

令和8年度いちのへ町民セミナー募集案内

対象

町内に在住または町内に勤務している方

経費

基本無料ですが、教材の材料費や入館料等が自己負担となる講座もあります。必要な金額は講座の案内に記載しています。

修了証

選択課程の6割以上または共通課程・選択課程合わせて6割以上の受講生に修了証をお渡しします。

注意事項

- ◆ 申し込み方法や定員、受講料などは講座ごとに異なりますので、講座の案内チラシをよく読んでお申込みください。
- ◆ 現地研修だけの参加はできません。
- ◆ 受講登録をしていない方も参加できる講座もありますが、各講座には原則受講生のみが参加できます。
- ◆ 各講座への参加は、講座ごとの申し込みが必須です。
- ◆ 町民セミナー全般についての問い合わせは、生涯学習・協働推進課(33-4861 内線1514)まで。

講座を受けるには…

コースの申し込み

講座に参加するには、コースの受講生になる必要があります。選択課程の中から好きなコースを選んで、申込書に記入し、各地区センターまでお申し込みください。
電話またはFAXでも受け付けています。

講座の申し込み

受講生の方に各講座のチラシをお送りします。申し込み方法や定員、受講料などは講座ごとに異なりますので、講座の案内チラシをよく読んでお申込みください。

講座へ参加



各コース 申し込み・問い合わせ先

- 一戸コース
一戸地区センター(旧文化センター) 電話:33-4861(内線1513) FAX:32-2001
- 鳥海コース
鳥海地区センター(旧鳥海小学校) 電話:33-1204 FAX:33-1633
- 小鳥谷コース
小鳥谷地区センター 電話:34-2111 FAX:34-2802
- 奥中山コース
奥中山地区センター 電話:35-2112 FAX:35-2959

主催 一戸町教育委員会

令和8年度 いちのへ町民セミナー

～ 受講生募集案内 ～



切り取り

いちのへ町民セミナー受講申込書

ふりがな		希望のコースを○で囲んでください。 (複数選択可)	
氏名			
住所	〒 -		
電話			
勤務先	※町外在住の方のみご記入ください。	昨年度受講の有無	有 ・ 無

共通課程 (どのコースでも受講できます)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
【開講式】 ① 6月27日(土) 10:00~11:30 一戸地区センター	「演劇の魅力」 二戸演劇協会雲人と劇団赤い風に所属する川口先生に演劇の魅力について教えていただきます。講師による朗読とともに、演劇の世界にふれてみませんか？	川口 奈々美 氏
② 7月30日(木) 13:30~15:00 一戸地区センター	「人が作った虫、カイコの話」 一戸町でも盛んだった養蚕の歴史と現状、これからのカイコの利用について教えていただきます。	阿部 信治 氏
③ 9月9日(水) (時間は後日お知らせします。) 一戸地区センター	「脳を活性化！大人の塗り絵講座」 集中力アップ、認知症予防とさまざまな効果が期待できる塗り絵。初めてでも上手に仕上げるコツや楽しみ方を教えていただきます。	明治安田 職員
④ 11月10日(火) 11月17日(火) 10:30~13:30 一戸地区センター	「季節の野菜を楽しむ！手作りおやつ教室」 季節の野菜を使ったおやつ作り方を学びます。野菜のおいしさを楽しめるおやつと一緒に作ってみませんか？(参加費は後日お知らせします。)	カフェいちのへ日和 荒内 雅美 氏
【修了式】 ⑤ 1月16日(土) 10:00~11:30 一戸地区センター	「家庭で楽しむ野菜づくりの基礎講座」 昨年開催した高橋先生の家庭菜園講座第2弾！今回は野菜づくりの基礎について教えていただきます。	一戸夢ファーム 一戸町農業担い手育成指導部長 高橋 寿一 氏

※ 共通課程についてのお問い合わせは生涯学習・協働推進課 (☎33-4861 内線 1514) まで。

選択課程1 一戸コース (一戸地区センター)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 7月7日(火) 13:00~14:15 シビックセンター	「田中館愛橘記念科学館見学」 科学史や博士の業績を、職員の解説付きで学んでみましょう。さらにサイエンスショーも開催します！(参加費は後日お知らせします。)	施設職員
② 8月4日(火) 10:30~12:00 一戸地区センター	「夏の運動不足解消！やさしいヨガ体験」 暑くて動きたくない…冷房による冷えに悩んでいる…という方へ、毎日をより元気に、心地よく過ごすためのヨガ体験。お家で出来る元気のコツもお伝えします。	ヨガ講師 めりこ 氏
③ 9月18日(金) 13:30~15:00 一戸地区センター	「身近な日本語の変遷」 普段何気なく使っている言葉、もともとは違う意味だった？時代とともに移り行く言葉の変化をたどり、日本語の面白さを再発見しましょう。	盛岡大学 准教授 橋本 博幸 氏
④ 10月16日(金) 13:30~15:00 一戸地区センター	「介護の不安を解決！今から知る・今日から始める介護のそなえ」 介護が必要になるサインや公的介護保険の仕組みなど、将来の備えについて学びます。介護の不安を解消しましょう。	明治安田 長内 明子 氏
⑤ 12月4日(金) 10:30~12:00 一戸地区センター	「減塩商品の食べ比べ」 「減塩が大切と聞けど、減塩商品は味が薄くておいしくなさそう…」というイメージはありませんか？通常商品と減塩商品を食べ比べて味の違いを学習しましょう。いろんな減塩商品の試食をご用意します！	いわて生協事業ネットワーク室 褒主 恵梨 氏

※ 一戸コースについてのお問い合わせは一戸地区センター (☎33-4861 内線 1513) まで。



選択課程2 鳥海コース (鳥海地区センター)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 7月28日(火) 午前の部 9:30~ 午後の部 13:30~ 鳥海地区センター	「水引き細工で小物作り」 水引きとは和紙をこよりにして糊で固めた、伝統的な「飾り紐」、人と人を結ぶ縁起物として使われていますが、身近な小物を作ってみましょう。(参加費等は後日、お知らせします)	永田 由美子 氏
② 9月29日(火) 午前の部 9:30~ 午後の部 13:30~ 鳥海地区センター	「映えるサンドイッチ作り」 サンドイッチも多種多様、パンの種類や具材の並べ方、切り方で表情が変わるサンドイッチ、映える盛り付けを指導していただきます。(参加費等は後日お知らせします。)	カフェいちのへ日和 荒内 雅美 氏
③ 10月23日(金) 9:30~12:00 滴生舎	「漆ストラップ艶出し体験」 浄法寺地域の漆掻きや・塗りの説明を聞き、浄法寺漆のプレートを磨き、使い込むほどに艶が出る漆の特性を体験します。(参加費等は後日お知らせします。)	滴生舎
④ 11月24日(火) 午前の部 9:30~ 午後の部 13:30~ 鳥海地区センター	「なぞる絵写経 心洗う！」 お経を書き写す「写経」と、仏様の姿を描く「写仏」を組み合わせた仏教体験です。集中力が上がり、脳トレにもなる絵写経を指導していただきます。(参加費等は後日お知らせします。)	真言宗系尼僧修験行者 米内口 智鳳 氏

※ 鳥海コースについてのお問い合わせは鳥海地区センター (☎33-1204) まで。

選択課程3 小鳥谷コース (小鳥谷地区センター)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 7月1日(水) 7月15日(水) 10:00~11:30 小鳥谷地区センター	「消しゴムはんこ教室」(定員15名×2回) 消しゴムを彫刻刀で彫り、オリジナルのはんこを作り、さらにオリジナルうちわも作ります。図案の写し方から彫り方、押し方まで丁寧に学びます。	オーダーメイドはんこ屋 べったん堂 はたけだ まさこ 氏
② 8月6日(木) 10:00~11:30 小鳥谷地区センター	「防犯と応急処置教室」 小鳥谷駐在所から防犯について、消防署の消防士さんから応急処置について学びます。2本立てです！	二戸警察署小鳥谷駐在所 巡査部長 三本木 裕美 氏 二戸消防署一戸分署 消防士長 大石 和広 氏
③ 9月1日(火) (時間は後日お知らせします。) 青森県新郷村	「キリストの墓？神秘の新郷村を訪ねる」 青森県新郷村を訪れ、キリストの里伝承館を中心に地域文化と歴史に触れる現地研修を実施します。	キリストの墓伝承館 新郷村観光協会
④ 10月7日(水) 10月21日(水) 10:00~11:30 小鳥谷地区センター	「包丁研ぎ教室」(定員15名×2回) 毎日使う包丁の基本的な研ぎ方を実践し、家庭で安全に包丁の切れ味を保つ技術を学びます。(参加費等は後日お知らせします。)	初藤 女ヶ澤 武 氏

※ 小鳥谷コースについてのお問い合わせは小鳥谷地区センター (☎34-2111) まで。

選択課程4 奥中山コース (奥中山地区センター)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 7月24日(金) 13:30~14:30 奥中山地区センター	「みチャオ！きいチャオ！IBC！～放送こだけの話～」 テレビやラジオなどで活躍されている神山浩樹アナウンサーの講演です。放送の裏話や自然災害への備えなど、プロアナウンサーの講演をお楽しみください。	IBC 岩手放送 アナウンサー 神山 浩樹 氏
② 8月31日(月) 13:30~14:40 奥中山地区センター	「ヨーグルトのひみつ」 栄養バランスの良い牛乳に、乳酸菌の効果を加えたヨーグルトは、食卓に欠かせない存在です。ヨーグルトの歴史や豊かな栄養、乳酸菌の働きなど、おいしさだけに留まらない様々な魅力を学びます。	明治株式会社
③ 9月17日(木) 13:30~14:40 奥中山地区センター	「快眠セミナー」 寝具メーカーの西川株式会社の講座です。睡眠の重要性、効果や寝室環境の整え方などを学びます。	西川株式会社 スリープマスターエキスパート 遠藤 章子 氏
④ 10月19日(月) 13:30~14:40 奥中山地区センター	「奥中山の開拓について」 本や講演などで開拓の歴史について学んだことがある方もいると思いますが、改めて奥中山の開拓について学びましょう！	一戸町世界遺産課 課長補佐 中村 明央 氏
⑤ 11月20日(金) 9:00~16:30 盛岡市	「岩鑄鉄器館見学」 南部鉄器の展示ギャラリーや実際の作業工程を見学します。明治35年創業以来、南部鉄器を作り続けている伝統を学びます。	施設職員

※ 奥中山コースについてのお問い合わせは奥中山地区センター (☎35-2112) まで。