受け入れ、相手の状況や気持ちに配慮することができる	
		自らの意見をわかりやすく相手に伝え、目標達成に向けて人を巻き込むことができる	
		自分や他者の役割を理解し、目標達成に向けてお互いに連携・協力して物事を進めることができる	
やり遂げる力		一度決めたことは、困難や障害があってもあきらめずにやり遂げることができる	
		状況を見ながら、計画や行動を柔軟に変更することができる	
		自分にあったストレス処理の方法を知り、対処することができる	
		ストレスやプレッシャーがかかるような状況でも、自分でその要因に働きかけ軽減することができる	