

令和6年度 下松市生涯学習支援事業

出前講座



くだまつ市民講師セミナーとは

市民の方が、学んだ知識・技能等を、市民講師として、講座形式により講義します。

くだまつ行政講座とは

市の各行政分野における行政の推進状況や制度の概要説明等を、担当の職員が行います。

いつ？

平日9時～20時30分（土・日曜日、祝日は18時まで）
※いずれも12時～13時までの1時間を除きます。
※講座時間は1.5時間を標準とします。

どこで？

講座が適切に開催できる下松市内の施設（公民館など）
※会場予約は、受講者がします。

利用できる方は？

市内に在住・在勤・在学している概ね5人以上の団体やグループです。

申込方法は？

- ①代表の方が、受講希望日の30日前までに市教育委員会生涯学習振興課に「受講申込書」を提出してください。
- ②その後市教育委員会で、希望の講師と開講日程の調整を行い、開講決定通知書を送付します。（なお、公務及び講師の都合により変更をお願いする場合があります。）
- ③講座終了後、7日以内に実施報告書の提出をお願いします。

費用は？

受講料は無料です。
※会場使用料が発生する場合は、受講者負担です。
※講座によっては教材等の経費を負担していただく場合があります。

申込できない場合

- ・公の秩序を乱し、又は善良な風俗を阻害するおそれがあるとき。
- ・政治・宗教・営利を目的とした催し物等に利用するおそれがあるとき。
- ・受講者と講師が、同一グループ（協会・団体等）に属する場合など、出前講座の趣旨に反しているとき。



お問い合わせ・お申込み先

下松市教育委員会生涯学習振興課

TEL 0833-45-1870

FAX 0833-45-1865

くだまつ市民講師セミナー

NO	市民講師	講座内容
1	田村 美代子	*おしゃれな小物や季節（おひな様・クリスマス・干支など）の小物づくり *子供から大人まで楽しいものづくり
2	重岡 升美	*外国人への日本語の教え方 （日本語のみで教える方法、国文法と日本語教育の違い） *外国の皆さん、日本語を学びましょう（入門・初級・中級・上級） *介護関係の日本語指導
3	BUCHI くだまつ	*紙芝居（下松民話・環境・防犯・昔ばなしほか） *音楽（いろんなジャンルの歌をみんなで歌いましょう） *身近な話し（気軽に聞ける楽しいお話） *手あそび・頭の体操・楽しいゲームほか
4	田中 三千男	*手話（初心者向け）～「見たことある！」から「習ったことある！」に～ *身体障害者対応「まずは声をかけましょう」 体験学習：視覚（白杖）、聴覚（手話）、肢体（車椅子） *下松市は本当に難読市か？
5	谷 佐恵子	*絵本の読み聞かせ会 *紙芝居の上映会 *本の朗読 *朗読の仕方・絵本の読み方 *話し方
6	降松星太鼓保存会 田村 好則	*和太鼓の指導（バチの握り方・基本打ち・バチを使った体操・課題曲など）
7	朗読ソムリエ 今治 淳子	*正しい日本語の指導（特に国際交流） *親子での朗読劇・朗読会・朗読コンテスト開催（年1回） *朗読研究会（知的財産を育てる） *幼稚園・小・中学生の読む力を育成する *ステージ・メディアに挑戦する機会を与える（FM 放送体験） *朗読ソムリエ資格認定への挑戦
8	魚をシゴしちゃう会 宮本 裕子	*魚のさばき方と簡単でおいしい料理の紹介（春～秋） ～実習と試食～
9	林 佳都子	*消費生活に役立つ知識や情報 ・最新のうそ電話詐欺や悪質商法の手口と対処法 *暮らしとエネルギー ～スマートライフの実践～ ・暮らしを支えるエネルギーの現状と、CO ₂ 削減について ・家庭における省エネ節電の進め方について
10	根本 千鶴子	*リサイクル工作 ～牛乳パック・古毛糸・古布などを使ったエコ工作～ （例）ネクタイを使ったエコ手芸、トイレットペーパー万華鏡、新聞紙のカ ブト・紙風船、チラシを使った紙の箱、牛乳パック利用のこもの入れ *日本タオルを使ったあずま袋 *布のはし袋 *紙皿+はしで皿回し
11	下松キャラバンメイト連絡会 代表 浅原 郁子	*認知症サポーター養成講座 認知症を理解し、認知症の人や家族を支える認知症サポーターの養成
12	阿武 一治	*各種講演 「最近の出来事を楽しく、私なりの解説をします」 「昔は本当に良かったの」など （高齢者を対象にした講座やその他の講座もご相談ください）

NO	市民講師	講座内容
13	小川 哲夫	<p>*突然訪問してくるセールスの巧妙な手口に要注意!! (屋根瓦、水回り、床下などの点検) 見本工事商法で特別安く、点検商法でお客様に不安を与えて!</p> <p>*祖父母、父母が死亡すれば必ず相続手続きをしなければなりません! 遺産の相続税申告手続きを自分でできない場合に、業者(税理士等)に依頼するときは、時間をかけて慎重に!</p>
14	大木 孝行	<p>*古木インテリアの工作&作品展示(置物、花台、花器などを原木から加工)</p> <p>*庭木の剪定(現場実習、剪定用具の取扱い、作業安全教育、松の剪定特別実習) 一般の剪定は9月~2月末が作業時期</p> <p>*草刈作業(用具の取扱い、手入れほか)</p>
15	林 こずえ	<p>*透ける折り紙を折って窓辺に飾ろう *小さくて可愛いプチ多肉の寄せ植え</p> <p>*楽しい苔玉づくり *素肌をケアする基本のコツと上手なメイクのポイント</p> <p>*シニアのおしゃれいろいろ</p>
16	NPO 法人 下松べんけい号を 愛する会	<p>①(説明)下松べんけい号の歴史・特徴・3つの奇跡</p> <p>②(映写)下松工業高等学校60周年時の修復記録&10数年前の三重県での走行映像</p> <p>③(体験)ミニべんけい号の試乗体験</p>
17	笠戸島D51592 を燦かせる会	<p>*笠戸島デゴイチ大学</p> <p>①D51592の歴史 ②鉄道模型運転会・ジオラマ創作体験</p> <p>③SLを活かしたまちづくり</p> <p>*夢を実現させるヒント(鉄道マンとしての挑戦)</p>
18	梅地 哲郎	<p>*大人のための英会話(演習)</p> <p>*大人のための英作文(演習)</p>
19	松原 明子	<p>*ペーパークイリング ~細い紙で作るアートの世界~(定員15名まで)</p> <p>*グループワークで大きい工作等の作品にもチャレンジできます。(道具は貸出可)小学生から大人まで楽しめます。</p> <p>*色についての学習(配色、環境色彩、色の文化・歴史、色彩検定へのアプローチ)もできます。</p>
20	河本 紀子	<p>(大人向け) *子どものやる気を引き出す魔法の質問講座 *イライラしないママになる魔法の質問講座</p> <p>(子ども向け) *なりたい自分になる魔法の質問講座</p>
21	maam sweets 林山 愛美	<p>*粘土でクッキーづくり(小学3年生以下は、保護者同伴・定員10名まで)</p> <p>色付けやクッキーにオリジナルの文字を入れることができます。そのクッキープラスこちらで用意したお菓子のパーツ(50種類以上)の中から好きなパーツを選んで、BOXにデコレーションします。クリーム絞りもします。材料費、BOXの場合いただきます。</p>
22	河野 智晴	<p>*星ふるまの星のはなし(星空観察の魅力についてわかりやすく解説します)</p> <p>主な内容 ・宇宙の広がり ・四季の星座 ・太陽、月、惑星、彗星、流星群 ・今後の主な天文現象 ・星空観察の方法</p>
23	山縣 住雄	<p>*外国での生活内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジャイカボランティアの活動を通じた体験 ・外国人との交流など国際化で考慮する事項(特に治安対策) <p>*柔らかな転び方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・柔らかな転び方と健康な生活(柔道の受け身のやり方) ・高齢者が安全な生活を送る為の技術、その修得方法と柔らかな交流
24	下松消費者連絡会 会長 原田 美保子	<p>*悪質商法やうそ電話詐欺被害防止のための講座</p>

NO	市民講師	講座内容
25	下松市防災士会	<ul style="list-style-type: none"> *防災活動の相談 *DIG（災害想像ゲーム）の運営 *ESG（避難所運営シミュレーションゲーム） 下松市防災士会が新たに作成した、感染症対策を考慮した避難所運営を行うための模擬（想定）訓練
26	重政 浩子	<ul style="list-style-type: none"> *子供から大人まで ことばのおもしろさやすばらしさを体感してもらう国語講座 <ul style="list-style-type: none"> ・ことば遊び、ゲーム ・文学作品鑑賞（現代文、古典） ・朗読、群読 ・ブックトーク ・表現（作文、スピーチ、プレゼンテーション） ・ことばのしくみや歴史の話 *子育て中の方へ 子育て応援講座 <ul style="list-style-type: none"> ・子どもの考える力を育てるヒント ・子どものことばを育てるヒント
27	認定心理士 阿部 千寿	*受験生をもつママのための勇気づけ講座
28	古城 恵	一人ひとりが生きがいをもって“自分らしく人生を楽しむ”ために生活習慣として睡眠健康に取り組んでみましょう (基礎知識を学ぶための講座です)
29	田仲 能子	<ul style="list-style-type: none"> *癒しの音～クリスタルボウルを奏でる～ <ul style="list-style-type: none"> ・水晶から作られたクリスタルボウルの演奏を聴き、実際に演奏してみましょう ・音を奏でながら、トーニング（発声）したり呼吸を整えたりします
30	下松市食生活改善推進協議会 会長 清木 貴美子	<ul style="list-style-type: none"> *子どもの食育 ～おやこで野菜を使ったおやつを作ろう！～（食材料費は受講者負担） *くだまつ減塩教室 ～おいしく減塩のポイントを教えます～ *シニアカフェ ～フレイル予防教室 体・頭をつかって元気に暮らすコツを教えます～
31	山本 智子	①その知識、実は間違っているかも！？これであなたも睡眠マスター！ ○×クイズを通じて、睡眠に関する正しい知識を身につけましょう ②ついイラっとして、失敗したことはありませんか？ アンガーマネジメントや アサーティブコミュニケーションを身につけて、 イライラ生活からニコニコ生活へ！ （どちらも基本的にワークを含む参加型の内容です。講師のみ PC を使用する ため、電源が必要です。）
32	徳山友の会	<ul style="list-style-type: none"> *料理教室（基礎・時短・子育て・常備菜・お弁当・子供向け・男性向け） *おやつ作り（全般） （食材料費は受講者負担）
33	武居 桜子	<ul style="list-style-type: none"> *教養としての英語（「伝わる」英語を目指します） SNSでの発信・海外サイトでのネットショッピングなどに焦点を当てた講座 *中国語を話してみよう！ ドラマも楽しめるようになる初級～中級の日常会話（台湾中国語を含む）

令和6年度から新たに登録された市民講師の方々です。

NO	市民講師	講座内容
34	キッズコーチング 倉掛 栄美	<ul style="list-style-type: none"> *0～6歳までのお子さまタイプ別子育て *子どもに伝わりやすい声かけ *子どもの発達段階に応じたアプローチ
35	食育 time	（保護者向け）*子どもの好き嫌い～子どもに好き嫌いができるのはなぜ？の疑問から克服に向けて参考例を交えお話しします～ （子ども向け）*ご飯の献立を作ってみよう 子どもたちに栄養のこと、献立のたて方をお話して、子どもたちで疑似食材を使って実際に献立を考えてもらいます