



令和6年度

ふれあい出前講座

■ この事業を活用できる団体

◆生涯学習講師編◆

●原則として10人以上の市民等(構成員の概ね3分の2以上が花巻市民であること)で構成している団体であること。

●町内会・子供会・青年会・老人クラブなど地域に組織されている団体やボランティアサークル、趣味のグループなどであること。

※市から一般活動費としての予算の補助を受けている団体、市から地域づくり交付金を受けているコミュニティ会議、政治・宗教を目的とした団体・事業所等への派遣は原則として行いません。

◆市、公共機関・団体編◆

●原則として10人以上の市内に居住・通勤・通学している方で構成している団体であること。

■ 利用の手引き

1. 開催を企画 ●日時・会場を決める。
●講師と日程等の打ち合わせをし、了解を得る。
2. 申請書の提出 ●講師編・・・開催日の1か月前から10日前まで、まなび学園または各支所へ提出
●公共機関・団体編・・・開催日の30日前まで、まなび学園または各支所へ提出
⇒市より、「ふれあい出前講座開設決定通知」及び、「ふれあい出前講座報告書」を送付
3. 報告書の提出 ●講座の際、講師からサインをいただき、終了後、10日以内にまなび学園へ提出

■ 留意事項

1. 講師編 ●一回当たりの開設時間は、2時間程度とする。
●一団体が、年度内に利用できる回数は2回までとする。
●講師の送迎等については、各団体で検討する。
●市から講師に対し支払う謝礼金の総額には上限があり、その上限を超えた場合、年度途中であっても申請受付を終了する場合がある。
2. 公共機関・団体編 ●土日も対応可能。(一部不可。事前打ち合わせで確認すること)

■ 問い合わせ先

- 生涯学習部生涯学習課
生涯学園都市会館(まなび学園) TEL 23-4234
- 大迫総合支所地域振興課地域づくり係(大迫総合支所内)
TEL 48-2111
- 石鳥谷総合支所地域振興課地域づくり係(石鳥谷総合支所内)
TEL 45-2111
- 石鳥谷生涯学習会館 TEL 45-3358
- 東和総合支所地域振興課地域づくり係(東和総合支所内)
TEL 42-2111

～申込用紙 設置場所～


生涯学習課(本庁2階)、まなび学園、
石鳥谷生涯学習会館、
各総合支所地域振興課地域づくり係、
振興センター
※花巻市のホームページからもダウンロードできます。

分野	No.	指導内容(テーマ)	講師名	電話番号	地域
郷土史	1	宮沢賢治と花巻。賢治ゆかりの地を紹介	阿部正介	090-4043-8421	花南
	2	宮沢賢治研究	安藤勝夫	24-5450	花北
	3	宮沢賢治作品(童話、詩、短歌)の解説、朗読。方言の含まれる作品を取り上げ読み方、意味を学ぶ。方言カルタを使つてのカルタとり、方言の意味を解説。	伊藤諒子	080-1800-3414	湯口
	4	賢治さんと植物の世界～童話やまなしを中心として～	城守寛	090-7063-3755	湯本
	5	賢治さんの時代の農学実験を体験しよう～盛岡高等農林学校に思いをはせて～	城守寛	090-7063-3755	湯本
	6	・花巻城(周辺)、胡四王神社、円万寺観音山、軽便鉄道など花巻の史跡紹介-案内。 市内(四)記念館、石鳥谷酒匠館、早池峰と賢治の展示館などに係る先人紹介-案内。	葛岡貞典	41-4177	宮野目
	7	「高村光太郎先生を語る」～岩手に残した足跡～ NEW!	高橋邦広	090-3128-1508	太田
料理	8	バランスの良い食事。塩分を少なくする食事の工夫。後世に伝えたいふるさとの味。調理実習。	平賀敬子	28-3089	湯口
	9	山野草料理。郷土料理。みそ作り。おからみそ作り	藤本真津子	42-4073	成島
	10	手ごねパン。和洋菓子。家庭料理(和・洋・中)	葛巻真理	22-7157	花南
	11	祭り寿し(色々な花や虫が出来上がった時の感動と一緒に味わいましょう)	吉田千代子	42-2484	小山田
	12	細巻き、太巻きの基本から応用までのコツを学ぶ。和菓子の遊びを。	臼澤久子	080-5433-5098	花北
	13	珈琲豆屋のコーヒー教室(豆の美味しさを引き出す淹れ方)	藤原俊哉	070-8305-2074	太田
	14	コーヒー豆についての基礎知識を身につける。コーヒー豆の管理についての基礎知識を身につける。コーヒー器具の種類や特徴について学ぶ。ペーパードリッパーを使つての淹れ方の流れを学ぶ。	高橋典人	090-3366-6151	谷内
	15	ワインの楽しみ方(入門編)	岡田芳美	090-4177-8437	土沢
	16	食育アドバイザーのちょっと変わった料理教室(・粉末だし・めんつゆ・焼肉のたれ)	高橋悦子	090-9832-0804	花南
	17	あんこのお花絞り(10名程度) NEW!	菊池美枝子	090-2797-2943	土沢
健康	18	心と体の健康(やさしいトリム体操)。食と健康の講話	平賀喜代美	090-4886-2145	太田
	19	ピラティス。ヨガ。体調改善運動。水中ウォーキング。アクアピクス(水中エアロピクス)	岡田宜子	090-3982-6853	松園
	20	ラフター(笑い)ヨガ。ベーシックヨガ。ルーシーダットン	伊藤さをり	28-2661	湯口
	21	介護予防ヨガ(一般・成人)	大原ミチ子	45-5712	八幡
	22	ピラティスで生涯歩ける身体づくり	古賀直子	090-7077-1515	花西
	23	心身の健康を意図し、呼吸法とリラクゼーションを基本に行うヨーガ療法です。	大場由実子	070-8585-0780	花西
	24	一般向けヨガ。シニア向けヨガ。ヒーリングヨガ。ヨガニードラ(リラクゼーションヨガ)	似内芳枝	090-6687-7974	八幡
	25	セルフポールトレーニング	高橋悦子	090-9832-0804	花南
	26	がんばらないで、ゆっくり、ゆるめて、ゆらして、動く。痛みから回復するための食事法	早渡京子	24-4077	花南
	27	姿勢についての正しい知識と生活習慣で気をつけることや対処	浦田志津子	22-5251	矢沢
	28	ながらストレッチ(家事等の合間に出来る運動)。世代間でのコミュニケーションの在り方。楽しく生きる。	渡辺喜代子	090-3365-7614	笹間
スポーツ・レクリエーション	29	フォークダンス	及川光行	090-2886-8747	花南
	30	高齢者向けふれあいゲームや頭の体操。軽体操と楽しいレクダンス。	立花良子	24-1814	花西
	31	ヘルスアップ講話と実践。3B体操。筋力低下を防ぐ全身ストレッチ体操。レクリエーションワーク。介護レクリエーション。	及川礼子	090-2365-4000	湯口
	32	3B体操(ウォームUP<筋肉のあたため>準備体操。3B用具を使つて筋トレ、体ほぐし等の運動。ストレッチでクールダウン<整理体操>)	米澤陽子	47-2008	八重畑
	33	3B体操(用具を使用しての健康体操。音楽に合わせて楽しみながらの体力維持)	高橋直子	45-6938	八幡
	34	3B体操を中心に健康体操とレクリエーション。健康講話	高橋良子	24-8031	花北
	35	楽しいレクリエーション。3B体操。介護予防体操。	富手京子	090-5186-5813	湯本
	36	3B体操	富澤房子	28-2116	湯口
	37	ジャズ体操。コミュニケーションワーク。レクゲーム。	佐々木八重子	22-2406	花巻中央
	38	チベット体操	伊藤さをり	28-2661	湯口
	39	シンプルエアロピクス。基本のからだづくり。らくらくイス体操。チベット体操。	佐藤寛尚	090-8496-0825	花北
	40	イスに座ってできる介護予防の運動	笹川泰利	090-7069-6735	花南
	41	介護予防体操(筋力を向上させる体操や脳トレーニングで楽しみながら健康な身体を維持しましょう)	落合久美子	080-7830-8725	湯本

分野	No.	指導内容(テーマ)	講師名	電話番号	地域
スポーツ・レクリエーション	42	全国のふるりの民踊とたのしい民踊を指導。ふるりの民踊の歴史、文化、伝承など伝えながら民踊指導しています。	阿部良子	090-2798-2641	花北
	43	しし舞・民舞・ソーラン節等	伊藤正一	090-5836-9864	花南
	44	ダンススポーツ。社交ダンス	泉山明	26-2971	宮野目
	45	社交ダンス。パーティーダンス。誰でも踊れる簡単なダンス。美姿勢を保つダンス。	八重樫美恵子	23-4949	谷内
	46	陳式太極拳(全身のバランス能力の向上。体幹を鍛える。リラクゼーション効果)	小田島茂子	080-1822-8395	宮野目
	47	楊名時八段錦太極拳(健康気功太極拳)。練功十八法(中国保健体操)坐ってできる太極拳。視覚・聴覚障がい者に向けての気功・太極拳。	佐々木紀子	080-1802-0226	花西
	48	正しいラジオ体操&ちよこつと太極拳	佐々木紀子	080-1802-0226	花西
	49	正しいラジオ体操	宇津宮真琴	090-2621-3476	八重畑
	50	楽しいウォーキング。森のセラピーなウォーキング	古川英治	080-2817-0138	矢沢
	51	北上川水辺体験から生きる力を学ぶ	白畑誠一	090-4476-5875	花南
	52	やってみよう!卓球バレー	池田豊	090-4043-7778	大迫
	53	バルシューレ(色々なボールゲームを通して様々な体の動きを体験出来ます。スポーツの種類を超えた、色々な運動が経験出来ます)ポッチャも取り入れています。	平野伸	090-8255-1256	八幡
国際交流	54	古い心地の良い国〜この寝たきりとポケの少なさにはワケがある。ボクがラーメン食べているとき〜地球の裏側で起きていること。	笹川泰利	090-7069-6735	花南
	55	国際交流・国際理解講座。英語で遊ぼう。	吉水香教	090-6154-0731	好地
	56	台湾で活躍した岩手(花巻)の先人たち。花巻人照井亮次郎とメキシコアウロラ小学校のこと。	葛岡貞典	41-4177	宮野目
家庭教育・生涯学習・高齢社会	57	絵本の読み聞かせ	平賀喜代美	090-4886-2145	太田
	58	絵本の紹介。読み聞かせのすすめ。おはなし会の実施。	牧野幹	090-6229-7738	松園
	59	声を出す楽しみを(音読・朗読を通して)	牧野幹	090-6229-7738	松園
	60	将棋(将棋は脳を育てる。礼に始まり礼に終わる。初心者15級より4段まで)	佐々木孝雄	42-2823	土沢
	61	ムリしない親の介護〜介護で仕事を辞めないために〜。生き生きポックリ大往生〜目指すのは平穏死でしょう。	笹川泰利	090-7069-6735	花南
	62	子どもは天才、子どもと読書、子どもと英語。高齢期の脳力維持と読書。大きな夢!〜マンガロブの話から〜	佐藤一紘	080-1741-4747	花巻中央
	63	アルコール依存症ってなに?	白畑誠一	090-4476-5875	花南
	64	人間関係の悩みが今日から一気に解決!目からウロコのコミュニケーション能力アップ	佐々木麻路	090-5239-6802	花南
	65	あの野球部はどうして強いのか?質問上手は育て上手。セルフコーチングを学ぼう!	佐々木麻路	090-5239-6802	花南
	66	世代の違い。ジェネレーションギャップを学んでみよう!	佐々木麻路	090-5239-6802	花南
	67	思い通りの人間関係をつくる特別講座〜とかく人の悩みは人間関係〜	佐々木麻路	090-5239-6802	花南
	68	構成的グループエンカウンター(ゲーム形式で心と心のふれあいを行い、「自己理解」「他者理解」「自己受容」「自己主張」「信頼体験」「感受性の促進」について体感する)	高橋典人	090-3366-6151	谷内
	69	コラージュ創作とマインドフルネス(瞑想)を組み合わせた心のセラピー(趣味としての楽しさ、創る行為そのものに心を安定化させる作用や脳の働きを活性化させる。ストレス解消でリフレッシュ)	菊池みよ子	080-1680-7350	湯口
	70	人生100年!大人の女性のワークショップ〜わたしの人生すごろくをつくらう〜	高橋福子	090-3369-2028	花南
	71	大人の女性のワークショップ〜もやもや・イライラの正体を考えよう〜	高橋福子	090-3369-2028	花南
72	若者向けライフキャリア教育「自分の生き方を選択するために」	岡田芳美	090-4177-8437	土沢	
73	〇〇家作戦会議のススメ〜すべては家庭そしてコミュニケーションから〜	岡田芳美	090-4177-8437	土沢	
74	子育て講座。ベビー・キッズ・トリートメント。親子のふれあい体あそび。	高橋悦子	090-9832-0804	花南	
75	どの人も100%素晴らしい存在である!!をモットーにコミュニケーションスキルを学び、明るく楽しくらしましょう。	熊谷裕子	090-4556-2120	花巻中央	
76	数、計算、形、パズルのふしぎ・びっくり・おもしろい・楽しい・へえの体験やお話(小学生向け:計算・作図・パズル)(大人向け:講話中心)(高齢者向け:脳活トレーニング)	沖村正行	090-2841-3664	湯口	
77	子どもの体験活動。〇宇宙から理を知る「工作と実験」〇食事の意義を知る「子ども食どう場」〇情報と発信を知る「街中オリエンテーリング」〇自然を教場に学ぶ「野外活動施設宿泊利用」	佐々木和彦	090-5833-8633	花巻中央	

分野	No.	指導内容(テーマ)	講師名	電話番号	地域
環境問題	78	地球環境アドバイス。温暖化防止。	古川 英 治	080-2817-0138	矢沢
	79	3.11の大津波に抵抗した海岸林。 3.11 奇跡の一本松?～遅れて星になった松～	佐藤 一 紘	080-1741-4747	花巻中央
自然観察・園芸	80	山野草観察。高山植物観察。野鳥観察	福盛田 弘	24-8422	矢沢
	81	山野草(高山植物含む)観察。自然観察	安藤 勝 夫	24-5450	花北
	82	自然観察(花の名前等を覚える。自然に親しむ。自然の中に入って心身ともにリフレッシュ)	鎌田 一 三	090-7070-9693	矢沢
	83	野鳥観察。山野草。高山植物	古川 英 治	080-2817-0138	矢沢
	84	天体観察	伊藤 修	22-4817	花北
	85	ネイチャーゲームを通じて自然や生物について知識を身につける。ネイチャーゲームを通じて、五感を使って自然を体感する。自然散策の楽しみ方を学ぶ。	高橋 典 人	090-3366-6151	谷内
	86	庭園作庭・樹木管理全般。自然観察。	小原 昭 男	24-7648	花南
茶道・華道	87	茶道(宗偏流) お茶、お菓子の美しいいただき方。茶の歴史を学び茶の文化等を知りましょう。茶事の一部を体験、懐石から作法を学ぶ。	多田 ふみ子	31-2865	矢沢
	88	茶道(裏千家)抹茶をおいしく点てる	阿部 幸 子	24-3883	花西
	89	茶道(江戸千家)(薄茶)のお点前。基本的な手前・立居について	菊池 宗 和	48-3651	大迫
	90	茶道(表千家)基本作法を学び、茶の湯を楽しむ。 NEW!	藤根 貞 光	090-7931-5798	湯本
着装・作法等	91	「きもの」の着装全般。楽しいマナー	太田代 智恵子	23-2621	花巻中央
	92	浴衣～和服の着装。袴の着装。礼法(マナー)の指導。マナー検定試験の指導。	鎌田 美代子	090-5185-6842	湯口
	93	浴衣の着付け。袴の着付け。花巻祭りのお姫様衣装の着付け。その他きものに関してならなんでもOK。着付け～着れば着る程好きになる、着物のプロさっちゃん教えます～	佐藤 幸 子	090-6453-5960	矢沢
	94	マナー講座。学生や新社会人向け、シニア層向けなど、人づきあいにおける基本的なマナーを実技も交えて学べます。	熊谷 佳 恵	090-1888-9906	花西
	95	普段着に使える半巾帯を使った着こなし。お家にある着物活用、名古屋帯で大人の着こなし。 NEW!	小田島 咲 子	090-1933-6126	土沢
合唱・音楽	96	ピアノレッスン…子供・大人のためのピアノレッスン、出張可。合唱…二部、三部合唱・その他愛唱歌(童謡・唱歌・歌謡曲等)	高橋 ミヨ子	30-2130	宮野目
	97	童謡・愛唱歌・歌謡曲等の「歌声ひろば」。合唱・声楽等。中高年から始める「らくらくピアノ」	玉山 朱 美	090-2849-5897	八幡
	98	民謡・なつメロ・太鼓等の指導。民謡の歴史や背景の勉強。声の出し方、楽しい唄い方、生きがいの作り等	川村 はつ子	090-6222-1245	八重畑
	99	伝統楽器、尺八の基礎講座(楽器は準備します)	佐藤 竹 園	24-3377	花西
	100	和太鼓を楽しもう(11人程度。太鼓はお貸します)	伊藤 正 一	090-5836-9864	花南
	101	「花巻ばやし」の演奏を横笛で演奏しましょう。横笛の基礎知識。「日本の童謡」を横笛で演奏しましょう。(教材の横笛用意します。20名程可)	高橋 邦 広	090-3128-1508	太田
手芸・工芸・陶芸	102	切り絵作成	阿部 正 介	090-4043-8421	花南
	103	七宝焼	平賀 喜代美	090-4886-2145	太田
	104	洋風しめ飾り(ワラや稲穂を使います)。フラワーデザイン(生花・造花・ドライフラワー)野山の木の実等使用。布ぞうり(着古したTシャツ等、何でも使用)	吉田 昌 子	27-3639	湯本
	105	フェルトワーク～羊毛の原毛から作るフェルトでアクセサリーや小物を作りましょう～。	高橋 由起江	22-2788	松園
	106	まゆ細工(十二支)飾り物等。木の実オブジェ(リース・ドライフラワー)。生花フラワーアレンジメント(クリスマス・お正月)。洋風しめ飾り(水引、ドライフラワー使用)。布リース(土台と四角い端切れ使用)。子供会簡単工作。	藤原 淳 子	24-2173	花巻中央
	107	陶芸(初歩から上級まで対応致します)	杉村 峰 秀	27-2622	湯本
	108	陶芸(陶器の成形指導。釉薬の配合及び施釉指導。焼成技術の指導)	阿部 太 成	090-7328-4865	花西
	109	・親子で楽しむ初めての陶芸体験(小学生低学年～)・高齢者陶芸教室(おおむね65歳～、全く初めてから上級者まで)・電動ろくろ体験チャレンジ!(小学校高学年～) NEW!	佐々木 剛	090-1496-2953	花南
手芸・陶芸・工芸	110	トールペイント(木・布・ブリキ等に下絵にそって一筆ずつ描いて「ぬりえ」の様に楽しむことが出来ます)	安部 たか子	22-2482	花南
	111	編み物(棒針編み、かぎ針編み)	槻館 由美子	090-6251-7131	松園
	112	つまみ細工	新山 智子	090-9741-1092	土沢

分野	No.	指導内容(テーマ)	講師名	電話番号	地域
手芸・ 工芸・ 陶芸	113	津軽こぎん刺しの基本を学びながら、小物作り(コースター・ブローチ・針山等)	押切 真理子	090-5832-0927	湯口
	114	マーブルアート(ビー玉とワイヤーで作品を創ります)	菊池 美枝子	090-2797-2943	土沢
	115	ステンドグラス((ケーム技法、コバーテープ技法、絵付け技法)2時間で体験できる技法はコバーテープ技法です。それ以外は継続して学びたい方向けとなります。	鈴木 摩耶子	23-6807	花巻中央
	116	成島和紙を利用した作品(ランプシェード・染め紙・うちわなど)づくり。ご希望に応じてメニューを決めることも可能です。 NEW!	赤津 有美	090-1973-6570	土沢
文芸・ 書道・ 絵手紙・ 水彩画	117	詩吟・吟舞	藤井 わか子	27-4325	湯本
	118	絵手紙	伊藤 和子	24-7747	花南
	119	絵手紙 三つのH(叡智)脳の活性化 Head(頭)Hand(手)Heart(心) 三つの「つ」伝える。つながる。続ける。ハガキ1枚で離れている人とも交流ができる。(心と心をつなぐすぐれものです)	照井 満喜子	090-5849-9971	湯本
	120	絵手紙	佐藤 長子	45-6806	好地
	121	書道(楷書、行書、草書、仮名、隷書など)	多田 佳代	21-3023	松園
	122	書道(毛筆、硬筆)・実用書道	中島 八重子	080-5221-0235	湯本
	123	未就学児から大人まで「書く」を一緒に楽しみましょう。(基本)	奥富 幸子	090-5183-6110	好地
	124	水彩用具の扱い方。静物等の水彩による描き方。やさしい題材から自分が描きたい題材へ挑戦してみよう。	似内 顕也	24-0451	花巻中央
125	水墨画を描く(味わい深い墨の濃淡を楽しみながら、花や風景を描いてみよう)	三浦 墨洋	090-4319-6203	花北	
その他	126	カメラ入門	福盛田 弘	24-8422	矢沢
	127	Wordで作る「様式」(書類フォーム) NEW!	佐々木 和彦	090-5833-8633	花巻中央
	128	落語、朗読	星 鴉 宮	090-5838-0387	小山田
	129	マジックで、ビックリ、ゲラゲラ大笑い。タネや仕掛は頭の体操、楽しく脳トレ!(大人対象) ※防犯の為、常に留守電です。伝言して下さい。	二本木 光史	23-5772	松園
	130	「笑顔の種まきマジシャン」によるマジックショーの実演。簡単なマジック教室。演じる喜びと脳の活性化! ~子供会・老人クラブ・地域イベントをより楽しく~	富澤 惣一	090-6624-8506	矢沢
	131	体型・顔の形に合わせたオシャレ入門	櫻井 ^{みなと} 水翔	090-7285-2183	花北
	132	メイクアップ	伊藤 さをり	28-2661	湯口
	133	自分で楽しむ 耳ツボジュエリー	高橋 悦子	090-9832-0804	花南
	134	手作り化粧水。食べれる!リップクリーム作り。スカルプケア、一瞬で顔痩せマッサージ。シミ取りクリーム。	高橋 悦子	090-9832-0804	花南
	135	・アロマセラピーの基本。・アロマクラフト作り。・メディカルアロマ。 NEW!	高橋 彩乃	090-5843-5743	花北
	136	自助・近助・共助を学ぼう。自主防災活動を活性化させるには! 防災マップ(DIG訓練)作りについて学ぼう。避難所運営(HUG訓練)について学ぼう。	伊藤 吉守	22-6887	松園
	137	女性のための防災ワークショップ~防災マイバックをつくろう~ 女性のための防災ワークショップ~避難所の見取り図をつくってみよう~	高橋 福子	090-3369-2028	花南
	138	地域の絆を深め住民主体の実践的な防災対策に取り組もう。(行政区単位) ・地域の災害リスクと避難行動。・利用しやすい地区防災計画の作成。 NEW!	川井 ^{ちなむ} 縁	090-4044-3722	土沢
	139	片づけからはじめる「あったかい 生前整理」~よりよく生きる人生の考え方~	玉山 朱美	090-2849-5897	八幡
	140	エンディングノートの活用の仕方~エンディングノートとは?~ NEW!	佐藤 優太	080-2845-9348	花北
	141	基礎から学べるマネーセミナー	小原 伸	090-4310-5535	松園
	142	ママのためのマネープラン	小原 伸	090-4310-5535	松園
143	ママ、パパの子育てマネーセミナー NEW!	小原 伸	090-4310-5535	松園	
144	古代エジプト文字「ヒエログリフ」入門	阿部 正介	090-4043-8421	花南	
145	高村光太郎の山荘ハイカラ料理を知ろう!	新淵 和子	29-2672	太田	
146	初めてのキャンプ教室(・火起こしの基本を身につける。・キャンプ道具の使い方を身につける。・小さい子でも一人で作れる料理を学ぶ。・クラフト作り)	高橋 典人	090-3366-6151	谷内	
147	電気と原子力発電と放射能、花巻電気創業者、当時のエピソードなど。	葛岡 貞典	41-4177	宮野目	

分野	No.	指導内容	担当課	分野	No.	指導内容	担当課
市	148	市役所のしくみ 市役所の行政組織と仕事内容について説明	総務課	福 社	167	みんなでつくる地域支え合いについて 地域で共に支え合う仕組みづくりについて、保健福祉の各分野における取組を紹介	地域福祉課
	149	情報公開制度について 市の情報公開制度の内容と利用方法について説明			168	民生委員・児童委員の活動について 民生委員・児童委員の役割や活動内容について説明	
	150	個人情報保護制度について 市の個人情報保護制度の内容について説明			169	花巻市高齢者いきいきプランについて 花巻市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画について説明 	長寿福祉課
	151	平和教室 ～平和の尊さについて考えてみませんか～ ①非核平和講話 ②非核平和に関するビデオ・DVDの上映 ③非核平和に関するポスターやパネルの展示 ④平和に関する紙芝居			170	認知症サポーター養成講座 認知症について理解を深めよう	
	152	マイナンバー制度について 社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の概要について説明	広報情報課		171	成年後見制度について 成年後見制度の内容について説明	
	153	税のあれこれ パート1 市税の種類とあらましについて	市民税課		172	介護保険のしくみ みんなで支える介護保険制度を知ろう (介護保険制度全般やサービス利用までの手続きについて)	
	154	税のあれこれ パート2 やさしい固定資産税のおはなし	資産税課		173	高齢者の福祉サービス 高齢者の福祉サービスの内容や手続きについて説明	
	155	税の納め方 ①市税の納め方 ②もしも納めないと・・・	収納課		174	誰もが支援者になれる支え合いの仕組みについて ・ゴミ出し、除雪、草刈りなど日々の生活で困っていることはありませんか？ ・生活の困りごとを地域で解決するにはどうしたらいいの？	
	156	花巻市空き家バンクについて 空き家バンク制度について、登録方法及び利用方法(購入・賃貸等)について説明	定住推進課		175	介護予防教室 元気なうちから心身の老化を防ぐ生活“介護予防”に取り組んでいただくきっかけづくりのための教室です 「主な内容」 ①大東元気でまっせ体操 ②腰痛、膝痛予防の体操 ③ロコモ予防を学ぼう！ ④体力測定会 ⑤低栄養を予防するための食事 ⑥認知症、老化予防の食事 ⑦エンディングノートの書き方 など *希望する内容はご相談ください	
	157	イーハトーブ花巻応援寄附金(ふるさと納税)について ふるさと納税の仕組みや、いただいた寄附金の活用などについて説明			176	国保のしくみ 国民健康保険制度について説明 (給付の内容、高額療養費など)	
	158	花巻市のまちづくりに係る計画について 第2次花巻市まちづくり総合計画について説明	秘書政策課		177	後期高齢者医療制度について 後期高齢者医療制度について説明 (給付の内容、高額療養費など)	
	159	花巻市の財政事情 市の予算や決算など財政事情について説明	財政課		178	医療費の助成制度について 子ども、妊産婦、重度心身障がい者、ひとり親家庭、寡婦の医療費助成制度について説明	
	160	市民参画と協働について 花巻市まちづくり基本条例、花巻市市民参画条例、市民と市との協働指針などの概要について紹介	地域づくり課				
	161	地域づくりに参加しよう！ 27地域のコミュニティ会議の活動状況や地域づくりの進め方、住民参画等について紹介					
	162	地域と一緒に進めよう男女共同参画 ①身近なテーマを題材とした寸劇などにより、男女共同参画について楽しく考える ②花巻市の男女共同参画の取組について紹介					
	163	乗って守ろう私たちのバス 市内公共交通の現状や、予約乗合バスの利用方法などについての説明・紹介	都市政策課				
164	新花巻図書館整備の状況について 新花巻図書館の整備に向けた進捗状況を説明します。	新花巻図書館計画室					
福 社	165	障がい福祉サービス等の内容について 障がい者の福祉サービスや手続き等について説明	障がい福祉課				
	166	障がい者の権利擁護について 差別解消と虐待防止について説明					

分野	No.	指導内容	担当課	分野	No.	指導内容	担当課
健康	179	地域で健康を守ろう！ ～いわて中部ネットのご紹介～ ・いわて中部ネットってなあに？ ・参加するとどんなメリットが？ ・参加するにはどうしたらいいの？	健康づくり課	環境	190	花巻市の汚水処理 ①下水道のしくみと働き (公共・農集・浄化槽事業・排水設備や使用料等) ②水洗化の支援制度 (普及率や水洗化率、各種補助制度)	下水道課
	180	みんなで支える地域医療 ・医療機関の適正受診について ・「かかりつけ医」をもちましよう			191	鳥獣被害防止対策について 有害鳥獣の生態と被害防止対策の説明	農村林務課
	181	幸せに年齢を重ねるために、人生の心づもりをしてみませんか？ 「アドバンス・ケア・プランニング」についてご紹介 ※講師は、県立病院の医師・看護師です。 ※60分 平日のみ対応			192	リノベーションまちづくりについて リノベーションまちづくりの考え方やまちの変化の兆しについての説明	商工労政課
	182	今からできる健康術 生活習慣病予防をはじめ健康に関する講話 ※内容については要相談			193	木造住宅耐震化推進事業について 市で行っている新しい耐震基準による木造住宅の耐震診断と耐震改修を対象とした補助事業の内容について説明	建築住宅課
	183	ゲートキーパー養成講座 ～今日からあなたもおせっかい～ ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて見守る人のことです。 自分と周りの方の心の健康について学びます。			194	花巻市の空家等対策について 「空家等対策の推進に関する特別措置法」と花巻市で行っている空家等対策について説明	
	184	ヘルスアップ講座 ・ストレッチ、ウォーキング等	スポーツ振興課	生活	195	交通安全教室 交通事故にあわないためにどうするか 寸劇、自転車教室などで説明	市民生活総合相談センター
	185	スポーツ推進委員派遣 ・ニュースポーツ等の軽スポーツの指導 ※指導可能な種目はスポーツ振興課へ			196	「はなし合おう！」スマホの賢い使い方 子どもの電子メディアの危険性と安全な使い方について説明 ・インターネットのトラブル対策 ・我が家のルールづくり	
	186	水辺の安全教室 ・花巻市東和B&G海洋センターのインストラクターによる「背浮き」「ペットボトル浮き」「ライフジャケット着用方法の説明と浮き方、泳ぎ方の体験」の指導。(座学・実技) ・対象：小学5年生以上 ※プールや海洋センター(田瀬湖)でのカヌー、SUP体験も提供可能			197	こんな手口にだまされない！ 通信販売の定期購入についてのトラブル事例を中心に、相談の多い手口と対策について説明	
	187	ごみの減量化について ごみの減量化、資源化について、ごみの分別方法を交えて説明			198	公設市場の役割と市場見学 市場施設の見学及び市場の役割と流通について説明	
	環境	188	花のあるきれいなまちづくり 花壇の育成支援などの事業説明 花いっぱい運動の取組について紹介	都市政策課	産業	199	イーハトーブ花巻の観光 花巻市の観光の現状、課題及び観光振興への取組み等について説明
189		花巻市の公園 ①市内の公園紹介 ②公園の利用方法・利用状況 ③公園の管理について ④地域が行う自主的な公園管理について	200			花巻の農畜産物と地産地消 ①安全で安心な花巻産農産物 ②地産地消のすすめ	農政課

分野	No.	指導内容	担当課	分野	No.	指導内容	担当課
国際交流	201	国際交流について 花巻市の国際交流について紹介	国際交流室	文化・歴史	216	太平洋の橋セミナー ～郷土の偉人を知ろう～ 小学校高学年・中学校全学年・一般を対象として、 新渡戸と花巻、稲造の生涯などを紹介 ※小・中学校への出前も可能	花巻新渡戸 記念館
	202	友好都市交流について 国内友好都市交流について紹介			217	「宮沢賢治の世界」講座 宮沢賢治の生涯と作品を、わかりやすく紹介	宮沢賢治 記念館
	203	多文化共生について 花巻市が推進する多文化共生について紹介			218	郷土の先人講座 郷土が生んだ画家、萬鉄五郎について学ぶ	萬鉄五郎 記念美術館
204	生涯学習のすすめ ①花巻市の生涯学習支援事業 ②まなび学園の事業、利用方法	生涯学習課	219		絵画を楽しむ 美術館や画廊で絵画等を親しむ基本知識や内外の 著名画家の作品について解説	220	
			205		お好みメニュー 「市・公共機関・団体編」の中で、ご要望に合わせて メニュー対応しますので、ご相談ください。		221
教 育	206	ミニシアター ・視聴覚教育教材(16ミリフィルム、DVD、ビデオテー プ)の映写と視聴覚教育 ・教材利用方法について説明	花巻市立 図書館		222	花巻の文化財 市内文化財の紹介	博物館
	207	絵本の読み聞かせ会 ・子どもを対象とした絵本の読み聞かせ(大人、 高齢者等へも対応可能) ・絵本の読み聞かせを通じて読み聞かせの大切さを 学ぶ			223	博物館から学ぶ花巻 博物館に収蔵展示されている資料などから花巻の 考古・歴史、美術工芸を紹介 ※内容については要相談	
	208	図書の修理教室 本の修理方法について学ぶ			224	減災のてびき ～災害から命を守るために～ ・自然災害を完全になくす(防災)ことはできません。災 害からの被害を少しでも減らす(減災)ため、家庭で取 組むこと、地域が取り組むことについての話。 ・ハザードマップの見方と活用について ・指定緊急避難場所における感染症対策について	防災危機 管理課
	209	調べもの学習講座 小学生向け。図書館の本を利用した「調べ学習」の 方法について学ぶ。 NEW!				225	
	210	ブックスタート教室 ブックスタート(赤ちゃん向け)事業の紹介。 読み聞かせの実践について学ぶ。 NEW!				226	応急手当講習 心肺蘇生法・AEDの使用法について ・救命入門コース(90分) ・普通救命講習Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ(3時間～4時間) ・その他の講習(上記以外) 止血等の応急手当について
211	花巻市が進める「コミュニティ・スクール」 学校と地域が一体となって特色ある学校づくりを進め る「コミュニティ・スクール」について説明	学校教育課	227	火の用心教室 火災の発生原因とその予防対策について説明	消防本部 予防課		
212	学力調査から見える児童生徒の学力の状況 児童生徒の学力の実態と課題解決に向けた取組に ついて説明		就学前教育課	215	子育て支援 幼稚園、保育所、認定こども園、地域型保育事業、 学童クラブにおける保育・教育や子育てに関する 事業の状況について説明		

分野	No.	指導内容	担当課	分野	No.	指導内容	担当課	
公共機関・団体編	228	くらしと水道 水道水はどこから来るのか、水道料金のしくみ、水道メーターの見方、今後の水道事業の見通しなどについて説明	岩手中部水道企業団 41-5316	公共機関・団体編	238	法務局における自筆証書遺言書保管制度 ①自筆証書遺言書保管制度ってなあに ②申請ってどうするの	盛岡 地方法務局 花巻支局 24-8311	
	229	身近な防犯対策 不審者対策など幼児・児童への防犯教室や、空き巣・詐欺・身近にひそむ犯罪への対策など、対象者の年齢や地域の状況に合わせた防犯講話	花巻市防犯協会 24-2966		239	「相続登記の義務化」について 令和6年4月1日から開始された「相続登記の義務化」について説明します		
	230	思いやり障がい体験 車イス、目隠し歩行体験を通じ、障がい者理解を深めるとともに、よりよい・思いやる心を育み、地域共生社会への実現に向け関心を深める。 【平日 10時から15時】	花巻市 社会福祉協議会 (24-7222)		240	行政相談講座 ～あなたの声を行政に届けます～ ①行政相談委員制度について説明 ②行政相談で解決された事例を紹介 ③行政相談への相談方法を紹介	総務省岩手行政監視行政相談センター 019-622-3470	
	231	いたわり高齢者体験 高齢者疑似体験を通して、高齢者をいたわる心を育む。 【平日 10時から15時】			241	「認知症を知ろう」 認知症の基礎知識と、認知症の人の体験、介護のポイントについてお伝えします。(60分) 【火・金 9時半から11時と、木 9時半から16時まで】		
	232	住民で支える地域共生社会を考える！ (本会が担っている業務の紹介を通じて) ・地域福祉懇談会の開催概要 ・電話を使った見守りや地域の協力者による365日の見守り活動の概要 ・ふれあいサロンの活動紹介および同組織の立上げ支援について ・赤い羽根共同募金活動の概要と募金の使いみちについて ・災害ボランティアセンターの業務概要 ・成年後見制度に基づく、対象者の各種権利を守るために、本会が支援している事業の概要 【平日 10時から15時】			242	認知症を予防する ～お口の清潔、かむ力、飲み込む力の訓練法～ お口の中の細菌(歯周病菌)が、アルツハイマー病の発症に関連している可能性が明らかになってきました。 また、かみにくい、飲み込みにくい等の口の機能の衰えは、日常のささいな変化から始まってしまいます。「よくかんで脳の血流をUP」する認知症予防と「飲み込む力をつける」健康長寿のための訓練法をお伝えします。(60分) 【月・木・金 9時半から16時までと第3木曜日午前のみ】	岩手県立 中部病院 (0197) 71-1511	
	233	高齢者の権利を守る(権利擁護) 高齢者の権利と財産を守る「成年後見制度」等をわかりやすく説明します。			各地域包括支援センター (中央) 24-7246 (花西) 29-4873 (大迫) 29-4856 (石鳥谷) 41-4012 (東和) 29-4817	243		おいしく楽しくできる食事のワンポイント 食品や食材の組み合わせ、量、調理のポイントをお話します。下記のテーマからお選びください。 ①生活習慣病予防・改善 ②骨粗鬆症の予防 ③嚥む・飲み込みにくい方の食事(介護食) ④高齢者の食事 ⑤減塩・滴塩 (60分) 【月・火・木の平日 9時半から16時】
	234	もしものために備えませんか？ 人生を自分らしく生きるため、自分の思いを伝えられるよう「わたしの覚え書きメモ」の活用について説明します。				244		がんの予防・治療と緩和ケア ～がんになっても安心して暮らせる町をめざして～ 当院では、がんの手術や放射線治療、化学療法などの積極的な治療の一方で、身体や心のつらさを和らげ支援する緩和ケア部門を設けて患者さんと家族を支えています。 中部病院と地域の取り組みについてわかりやすく説明します。(60分) 【平日日中のみ】
	235	終活講座 終活ノートの書き方を学びながら、自分や家族の終活について考えてみます。 (参加者へ終活ノートを差上げます) 【平日 9時から17時】	社会福祉法人東和仁寿会 44-3113		245	上手なお酒との付き合い方 末永くお酒と付き合い合うために、アルコールに関する基礎知識を学び、適度で節度ある飲酒について考えましょう。	独立行政法人国立病院機構花巻病院 24-0511	
	236	「高村光太郎と花巻」 高村光太郎の花巻での「山居七年」を紹介	(一財)花巻高村光太郎記念会 28-3012		246	上手なゲーム(ネット)との付き合い方 ゲームやインターネットと上手につき合うために、ゲーム(ネット)依存に関する基礎知識を学び、適度な利用を目指しましょう。 NEW!		
	237	よくわかる人権講座 ①人権ってなあに ②人権擁護委員を知っていますか ③近ごろ話題になっている人権は？	花巻人権擁護委員協議会 24-8311					