知りたい　学びたい をかなえます

●受講料　無料●

令和８年度版
（※令和８年10月１５日時点）

美濃加茂市まちづくり出前講座

出前講座は、日常生活や身近な問題など市民の方の「知りたい」ことを楽しみながら学んでいただく講座です。お申込みに応じて、講師が地域・学校・集いの場などへ出向き講座を開きます。様々な講座メニューをご用意しておりますので、ぜひご活用ください。

受講対象

市内在住、在勤、在学で概ね５人以上の団体
※自治会、サークル、サロン、学校、ＰＴＡなど

時間・場所

講座の開催時間は、午前１０時から午後９時までの間で２時間以内
開催場所は、市内に限ります。受講者が会場をご用意ください。

お願い

出前講座は学習の場であり、苦情、陳情または批判に係るものはお受けできません。

①申込み

メニューから希望の講座を選択し、開催予定日２週間前までに、申込書を提出してください。

【提出方法】
窓口、FAX、メール、オンライン申請

②調　整

当課が講師と日程などを調整し、申込者に実施決定を通知します。
通知に記載された講座内容を確認し、講師と事前の打合せをしてください。
※通知に講師の電話番号を記載しています。

③講座実施

開催日に、申込者が指定した会場へ講師が出向き、講座を実施。

終了後は、開催報告書をご提出ください。

講師を募集します！

ご自分で学んでこられたこと、また普段の活動や事業を市民の方へ広く知っていただくために、ぜひまちづくり出前講座の講師登録制度をご活用ください。
詳しくはひとづくり課まで。

【申込み・問合せ】

美濃加茂市ひとづくり課
（生涯学習センター１階）
TEL　：0574-25-4141
FAX　：0574-28-1109
メール：hito@city.minokamo.lg.jp

★市ホームページ
講座メニューをご覧いただけます。こちらから申込書のダウンロードが可能です。

★オンライン申請できます
ホームページ記載のＵＲＬから講座の申込みが可能です。
内容変更や取消しも可能です。

●個人編

No	講座名	講座内容	講師	開催条件				その他の準備など
101	Dogボランティアクラブ （動物愛護推進員）	人と動物の絆、犬の訓練としつけ、アニマルセラピー、社会の様々なところで活動しています。（病院・学校・老人ホームなど） 講座内容：ペットと家畜の違い、食べ物と命のリレー、命を聴く触る	ドッグトレーナー （GCT合格） 坂本　政子	対象者	どなたでも	実費	要相談（材料費・交通費）	―
				日程	内容に応じて （120分程度）	持ち物	―	
102	ゆかたの着付け教室	初心者の方も簡単。ゆかたの着付けと創作帯結びでお出かけしませんか。	着物コーディネーターきもの着付け一級講師 山田 香代子	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし	持ち物	―	
103	プリザーブドフラワー教室	プリザーブドフラワーを使って独自のアレンジメントをしてみませんか。	フラワーデザイナー フラワートリートメント講師 フラワーセラピスト 山田 香代子	対象者	どなたでも	実費	500円～	―
				日程	指定なし	持ち物	―	
104	カラー講座	色でわかる性格、体調、行動パターン 色を上手に取り入れ楽しく過ごしましょう。	カラーアナリスト、カラーセラピスト カラーインストラクター 山田 香代子	対象者	どなたでも	実費	100円	―
				日程	指定なし	持ち物	―	
105	リズムに合わせて楽しく手話を学ぼう	リズムや音楽に合わせて楽しく日常で使う手話を覚えましょう。	手話通訳者、全国手話検定1級 全国手話検定試験面接官 山田 香代子	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （45分～90分程度）	持ち物	―	
106	マヤ暦で輝く人生を	役割にそった生き方、付き合い方をすることで人生が楽しくなります。	マヤ暦アドバイザー 山田 香代子	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （40分～90分程度）	持ち物	筆記用具	
107	花を楽しむ①	ハーバリウム	フラワー装飾技能士 安江 伊都子	対象者	小学生～ 高齢者	実費	要相談1,000円～、 交通費500円	―
				日程	指定なし （120分程度）	持ち物	はさみ、新聞紙	
108	花を楽しむ②	プリザーブドフラワー＆アートフラワー	フラワー装飾技能士 安江 伊都子	対象者	どなたでも	実費	要相談1,800円～、 交通費500円	―
				日程	指定なし （120分程度）	持ち物	ワイヤーの切れるはさみ、木工用ボンド、新聞紙	
109	花を楽しむ③	フレッシュフラワー	フラワー装飾技能士 安江 伊都子	対象者	どなたでも	実費	要相談1,000円～、 交通費500円	―
				日程	指定なし （120分程度）	持ち物	花はさみ、新聞紙	
110	グルテン・動物性フリー　身体にやさしい簡単お菓子作り	詳細はお問合せください。	安江 伊都子	対象者	小学生～ 高齢者	実費	材料費500円～	―
				日程	指定なし （120分程度）	持ち物	エプロン、マスク、三角巾、ふきん、手拭き	

No	講座名	講座内容	講師	開催条件				その他の準備など
111	マナー講座　マナー美人を目指して	接遇の基本･社会人マナー	接遇インストラクター 太田　明美	対象者	小学生～高齢者	実費	100円	ー
				日程	指定なし	持ち物	ー	
112	脳イキイキ　はつらつシナプソロジー	詳細はお問合せください。	シナプソロジーインストラクター 太田　明美	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	指定なし	持ち物	ー	
113	お薬まるわかり講座＋α	詳細はお問合せください。	薬剤師 太田　敏晴	対象者	成人～高齢者	実費	100円	ー
				日程	月･土を除く午後	持ち物	ー	
114	小児ガンの早期発見	詳細はお問合せください。	鈴村　和好	対象者	幼児～小中学生の保護者	実費	0円	ー
				日程	指定なし	持ち物	ー	
115	アクセサリーのリメイク	お持ちのアクセサリーで使えなくなったもの（金具が取れている、デザインが古い、サイズが合わない等）を、作り直しや修理の方法をお伝えし、お手伝いします。	パワーストーンコーディネーター 長谷川　小百合	対象者	どなたでも	実費	1,000円程度	ー
				日程	午前 （100分程度）	持ち物	直して使いたいアクセサリー	
116	美と健康のためのアロマ講座	不眠、肩こり、むくみ、ダイエット、風邪予防などにアロマを活用する健康講座。手作りせっけん、美容クリームなどアロマを使った手作りコスメ講座など	ナードアロマテラピー協会 アロマインストラクター･セラピスト 藤井　啓愛	対象者	小学生～成人	実費	要相談500円～	ー
				日程	指定なし	持ち物	筆記用具	
117	ストレスや健康のためのアロマ講座	ストレス、不眠、うつ、アトピー、花粉症などにアロマでアプローチ、改善するためのアロマ講座	ナードアロマテラピー協会 アロマインストラクター･セラピスト 藤井　啓愛	対象者	成人	実費	要相談1,000円～	ー
				日程	指定なし	持ち物	ー	
118	オレオレ詐欺被害防止講座	被害防止の啓発	岩田　邦夫	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	指定なし （45分程度）	持ち物	ー	
119	1200年前にタイムスリップ 火打石で火を起こそう	火打石を使って火を起こす	岩田　邦夫	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	指定なし （45分程度）	持ち物	ー	
120	SDGs私たちに何ができるの	17の目標、169のターゲットを分かりやすく教えます。	岩田　邦夫	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	指定なし	持ち物	ー	

No	講座名	講座内容	講師	開催条件				その他の準備など
121	バランスボールエクササイズ	バランスボールやミニボール、タオルなどを使用したエクササイズを行います。自律神経の講話など健康づくりについて、また、産後女性の方向けのエクササイズと座学も可能です。	(一社)体力メンテナンス協会 体力指導士 バランスボールインストラクター 小林　郁美	対象者	どなたでも	実費	要相談 (ボールレンタル代400円＋交通費)	―
				日程	指定なし (60分程度)	持ち物	水分、バスタオル、 あればヨガマット	
122	トイドローンでプログラミング・操縦	トイドローンで楽しくプログラミングを学びます。自分で考えプログラムし、失敗し、チャレンジすることでプログラミングを学べます。また、ドローンの技術活用についても学べます。	トイドローン　エンターテイナー 冨田　紀良	対象者	どなたでも	実費	要相談 (材料代+交通費)	―
				日程	土・日(平日は要相談) 時間指定なし(内容に応じて)	持ち物	―	
123	牧　幸一　うたと絵本ライブ	歌、ギター、ハーモニカ演奏、紙芝居、絵本読み聞かせ、踊り(小さい子)と歌、本の読み方、朗読の指導、腹式呼吸、発声の指導　　など	注文の多い朗読会主宰、元劇団はぐるま座 牧　幸一	対象者	乳幼児・小中学生・高校生	実費	要相談 (材料代2,500円+交通費1,000円)	―
				日程	午前 (45分～60分程度)	持ち物	―	
124	脳トレ体操と肩こり腰痛・膝痛の体操	認知症予防のための体を動かしながらできる脳トレ体操と、肩こり、腰痛、膝痛で悩んでいる方のための各種体操を一緒に行います。講座後、 ご自宅で自主トレーニングとしてできるようにお伝えいたします。	藤村　亮太	対象者	高齢者	実費	0円	―
				日程	指定なし (60分程度)	持ち物	メモしたい方は筆記用具	
125	誰でも分かる保険の選び方・考え方	万一時に家族を守れるような生命保険に加入したいけど、何に加入したらいいか分からない、子供の教育資金を考えたいけどどうしたら良いか分からない、そんなご不安、お悩みを解決するためのお話をします。「生命保険ってこういうものなんだ」こんな風に言ってもらえるようにサポートします。	小野木　皓平	対象者	成人、高齢者	実費	0円	―
				日程	月、水、木、土、日 (90～120分)	持ち物	メモ帳、筆記用具	
126	今からでも遅くはない！相続対策について	相続に対する基本的な事からどのように対策したら良いかわからない、、、なかなか一歩がでない、、、そんな方へ丁寧にお話しさせていただきます。	小野木　皓平	対象者	成人、高齢者	実費	0円	―
				日程	月、水、木、土、日 (90～120分)	持ち物	メモ帳、筆記用具	
127	生きがいある人生を送るために！ライフプランニング講座	現在、物価上昇によるインフレの加速が進んでおります。 そのため将来を不安に思われる方がたくさんいます。 しかし、皆様には素敵な夢や希望があると思います。 その夢や希望を叶えるため将来を見える化し、不安を解消できるためのライフプランニング講座を行います。	小野木　皓平	対象者	成人、高齢者	実費	0円	―
				日程	月、水、木、土、日 (90～120分)	持ち物	メモ帳、筆記用具	

●民間企業編

No	講座名	講座内容	講師	開催条件				その他の準備など
301	終活勉強会	生きている限り100%おとずれる死について自分の事として家族の事を考えてみましょう。	(株)のうひ葬祭	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	指定なし	持ち物	筆記用具	
302	最近のお葬式事情セミナー	お葬式の流れや昨今急増している家族葬についてわかりやすく解説いたします。	(株)のうひ葬祭	対象者	成人～高齢者	実費	0円	ー
				日程	指定なし	持ち物	筆記用具	
303	新入社員向け研修	新入社員のために、生活設計や生命保険の加入、見直しの際に必要な基本的な知識を、公的保障と私的保障をふまえて解説します。	(財)生命保険文化センター	対象者	職員・従業員	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (60～120分)	持ち物	ー	
304	子育て世代の生活設計と生命保険	もしもの時に家族を経済的に支えるための生活保障と生活保険について、初めて生命保険と向き合う方にもわかりやすく解説します。	(財)生命保険文化センター	対象者	乳幼児～小学生のお子さんをもつ方	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (30～120分)	持ち物	ー	
305	公的年金と個人年金	老後資金の自助努力による準備手段の1つである、生命保険会社で取り扱う個人年金保険等について、公的年金制度の概要とともに解説します。	(財)生命保険文化センター	対象者	大学生・短期大学生・専門学校生・消費者・職員・従業員	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (90～120分)	持ち物	ー	
306	生命保険の基礎知識	加入や見直しを検討する際に意識すべき社会保険や生命保険の基本的な知識について解説します。	(財)生命保険文化センター	対象者	大学生・短期大学生・専門学校生・消費者・職員・従業員	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (90～120分)	持ち物	ー	
307	医療保険と介護保険	生命保険会社で取り扱う医療保険・介護保険の加入時や受取時の留意点を公的医療保険制度・公的介護保険制をふまえて解説します。	(財)生命保険文化センター	対象者	大学生・短期大学生・専門学校生・消費者・職員・従業員	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (90～120分)	持ち物	ー	
308	定年退職準備	充実したセカンドライフを送るための経済的な準備の考え方を解説します。主催者の要望に応じて、生命保険と相続の関係についても解説します。※マネープランなど資産運用に関する内容ではありません。	(財)生命保険文化センター	対象者	消費者/職員・従業員 (40～50代対象)	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (90～120分)	持ち物	ー	
309	セカンドライフと生命保険	生命保険の見直しのポイントや保険金の受取に関する留意点等、高齢期における生命保険との付き合い方について解説します。主催者の要望に応じて、生命保険と相続の関係についても解説します。	(財)生命保険文化センター	対象者	60代	実費	0円	一般　20名以上 職員・従業員　10名以上
				日程	指定なし (90～120分)	持ち物	ー	
310	水力発電所、ダム見学会	水力発電所、ダム見学会の場所は今渡・兼山・大井限定になります。	関西電力 今渡水力センター	対象者	どなたでも	実費	0円	開催予定日の1カ月前までに予約必要
				日程	月～金 午前・午後 (60分程度)	持ち物	ー	

No	講座名	講座内容	講師	開催条件				その他の準備など
321	体験しよう！歯科衛生による歯磨き講座	お口に合った歯ブラシの選び方、歯磨きの仕方、歯間ブラシ･デンタルフロスの使い方を歯科衛生士が説明します。	医療法人神明会 佐藤歯科医院	対象者	どなたでも	実費	0円	訪問歯科衛生士による講座です。
				日程	月～金 午前･午後	持ち物	今使用している歯ブラシなどの歯磨き用品	
322	訪問歯科ってなあに？	佐藤歯科医院で行っている訪問歯科診療について、写真や実際に使用している器具をお見せしながら歯科衛生士が説明します。	医療法人神明会 佐藤歯科医院	対象者	どなたでも	実費	0円	訪問歯科衛生士による講座です。
				日程	月～金 午前･午後	持ち物	ー	
323	子どもの虫歯を予防しよう！	お子様が虫歯にならないように、食事や間食で気を付けること、仕上げ磨きの仕方について、歯科衛生士が説明します。	医療法人神明会 佐藤歯科医院	対象者	どなたでも	実費	0円	訪問歯科衛生士による講座です。
				日程	月～金 午前･午後	持ち物	ー	
324	健口体操～口から安全に食べるための準備運動～	加齢とともに飲み込む力が衰えきます。食事の前の準備運動は誤嚥予防に効果があります。口腔機能向上トレーニング、唾液腺マッサージの仕方について、歯科衛生士が説明します。	医療法人神明会 佐藤歯科医院	対象者	どなたでも	実費	0円	訪問歯科衛生士による講座です。
				日程	月～金 午前･午後	持ち物	ー	
325	老後の住まい選びセミナー	老人ホームと言っても多くの種類があり、それに伴い対象者も変わります。この講座では要介護、要支援認定などの基本的な制度の仕組みから老人ホームの適切な選び方までお伝えする講座です。	(株)顔晴	対象者	成人、高齢者	実費	交通費（講師と応相談）	ー
				日程	指定なし	持ち物	メモ帳、筆記用具	

●市役所編

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
401	よい歯ではっぴい！歯の健康教室	子どもの歯を健康に保つための生活習慣や歯みがきについて。 現在はお口ぽかんなどお口の機能に問題がある乳幼児が少なくないことから口腔機能についてもお話します。	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	講座実施時間は希望に応じて調整します。
				日程	月～金	持ち物	ー	
402	健康長寿は歯と口の健康から ～口の渇きやむせが気になっていませんか～	歯と口の健康は、むし歯や歯周病予防だけではありません。噛むこと飲み込むことを維持することも大切です。お口の機能についてのお話とお口の体操、唾液腺マッサージ、歌トレで楽しく機能を高めましょう。	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	講座実施時間は希望に応じて調整します。
				日程	月～金	持ち物	ー	
403	知って得するメタボ講座	メタボリックシンドロームとは内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態のことです。メタボ予防について運動・栄養・歯科の知識を交え楽しくお伝えします	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	講座実施時間は希望に応じて調整します。
				日程	月～金 60分程度	持ち物	ー	
404	健診（検診）を受けよう！	あなたは自分の健康状態を知っていますか？ 健診（検診）で健康長寿の第一歩。その意味や必要性、美濃加茂市で行う健診（検診）の種類、受け方のヒントなどについてお話しします。	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	講座実施時間は希望に応じて調整します。
				日程	月～金 60分程度	持ち物	ー	
405	こころの健康づくり	大切な命とこころの健康を守るために、ストレスとの上手な付き合い方を考える講座です。こころの健康を保つためにできることを学びましょう。	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	講座実施時間は希望に応じて調整します。
				日程	月～金 60分程度	持ち物	ー	
406	おいしく！楽しく！食べて健康づくり	子どもから高齢者の方まで、楽しく健康に過ごすための食事について講話を行います。また、希望により調理実習もできます。	健康課 （協力：食生活改善推進連絡協議会）	対象者	どなたでも	実費	材料費 ※調理実習ありの場合は材料費の負担あり（内容によってご連絡します）	調理実習の有無で講座の実施時間が変わります。
				日程	月～金 講話のみ：30～60分 調理実習あり：60～120分（超える場合は要相談）	持ち物	ー	
407	ゲートキーパー養成講座	ゲートキーパーとは悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格はいりません。自分のこと、身近な人のことを守るために必要な知識を学びます。	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	時間や内容は調整できますので、ご相談ください。
				日程	月～金 30～90分程度	持ち物	ー	
408	クアオルト®健康ウオーキングをはじめよう！	クアオルト健康ウオーキングは、ドイツのクアオルト（療養地）で治療に利用されている運動療法「気候性地形療法」を基本に、日本の環境に適合させたウオーキングです。 個人の体力に合わせた安全・効果的な有酸素運動として実践できるよう、あらかじめ設計されたコースを専門ガイドとともに歩きます。	健康課	対象者	どなたでも	実費	基本料金（1団体10,000円） ＋ 参加料（300円×人数）	1団体5名以上20名まで 市内在住者・在勤者対象
				日程	曜日指定なし 午前・午後 （3時間30分程度）	持ち物	リュックサック、体温調節しやすい服、飲み物、歩きやすい靴（滑りにくいもの）、タオル、雨具（レインウエアなど）	
409	「みのかも健康10か条」って何？	皆さん「みのかも健康10か条」は知っていますか？ 美濃加茂市では、第6次総合計画の健康テーマ「心の健康」・「体の健康」・「社会の健康」に則した健康づくりの指標として『みのかも健康10か条』を作成しています。皆さんも、取り組めるものから実践してみましょう！！	健康課	対象者	どなたでも	実費	0円	講座実施時間は希望に応じて調整します。
				日程	月～金 午前・午後 30分～60分	持ち物	筆記用具、メモ用紙（必要であれば）	
410	体力測定会　～あなたの所へ出張します～	自分の体力、ちょっと気になりませんか？専門職等による結果の解説や「元気で過ごすコツ」を学べるミニ講話付き。体力に自信がなくても安心！お気軽にお申し込みください。	国保年金課	対象者	高齢者	実費	0円	講座実施時間は、参加人数等に応じて変更となる場合があります。
				日程	月～金 午前・午後 60分～90分	持ち物	動きやすい服装、水分補給できる飲み物	

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
411	ことばの発達「あいうえお」	通常発達及び発達特性のある乳幼児が、健やかに成長する関わり方や遊びについて具体的にお話します。	子育て支援課 （カナリヤの家）	対象者	乳幼児とその保護者	実費	0円	―
				日程	月～金 午前・午後	持ち物	―	
412	児童虐待の予防について ～子どもを大切にする地域を目指して～	児童虐待は社会全体でかかわり、解決していく問題です。 しつけ？体罰？児童虐待の現状は。子どもを虐待から守るために私たちができることを考えます。	子育て支援課	対象者	成人	実費	0円	―
				日程	指定なし （30分程度）	持ち物	―	
413	みんなで学ぼう！「あい愛バス」乗り方教室	あい愛バスについての基本知識や乗り方、便利な活用方法などについてご紹介します。	まちづくり課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	月～金（60分程度）	持ち物	―	
414	みんなで乗ろう！『チョイソコみのかも』	新しい公共交通システムAIデマンドバス『チョイソコみのかも』について、会員登録から予約方法、乗り方までを説明いたします。	まちづくり課	対象者	どなたでも	実費	0円	運行開始に合わせて実施しますので、開催時期については事前にご相談ください。
				日程	月～金（60分程度）	持ち物	筆記用具	
415	地域コミュニティ（自治会・まちづくり協議会等）について学ぼう！	「自分たちのまちは、自分たちでつくる」このような思いで活動されている自治会やまちづくり協議会について、紹介します！	まちづくり課	対象者	小学生～高齢者	実費	0円	時間は調整できますので、ご相談ください。
				日程	指定なし （60分程度）	持ち物	―	
416	できることからはじめよう！ 多文化共生のまちづくり	美濃加茂市に住む外国籍住民のことを知り、外国籍の人とのコミュニケーションのコツである「やさしい日本語」について、具体的な事例を交えながら分かりやすくお伝えします。	多文化共創課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （60分程度）	持ち物	―	
417	知ることから始めよう！ ～ほかの国の文化に触れてみませんか～	ブラジル国籍の国際交流員が、自国の文化、食生活、簡単なあいさつ等を紹介します。あなたがまだ知らないブラジルに出会えるかも！	多文化共創課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （60分程度）	持ち物	―	
418	生活オリエンテーション講座	美濃加茂市で生活する外国人市民向けに、美濃加茂市のルールや制度、市が行う行政サービス等について、多文化共生推進員がお伝えします。	多文化共創課	対象者	美濃加茂市に住む外国人市民	実費	0円	・指定の曜日・時間帯以外を希望される場合は、別途ご相談ください。 ・対応言語は、やさしい日本語・英語・タガログ語・ポルトガル語です。対応言語以外の言語での講座を希望する場合は、希望者で通訳者の手配をお願いいたします。
				日程	火・水・木　午前 （60～90分程度）	持ち物	―	
419	あなたもやってみませんか！ 軽スポーツ 419-①:ボッチャ 419-②:モルック 419-③:ミニテニス 419-④:ユニカール 419-⑤:ドッヂビー	運動が得意でない方も楽しむことができる、軽スポーツの体験講座です。普段馴染みの少ない種目も多いですが、実際に体験し、その楽しさを味わってください。	スポーツ振興課 （スポーツ推進委員）	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （60～90分程度）	持ち物	―	

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
420	街角のパブリックアートを見る	市内にある彫刻などのアート作品をご紹介します。	文化振興課	対象者	成人	実費	0円	ー
				日程	月以外 午前・午後	持ち物	ー	
421	市内の自然と歴史の散策	美濃加茂市の歴史や自然について、関心のあるテーマについてご紹介をします。	文化振興課	対象者	成人	実費	0円	ー
				日程	月以外 午前・午後	持ち物	ー	
422	図書館の上手な使い方	図書館は本を借りるだけの場所ではありません。新聞や雑誌、映画を見たり音楽を聴いたりもできます。知りたい！と思ったことを本やパソコンを使って調べることもできます。 「図書館」を使わない手はありませんよ！	図書館	対象者	小学生～高齢者	実費	0円	ー
				日程	火～木 時間指定なし	持ち物	ー	
423	読み聞かせのコツ「本の選び方、ふれあい方」	ブックスタートで絵本をもらったけど、やっぱりどうしたらいいかわからない。学校へ読み聞かせに行くけど、何を読んだらいいの？ 絵本のテーマは多種多様、絵本の楽しみ方、読み聞かせの仕方など一緒に学びましょう。	美濃加茂市立中央図書館	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	火～木 時間指定なし	持ち物	ー	
424	読み聞かせのコツ「本の選び方、ふれあい方」	ブックスタートで絵本をもらったけど、やっぱりどうしたらいいかわからない。学校へ読み聞かせに行くけど、何を読んだらいいの？ 絵本のテーマは多種多様、絵本の楽しみ方、読み聞かせの仕方など一緒に学びましょう。	美濃加茂市立東図書館	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	火～木 時間指定なし	持ち物	ー	
425	障がい者の福祉サービス	障がい者の方が利用できるサービスや制度について、お話します。	福祉課	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	月～金 時間指定なし （30～60分程度）	持ち物	ー	
426	みんなで支える介護保険制度	公的介護保険制度について、介護保険料や要介護・要支援認定などの基本的な制度のしくみをお伝えします。	高齢福祉課	対象者	どなたでも	実費	0円	高齢福祉課が打合せ窓口となります
				日程	月～金 午前・午後	持ち物	ー	
427	美濃加茂市版エンディングノート（通称：つなぐノート）を書いてみよう	最期まで自分らしく過ごすために、自分の気持ちに向き合い、大切な人とその想いを共有するために、美濃加茂市版エンディングノート（通称：つなぐノート）を作成しました。つなぐノートを活用し、今からできることを考えてみましょう。	高齢福祉課	対象者	どなたでも	実費	0円	高齢福祉課が打合せ窓口となります
				日程	月～金 （60分程度）	持ち物	ー	
428	自分の望む最期にするための心づもり	人生の最期に「大切にしたいこと」は何かを考える「もしバナゲーム」の体験や、美濃加茂市版エンディングノート（通称：つなぐノート）の活用法等、人生会議を始めるきっかけが学べます。	高齢福祉課	対象者	どなたでも	実費	0円	高齢福祉課が打合せ窓口となります
				日程	月～金 （60分程度）	持ち物	0	
429	知っておきたい！成年後見制度	成年後見制度は、認知症、知的障がい、精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方について、ご本人の権利を守ってくれる人（援助者）を選ぶことで、ご本人を法律的に支援する制度です。 成年後見制度のうち、認知症等で既に判断能力が不十分な方を対象とする法定後見制度についてご紹介します。	美濃加茂市権利擁護センター（高齢福祉課）	対象者	高齢者	実費	0円	高齢福祉課が打合せ窓口となります
				日程	月～金 午前・午後 （30～45分程度）	持ち物	ー	

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
430	知っておきたい！任意後見制度	成年後見制度は、認知症、知的障がい、精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方について、ご本人の権利を守ってくれる人（援助者）を選ぶことで、ご本人を法律的に支援する制度です。成年後見制度のうち、判断能力が不十分になる前に将来に備える任意後見制度についてご紹介します。	美濃加茂市権利擁護センター （高齢福祉課）	対象者	高齢者	実費	0円	高齢福祉課が打合せ窓口となります
				日程	月～金 午前・午後 （30～45分程度）	持ち物	―	
431	ダンボールコンポストで生ごみ減量	微生物を利用して生ごみを分解・発酵させ、肥料にするダンボールコンポストの使い方や継続して取り組めるコツについてご説明します。	環境課	対象者	どなたでも	実費	材料費 500円程度	―
				日程	月～金 時間指定なし	持ち物	―	
432	SDGs未来都市みのかも ～みんなで始めるSDGs～	美濃加茂市のSDGsの取組を中心に、どのような行動がSDGsに繋がるかなどについてお話します。	環境課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	月～金 時間指定なし	持ち物	―	
433	消費生活出前講座	「大人になる前に知っておきたい消費生活の知識」「インターネットによる消費者トラブルの実例と対処法」 など一般的な消費生活講座を実施します。	商工観光課	対象者	小学生～高校生	実費	0円	―
				日程	月～金 午前午後 （30～50分）	持ち物	―	
434	住民らが主体となって行う市街地整備の手法を学ぼう！ （市街地再開発事業・土地区画整備事業など）	土地の権利者などが事業主体となって行うことができる（組合施行）土地区画整理事業や市街地再開発事業などといった市街地整備の手法について、制度や事例を基にご説明いたします。	都市計画課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （60分程度）	持ち物	―	
435	川柳で考える！わが家の終活講座	自宅や所有している不動産の将来について一緒に考えてみませんか？相続や登記などの基本的な制度のしくみを川柳にのせてご紹介します。	都市計画課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	月～金 （30分程度）	持ち物	―	
436	選挙管理委員会による選挙出前講座	選挙に関する啓発講座です。	選挙管理委員会	対象者	小学生～高校生	実費	0円	時間や内容などは調整できますので、ご相談ください。
				日程	夜間以外 （60分程度）	持ち物	―	
437	災害から命を守る防災・減災対策	地震や台風、水害よる被害の特徴や、その被害から命を守る対策、備えについて、座学で学ぶ講座です。	防災安全課	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	月～金 午前9時～午後4時	持ち物	―	
438	高齢者交通安全・防犯教室	加茂警察署の警察官から高齢者に対する交通事故や特殊詐欺（オレオレ詐欺等）の実例及び被害防止の対策方法を学ぶことができます。	防災安全課 （協力：加茂警察署）	対象者	高齢者	実費	0円	―
				日程	月～金 午前9時～午後4時	持ち物	―	
439	第6次総合計画の推進	美濃加茂市がめざす将来の姿を定めた計画書である「第6次総合計画」について、概要や市の現状、今後の方向性などご説明します。	企画課	対象者	小学生～ 高齢者	実費	0円	―
				日程	指定なし （30分程度）	持ち物	―	

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
440	みのかも定住自立圏	みのかも定住自立圏の制度や取組を紹介します。	企画課	対象者	どなたでも	実費	0円	実施時間については要相談
				日程	指定なし （30分程度）	持ち物	ー	
441	美濃加茂市まち・ひと・しごと創生総合戦略の推進	美濃加茂市まち・ひと・しごと創生総合戦略の概要や取組について説明します。	企画課	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	指定なし （30分程度）	持ち物	ー	

●公共機関編（教育機関）

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
501	坐禅入門 “坐禅の仕方、呼吸法を知り、 実際に体験する”	坐禅体験しながら禅の心の講話を聴講し、実生活において心を楽にする（安楽）方法を知る。	正眼短期大学	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	随時（相談可）	持ち物	座布団	
502	食生活・運動・禁煙・検診や健診など 『健康寿命を延ばそう』健康講座	食生活・運動・禁煙・検診や健診など健康寿命を延ばすための健康講座をご希望の内容でわかりやすく大学専門教員がお話しします。	東海学院大学	対象者	どなたでも	実費	要相談	―
				日程	要相談 （講義60分程度）	持ち物	講座に合わせてご連絡します	
503	熱中症予防やフレイル予防などの 高齢者向け健康講座	熱中症予防やフレイル予防などの高齢者向け健康講座をご希望の内容でわかりやすく大学専門教員がお話しします。	東海学院大学	対象者	どなたでも	実費	要相談	―
				日程	要相談 （講義60分程度）	持ち物	講座に合わせてご連絡します	
504	子育て応援！食育講座	離乳食も含め子育て応援食育講座をご希望の内容でわかりやすく大学専門教員がお話しします。	東海学院大学	対象者	どなたでも	実費	要相談	―
				日程	要相談 （講義60分程度）	持ち物	講座に合わせてご連絡します	
505	図書館と子どもの読書に関する講座	子ども司書って知ってる？子どもと読書に関する講座をご希望の内容でわかりやすく大学専門教員がお話しします。	東海学院大学	対象者	どなたでも	実費	要相談	―
				日程	要相談 （講義60分程度）	持ち物	講座に合わせてご連絡します	
506	フラワー装飾の歴史を知る① オランダ編	絵画を通してオランダのフラワー装飾の歴史を探ります	国際園芸アカデミー	対象者	どなたでも	実費	0円	会場：PC、プロジェクター スクリーンの準備が必要
				日程	曜日指定なし 午前・午後 （90分程度）	持ち物	―	
507	フラワー装飾の歴史を知る② イギリス編	なぜイギリスは園芸大国になったのか？フラワー装飾の観点から歴史をひもときます	国際園芸アカデミー	対象者	どなたでも	実費	0円	「フラワー装飾の歴史を知る①」の後に受講されると理解が深まります。 会場：PC、プロジェクター スクリーンの準備が必要
				日程	曜日指定なし 午前・午後 （90分程度）	持ち物	―	
508	家庭でできる花の管理総合講座	植物を管理する上で欠かせない植物の生育するしくみや切花を長く観賞する方法について講義	国際園芸アカデミー	対象者	どなたでも	実費	0円	会場：PC、プロジェクター スクリーンの準備が必要
				日程	曜日指定なし 午前・午後 （90分程度）	持ち物	―	
509	所得税の基本（源泉徴収と年末調整）	給与所得を題材に、所得税の概要や基本的な計算過程をお話しします	国際園芸アカデミー	対象者	どなたでも	実費	0円	税務に関する具体的な相談・助言は行えないことを予めご了承ください。
				日程	曜日指定なし 午前・午後 （90分程度）	持ち物	―	
510	アルバイトと労働法	アルバイトを行う際に知っておきたい「働く時のルール」についてお話します	国際園芸アカデミー	対象者	高校生、大学生	実費	0円	―
				日程	曜日指定なし 午前・午後 （90分程度）	持ち物	―	

●公共機関編（長寿支援センター、社会福祉協議会、消防署、法務局　等）

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
511	認知症について一緒に学ぼう･支えよう ～認知症サポーター養成講座～ 511-①　西部長寿支援センター 511-②　中部長寿支援センター 511-③　東部長寿支援センター	認知症を正しく理解し、そっと見守り、そっと手助けをする応援者である、「認知症サポーター」を養成するための講座です。	西部長寿支援センター 中部長寿支援センター 東部長寿支援センター	対象者	どなたでも	実費	0円	511-① 西部長寿支援センター 太田、加茂野小学校区の団体が対象※「北一」は山手小学校区 511-② 中部長寿支援センター 山之上、蜂屋、三和、伊深、山手小学校区の団体が対象 511-③ 東部長寿支援センター 下米田、古井小学校区の団体が対象
				日程	月～金 （90分程度）	持ち物	ー	
512	今聞きたい！長寿支援センター保健師のおはなし 512-①　西部長寿支援センター 512-②　中部長寿支援センター 512-③　東部長寿支援センター	高齢者の方の健康づくりに関するお話をします。詳細はご相談ください。	西部長寿支援センター 中部長寿支援センター 東部長寿支援センター	対象者	高齢者	実費	0円	512-① 西部長寿支援センター 太田、加茂野小学校区の団体が対象※「北一」は山手小学校区 512-② 中部長寿支援センター 山之上、蜂屋、三和、伊深、山手小学校区の団体が対象 512-③ 東部長寿支援センター 下米田、古井小学校区の団体が対象
				日程	指定なし	持ち物	ー	
513	安心して暮らしていくための地域のつながりづくりを一緒に始めてみませんか？ ～ふだんのくらしをしあわせに～	住民の皆さんで作る地域の繋がりについての講座です。 地域の皆さんが取り組んでいる福祉活動の現場を生活支援コーディネーターからお伝えします。	美濃加茂市社会福祉協議会	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	月～金 時間指定なし	持ち物	ー	
514	基幹相談支援センターって何？ ～相談のハブステーションにようこそ～	美濃加茂市基幹相談支援センターは障がい福祉に関する総合相談窓口です。実際にどのような相談ができるのか、どんなサポートを行っているのか等、実績を基に具体的な役割についてお話します。	美濃加茂市基幹相談支援センター（美濃加茂社会福祉協議会）	対象者	どなたでも	実費	0円	ー
				日程	月～金 午前･午後	持ち物	ー	
515	地震発生！我が家の作戦会議！	消防署員が能登半島地震に緊急消防援助隊として出動した際の講話を行います。逃げるための荷物は具体的に何を準備するのか、また避難する際、家族や近所の人が負傷により歩けない場合、どのように搬送するのか、実技体験や、非常持ち出し品を実際に見て作戦を立てましょう。	可茂消防事務組合 中消防署	対象者	小学生～高齢者	実費	0円	ー
				日程	曜日指定なし 午前午後 （60分程度）	持ち物	動きやすい服装、着なくなった衣服（上衣）	
516	住宅防火対策講座	消火器の使い方、119通報の仕方、住宅用火災警報器の設置など、火災が起きないために普段からどうすれば良いか、起きてしまったらどうすれば良いかを学ぶ講座です。	可茂消防事務組合 中消防署	対象者	成人～高齢者	実費	0円	ー
				日程	曜日指定なし 午前午後 （45分～60分程度）	持ち物	ー	

●公共機関編（長寿支援センター、社会福祉協議会、消防署、法務局　等）

No	講座名		講師	開催条件				その他の準備など
517	相続・遺言について	・基本的な相続の考え方から相続登記について ・自筆証書遺言書保管制度について 上記のことをわかりやすく学ぶ講座です。	岐阜地方法務局美濃加茂支局	対象者	どなたでも	実費	0円	―
				日程	指定なし （45分～）	持ち物	筆記用具	