

いちのへ町民セミナー

～ 受講生募集案内 ～



- | | |
|------------------|-------------|
| 1. 身近なライフコース | (一戸地区センター) |
| 2. ワクワク体験コース | (鳥海地区センター) |
| 3. 元気な地域・人づくりコース | (小鳥谷地区センター) |
| 4. いきいきコース | (奥中山地区センター) |

主催 一戸町教育委員会

令和4年度いちのへ町民セミナー募集案内

- ★ 対 象 町内に在住又は、町内に勤務している方。
- ★ 経 費 無料ですが、教材の材料費や入館料等がかかる場合は自己負担となります。必要な金額は後日お知らせいたします。
- ★ 申込方法 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、下記までお申し込みください。
電話又はFAXでも受け付けます。
- なお、申し込みコース以外でも、興味がある講座へご参加いただいて構いません。
- ・ 一戸地区センター（文化センター）（電話 33-2111 内線 516 FAX 32-2001）
 - ・ 鳥海地区センター（電話 33-1204 FAX 33-1633）
 - ・ 小鳥谷地区センター（電話 34-2111 FAX 34-2802）
 - ・ 奥中山地区センター（電話 35-2112 FAX 35-2959）
- ★ 申込期限 令和4年6月16日（木） ※ 締切後でも随時受け付けます。
- ★ 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割以上の出席者を対象とします。
- ★ その他 講師・日程等が変更になる場合がありますのでご了承ください。
- 現地研修だけの参加はできません。
- ★ 新型コロナウイルス感染症対策
- ・ 講演では、参加者間の距離を確保し、換気をしながら開催します。
 - ・ 会場の入口等に消毒液を準備しますので、手指の消毒にご協力ください。
 - ・ 受付の際、検温を実施します。目安として37.5℃以上の方の参加をお断りする可能性もありますので、ご理解とご協力をお願いします。
 - ・ 来場の際は必ずマスクを着用してください。
 - ・ 体調不良の方、普段より高い熱のある方などは、参加を見合わせるようお願いします。
 - ・ 受講者に感染が確認された場合、皆様に連絡をとる必要が生じますので、必ず受付をするようお願いいたします。皆様への連絡等のために、保健所等の公的機関から受付簿の提出を求められる可能性もありますのでご了承ください。
 - ・ 現地研修でのバス移動の際は、できるだけ席を離してご利用ください。また、移動中も窓を開けて車内の換気を行なう場合があります。
 - ・ 県内、町内、現地研修先等の感染状況によっては、内容や開催時期について、変更や中止をする場合もありますので、ご了承ください。変更等は主に各コースの登録者へお知らせしますので、登録していないコースの講座への参加をお考えの方は、事前にお問い合わせいただくことをおすすめします。

共通課程（どなたでも参加できる公開講座です）		
日時・会場	テーマ・内容	講師
【開講式】 6月18日（土） 10:00～12:00 一戸地区センター （旧町民文化センター）	「田舎だからこそできるSDGs ～そもそも“えすでいーじーず”って何？～」 近年メディアなどでよく耳にする「SDGs」。大きな企業などが取り組んでいるものと思われがちですが、実はとっても身近なもの。そもそも「SDGs」とは？というところから、一戸町での取り組みや皆さんの生活との関わりについて学びます。	一戸町地域おこし協力隊・SDGs de 地方創生ファシリテーター 渡辺 達也 氏
7月8日（金） 13:30～15:00 一戸地区センター	「わたしと家族の「そうぞく」講座」 「相続」が「争族」にならないようにするには…？ 3回の講座を通じて、よりよい未来のための「そうぞく」、「ライフ&エンディング」について考えます。 ①（7/8）“相続”と“争族”のはなし ②（9/22）最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう ③（10/5）笑顔を運ぶ「遺言」のお話	明治安田生命保険相互会社盛岡支社 FPコンサルタント 竹原 浩之 氏
9月22日（木） 13:30～15:00 一戸地区センター		
10月5日（水） 13:30～15:00 一戸地区センター		
9月10日（土） 13:30～15:30 一戸町武道場 土道館	「スポーツと健康科学」 軽いストレッチ程度の軽運動を交えながら、健康について学びます。	富士大学 経営法学科 准教授 内城 寛子 氏
1月22日（日） 13:30～15:00 コミュニティセンター ※修了式 13:20～	天津木村講演会『岩手にええトコあると思います！～住んで感じるたくさんの魅力～』 町でも力を入れている「移住」。2021年3月に岩手に移住したお笑い芸人の天津木村さんのお話から岩手の魅力を再認識し、移住者との関わり方などについて学びます。	いわて応援芸人 天津木村 氏ほか

※ 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（☎33-2111 内線514）まで。

選択課程1 身近なライフコース（一戸地区センター）		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 6月29日（水） 13:30～15:00 一戸地区センター	「デュアルタスクでイキイキ脳」 前半は認知症と運動の関係について講義形式で学習します。後半はデュアルタスク（ながら運動）で脳に刺激を与えながら、体を動かします。	生涯学習・協働推進課 佐藤 孝則 NPOスポーツウェルネス 伊藤 礼子 氏
② 7月26日（火） 9:30～16:00 カダルテラス金田一	「カダルテラスを味わう」 本年3月26日、二戸市金田一にグランドオープンした「カダルテラス金田一」。温泉、飲食、宿泊、公園を兼ねた公民連携施設の成り立ちと、地域で果たす役割について学びます。	カダルテラス担当者
③ 10月12日（水） 13:30～15:00 一戸地区センター	「つつつづビーガン食！！！」 体と環境にやさしいとビーガン食（肉・魚介類・卵・牛乳などの動物性食品を使わない食事）について学習した後、調理したビーガン食を召し上がっていただきます。	未来食つつつづ認定講師・つつつづマザー 伊藤 信子 氏
④ 11月10日（木） 13:30～15:00 一戸地区センター	「これからの高齢者コミュニティーのあり方」 地域医療、地域福祉、地域社会の変化を見据えた地域包括システムのあり方について、一戸町の事例も踏まえながら講義いただきます。	岩手保健医療大学 相澤 出 氏
⑤ 1月13日（金） 13:30～15:00 一戸地区センター	「糖尿病は恐ろしい」 身近な生活習慣により発症し、心筋梗塞、脳卒中、失明などの合併症を引き起こす糖尿病について、原因や予防法などを説明します。	未定

※ 身近なライフコースについてのお問い合わせは一戸地区センター（☎33-2111 内線516）まで。

選択課程2 ワクワク体験コース（鳥海地区センター）		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 7月5日（火） 9:30～11:30 一戸町役場地下食堂	「ワクワク 料理教室 カルシウム不足を補う！」 地域おこし協力隊の小寺氏の指導で健康食づくり体験と食品ロス・リサイクルについての講演をしていただきます。 （参加費等は後日お知らせします。）	一戸町地域おこし協力隊 小寺 昭二 氏

② 9月6日(火) 9:30~11:30 鳥海地区センター	「ワクワク ミニ畳づくり」 畳の出来上がる行程をミニ畳づくり体験で教えていただきます。(参加費等は後日お知らせします。)	女ヶ澤畳店
③ 10月30日(日) 9:30~12:30 鳥海地区センター	「ワクワク トピアリーづくり」 西洋版の盆栽のことですが、造花を使って形を作る体験をします。(参加費等は後日お知らせします。)	軽米町 小林 千鶴子 氏
④ 11月16日(水) 13:30~15:00 麴屋 もとみや	「ワクワク 味噌づくり教室」 仕込み味噌をつくる体験をします。(参加費等は後日お知らせします。)	八幡平市 麴屋 もとみや

※ ワクワク体験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 元気な地域・人づくりコース (小鳥谷地区センター)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 9月30日(金) 13:30~15:00 小鳥谷地区センター	「森林とSDGs」 今テレビ等でよく聞くSDGsと森林の関係について、お話しさせていただきます。	岩手北部森林管理署 小鳥谷森林事務所 森林官 小林 幸太郎 氏
② 10月20日(木) 11:00~16:00 洋野町	「陶芸体験教室」 作る楽しさと使う喜びを味わえる陶芸体験で作品を作ってみませんか。	おおのキャンパス 陶芸工房 職員
③ 11月1日(火) 13:30~15:00 小鳥谷地区センター	「学校の今とむかし」 自分たちが通っていた頃の学校と今の学校のちがいにについて、お話しさせていただきます。	小鳥谷小学校 校長 松尾 葉子 氏
④ 12月9日(金) 13:30~15:00 小鳥谷地区センター	「健康づくりについて」 みなさんの関心が高い健康づくりについて、分かりやすくお話しさせていただきます。	一戸町健康こども課 保健師長 滝澤 福子 氏

※ 元気な地域・人づくり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 いきいきコース (奥中山地区センター)		
日時・会場	テーマ・内容	講師
① 7月11日(月) 13:30~15:00 奥中山地区センター	「免疫力アップの健康づくり」 「免疫力」という言葉はよく耳にするけれど、具体的には何のこと？何に気を付けたらいいの？等、お答えいただきます。「免疫力」について学び、普段生活から取り組めることを見つけましょう。	岩手県予防医学協会 職員
② 8月29日(月) 11:30~17:00 葛巻町	「葛巻町新エネルギー施設見学」 葛巻町の「木質バイオマスガス化発電設備」「畜ふんバイオマスシステム」を見学します。	葛巻町役場 職員
③ 9月21日(水) 13:30~15:00 奥中山地区センター	「今から！ここから！～これからも生き生き人生～」 フリーランスアナウンサーとして、活躍している後藤のり子様にご講演していただきます。笑いあいの楽しくわかりやすいお話をぜひ聞きにいらしてください。また、講演の最後に朗読を披露していただく予定ですので、こちらも楽しみに！	フリーランスアナウンサー 後藤 のりこ 氏
④ 10月27日(木) 14:00~15:30 奥中山地区センター	「健康と食～免疫力を下げないために～」 料理教室やメディア等で活躍している小原薫様を講師に迎え、笑いを交えながら食を通じての健康についてご講演いただきます。	日本野菜ソムリエ協会 小原 薫 氏
⑤ 11月21日(月) 13:30~15:00 奥中山地区センター	「ニュースポーツで健康づくり」 カーリングを屋内で手軽に楽しめる「ユニカール」を体験します。また、簡単なストレッチも指導していただきます。簡単な運動なので気軽にご参加ください。	岩手県社会福祉協議会 職員 (ふれあいランド岩手)

※ いきいき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。