

# 悠遊たより 心遊たより

第278号  
令和8年

6月

発行 新居浜生涯学習大学

〒792-0023

新居浜市繁本町 8-65

電話・FAX(0897) 33-2991

メール [n-daigaku@city.niihama.lg.jp](mailto:n-daigaku@city.niihama.lg.jp)



人口減少時代の  
新しい豊かさへ

## スマートシュリンク = ウェルビーイング ～新しい酒は、新しい皮袋に盛ろう！～

先日行われた開講記念講演会で、古川 拓哉市長から「新しいこいはまのまちづくりについて」と題して、わがまちの課題や将来像について語っていただいた。市の人口がいつの間にか10万人台になったことに一抹の寂しさを覚えるとともに、急激な社会構造の変化の中で、将来をどのように描いていくべきかを自分事として考え、市民みんなのできることに取り組んでいく大切さを再認識させられた。

この講義の中で、私は知らなかった言葉に出会った。「スマート(賢さ)」と「シュリンク(縮む)」を組み合わせた造語「スマートシュリンク」である。「シュリンクって小エビのことですか？」職場の仲間に聞かれ、思わず苦笑いした。私はよく外国語をそのまま使ってしまう、お叱りを受けることがある。しかし、新しい概念は日本語だけでは表現しにくい場合もある。その際に大切なのは、きちんと翻訳し、誰にでも理解できるよう説明することなのだろうと、改めて感じたものである。

「スマートシュリンク(Smart Shrink)」というのは、近年の日本では主に経済学者の小峰 隆夫氏が、人口減少社会への適応戦略として用い、広めている概念である。人口減少を前提条件にして、無理な拡大ではなく、幸福度や持続可能性を保ちながら“賢く縮む”社会を目指そうという意味で語られている。

これまで私たちは、少子高齢化の進行や人口減少社会の到来を、主に負の側面から捉えてきた。しかし、考えてみれば、少子化の背景には、医療や経済状況の進歩があった。戦後間もない時代と比べれば、乳幼児死亡率は大きく低下し、生活も安定した。不安が減り、安心が生まれたことで、1～2人の子どもを大切に育てるという選択が広がったのである。それは、社会の豊かさや成熟が導いた一つの必然であり、本来は悦ばしいことなのかもしれない。

一方で、資本主義というシステムは、常に成長し続けなければならないという宿命を背負っている。「スマートシュリンク」とは、成長路線を単に諦めるのではなく、旧来の資本主義を、新しい時代に合わせてどのように更新していくかを考える提案なのだろう。ほんの一部の大都市を除けば、全国各地が同様の問題を抱えている。人口が激減しているにも関わらず、人口増加時代の発想のまま社会を維持していこうとすれば、行政コストが破綻するのは火を見るよりも明らかである。それでも私たちは、過去の成功体験から離れられず、無いものねだりをしてしまう。本当は生きていくうえでやせ我慢も必要であり、みんなで知恵や力を出し合うことが大切だと分かっているながら、なかなかそれを受け入れられない。そんな人間の姿について、改めて考えさせられるひとときだった。

以前、コミュニティデザイナー 山崎 亮氏の「縮充」という言葉を採り上げた。「縮充」とは、人と人の関係性を大切にしたいソフト面の理念である。そこには集団が縮小しても、人間関係や暮らしのつながりは、むしろ充実させることができるはずだ、そんなメッセージが込められていた。今回学んだ、「スマートシュリンク」というまちづくりの理念は、それを地域経営に置き換えたマネジメントの考え方なのだと思う。そしてそれは、ウェルビーイングの実現を目指している私たち生涯学習大学の思いとも重なる。私たちはこれからも、持続可能な新居浜市の実現に向け、対話を重ねながら、その歩みを進めていきたいものである。(文責 関)

## 令和8年度 生涯学習大学講座別受講生数一覧表

今年度も多くの皆さんに受講申込をいただき、スタートすることができました。この一年間、愉しく学び合いました。今年度の延べ申込数は2,665件で受講者は1,979件(1.35倍)になりました。受講申込者の実数は796人でしたが、44人の方には受講いただけませんでした。誠に申し訳ありませんでした。

ちなみに、今年度一番倍率が高かった講座は学んでマナビィの「チュイール(フランス風おせんべいを作ろう)」で14人/79人の5.6倍、その次が生成A I活用講座の20人/85人の4.25倍でした。食べ物とA Iというジャンルの違いこそありましたが、皆さんの知的好奇心が旺盛なことを改めて感じました。

	講座名	男	女	合計	No.	講座名(学んでマナビィ)	男	女	合計
1	★松山大学公開講座	23	15	38	1	日本茶のおいしい淹れ方	0	23	23
2	★日本文学講座	16	36	52	2	坐禅入門	5	15	20
3	★新居浜高専市民講座	27	18	45	3	カエルちゃん苔玉講座	0	22	22
4	科学博物館講座	33	29	62	4	本草でパンケース	2	14	16
5	人生百年医学講座	25	54	79	5	豆腐について	5	15	20
6	★身近なSDGs	7	16	23	6	大人の美容女子会	0	15	15
7	★空き家問題を解決する	9	19	28	7	実践心理学入門	3	26	29
8	はつらつ健幸講座	6	35	41	8	正しいラジオ体操	0	36	36
9	賢い生活者講座	14	25	39	9	脳トレかるた	1	13	14
10	しあわせ学入門	8	36	44	10	チュイールを作ろう	0	14	14
11	生成A I活用講座	11	9	20	11	組み紐を作ろう	1	14	15
12	★多様な考え方を考える講座	3	7	10	12	臨床美術	4	11	15
13	別子銅山の歴史(初級)	16	8	24	13	ビーズ(追加含む)	0	22	22
14	別子銅山の歴史(上級)	20	8	28	14	ガラスでペンダント	0	20	20
15	★へんろ学と郷土物語	18	12	30	15	ひらがなで感情表現	1	14	15
16	新居浜探索	25	17	42	16	★地域づくり	0	8	8
17	ふるさとを学ぼう	23	22	45	17	天然記念物(川東)	2	8	10
18	人間学講座～『中庸』～	14	15	29	18	ヨガ	4	31	35
19	“かなふみ”源氏物語	5	31	36	19	クレパス画	2	14	16
20	★大人の世界史講座	12	18	30	20	英国的アフタヌーンティ	0	16	16
21	★懐かしの心の唄講座	28	92	120	21	楽しく健康体操	2	42	44
22	絵本セラピー	0	15	15	22	かまぼこ板	5	27	32
23	薬膳パワー	5	37	42	23	ミニチュアケーキ	1	19	20
24	ココロとカラダを整える	15	52	67	24	天然記念物(川西・上部)	5	6	11
25	★なつかしの昭和	6	13	19	25	気功で体と仲良しに	7	52	59
26	新・雑談しま専科	5	22	27	26	しめ飾り	2	17	19
27	けん玉遊び	5	13	18	27	にいほま昔ばなし	5	40	45
28	自然学校A・B	11	19	0	28	東予地方の文化財巡り	8	10	18
29	日本の伝統文化～染物～	0	16	16	29	折り紙(追加含む)	4	51	55
30	メンズ・キッチン	20	0	20	30	垣生山へ登ろう	6	21	27
31	おとなのマナー講座	1	23	24	31	初めての生成A I	26	36	62
	合計(シリーズ)	411	732	1,113		合計(単発もの)	101	672	773

講座名に★印が入っている講座が聴講可能です。シリーズの中で好みの講義のみでも受講できます。



## 楽しむために行動を！

No.60

私の生涯学習

荒木 美香

明日動くことができるかは、誰も保障されない。今が一番若い！と言われますが、あき性の私。好奇心だけは旺盛で、いろいろなことをためしてみたい。ということで、学生時代学んできた文系だけでなく、苦手な理系の分野にも手を出してみました。やはり身にはつきません。

そんな中、まちづくりのモデルとして西予の取り組みを学ばせていただきました。地域づくりに必要なのは、学び+連携+多様な視点等々ですが、まず、自分自身が面白がること！「おもしろきこともなき世をおもしろく」という言葉も印象的でした。

せっかく学ばせていただいたことを自分だけでなく地域に役立てていけるように暮らしていく。思いだけでなく、行動へとまず一步を踏み出す。自分の人生を元気にするためにも、まちを元気に！

そのために、たくさんの人へ、いやまずは身近な人を巻き込み、少しずつそんな輪を広めていきたいと思いを新たにしました次第です。

### ～聴講可能講座のご案内～



受講生の皆さんから、シリーズ物の講座の中で、自分が興味関心をもった講義だけ受講できないのかという問い合わせが、毎年かなり寄せられています。生涯学習大学では、平成3年度の開校以来、講座を継続的に受講する方を優先して運営してきました。会場の規模の都合上、定員に達した講座の聴講については、お断りせざるを得ないことをご了解ください。

今年度は前ページの受講状況になりました。受け入れ可能枠があるいくつかの講座では、希望する講義のみの受講を受付けています。これだけは受けたいと希望される方は下記にご留意いただきお申し込みください。

#### 【受講・聴講の申込方法】

- ・ 聴講希望の方は、講座3日前までに生涯学習センター(33-2991)に連絡して下さい。資料の準備の都合、事前の申し込みを必須とさせていただきます。
- ・ 聴講できる枠は限られていますので、先着順で定員に達し次第受付を終了いたします。
- ・ 聴講券は1枚300円です。
- ・ 当日、受付が混雑するので、原則3日前までにセンターで聴講券をお買い求めください。



# 講座カレンダー



予定のご確認を…

※警報や災害・講師の都合などで日程を変更することがあります。

日	曜	講座名	回	テーマ	開始時間	会場
1	水	新・雑談しま専科	2	あなたの相続考えませんか？	9:30	生涯学習センター
		賢い生活者になるための講座	3	悪質商法・振り込め詐欺にご用心！	13:30	生涯学習センター
2	木	けん玉遊び	3	互いにきそいあおう	10:00	生涯学習センター
3	金	メンズ・キッチン	1	初夏:そら豆、えび、豆腐を使った料理	9:30	ふれあいプラザ
		ココロとカラダを整える	2	睡眠と健康の知恵袋講座	13:30	リアントゥール
4	土	◎新居浜高専市民講座	3	『割り算』で見る整数の世界	9:30	新居浜高専
		◎松山大学公開講座	3	流れと生成AI	13:30	生涯学習センター
7	火	M 組み紐①	1	組み紐を作ろう①	10:00	生涯学習センター
		おとなのための絵本セラピー	2	風を感じて	13:30	生涯学習センター
8	水	◎懐かしの心の唄講座	2	時代が生んだ懐かしい歌を唄う②	10:00	文セン中ホール
		人生百年医学講座	2	①知っておきたい薬の知識 ②画像で命を救う救急医療の裏側	14:00	文セン視聴覚教室
9	木	科学博物館講座	2	海辺の生き物のはなし	10:00	科学博物館
		◎大人の世界史	3	産業革命期の農村社会の変容	13:30	生涯学習センター
10	金	M 臨床美術	1	臨床美術 砂浜プレートを作ろう	10:00	生涯学習センター
11	土	◎身近な SDGs	2	省エネのSDGs	9:30	生涯学習センター
13	月	人間学講座「中庸」	2	天と地そして人(本性・道・教え)	9:30	生涯学習センター
14	火	M 組み紐②	2	組み紐を作ろう②	10:00	生涯学習センター
		はつらつ健幸講座	2	しっかり噛んで、おいしく介護予防	13:30	生涯学習センター
15	水	◎なつかしの昭和	2	歌謡曲から見た昭和という時代	9:30	生涯学習センター
		薬膳パワー！	2	夏の薬膳と生薬	13:30	生涯学習センター
17	金	おとなのマナー講座	2	スマホを使用した写真の撮り方とマナー	11:00	リアントゥール
18	土	◎日本文学講座	3	漱石散歩:西洋近代と絵画	13:30	文セン視聴覚教室
21	火	新居浜探索	2	古代寺院からみえる新居浜	10:00	生涯学習センター
		日本の伝統文化～染物～	1	草木染めの色と染め方	13:30	生涯学習センター
22	水	別子銅山の歴史(初級)	2	明治の近代化	9:30	生涯学習センター
23	木	別子銅山の歴史(上級)	2	絵図を読む	9:30	生涯学習センター
		◎大人の世界史	4	自由主義経済学の発展と新救貧法	13:30	生涯学習センター
24	金	ココロとカラダを整える	3	毎日の一歩で、もっと元気に！	13:30	リアントゥール
25	土	◎松山大学公開講座	4	薬の適正使用を分子レベルで考える	13:30	生涯学習センター
27	月	生成AI初めの一歩 追加①	1	生成AIを使ってみよう	10:00	生涯学習センター
		生成AI活用講座	1	生成AIって何？	13:30	生涯学習センター
28	火	◎へんろ学と郷土物語	2	関の戸の宿	9:30	生涯学習センター
		生成AI初めの一歩 追加②	1	生成AIを使ってみよう	10:00	生涯学習センター2研
		生成AI活用講座	2	生成AIって安全？危険？	13:30	生涯学習センター
29	水	M ビーズ 追加	1	ビーズでアクセサリをつくろう	10:00	生涯学習センター
30	木	◎空き家問題を解決する	1	新居浜市の空き家問題について	10:00	生涯学習センター
		生成AI初めの一歩 追加③	1	生成AIを使ってみよう	10:00	生涯学習センター2研
		生成AI活用講座	3	生成AIって私にも使える？	13:30	生涯学習センター
31	金	生成AI初めの一歩 追加④	1	生成AIを使ってみよう	10:00	生涯学習センター
		生成AI活用講座	4	実践！生成AI	13:30	生涯学習センター

※ ◎印が付いている講座は聴講可能講座です。(聴講の申し込みは事務局までご連絡ください。)