



令和6年度

# 生涯学習の事業案内

---

一人一人が、生涯にわたって自己開発や自己表現が

できるような学習を支援しています

あなたも一緒に、楽しく学びましょう♪

---



出水市教育委員会生涯学習課

# いずみ“彩”時期

睦月 (4月)	少年少女合唱団入団式(13日)
如月 (5月)	出水人生大学開講式(15日) 高尾野鶴亀大学開講式(16日) 野田高齢者大学開講式(17日) いずみ肉まつり(下旬)
水無月 (6月)	高尾野川アユ解禁(1日) 米ノ津川アユ解禁(4日)
文月 (7月)	海洋公園プールオープン(20日～8月18日) 夏祭りいずみ「鶴翔祭」(27・28日)
葉月 (8月)	野田郷夏祭り(中旬)
長月 (9月)	高尾野秋祭り(下旬)
神無月 (10月)	ツルの第一陣渡来(中旬) ツルトライトリレーマラソン(下旬) 読書活動日本一のまちづくり推進大会(26日) いずみマチ・テラス～出水竹灯籠祭り～ (下旬～11月上旬)
霜月 (11月)	ケタ打瀬漁解禁(1日～3月15日) ツル観察センターオープン(1日～3月10日) 西日本オールドカーフェスティバル(上旬) 総合文化祭(2日・3日) 大産業祭(16日～17日) すこやかな青少年を育む集い(23日)
師走 (12月)	歳の市野田郷むらまつり(上旬) あったか歳末特産品まつり(下旬)
睦月 (1月)	二十歳のつどい(5日) 出水市女性大会(中旬)
如月 (2月)	おれんじオルレ(中旬) 生涯学習・福祉・ボランティアフェスタ(22日) 少年少女合唱団定期演奏会(23日)
弥生 (3月)	たかおの中の市(20日～21日予定) いずみ桜まつり(下旬)

## <目次>

### 01～16ページ 事業案内

01ページ	読書
02ページ	子育て支援
04ページ	青少年育成
05ページ	自然体験
08ページ	ボランティア
10ページ	教養文化
13ページ	健康
16ページ	いずみわくわく夢クラブ

### 17～20ページ 出前講座

### 21～23ページ グループ 紹介



「出水ツルの越冬地」  
ラムサール条約湿地登録

# 読 書

## 読書活動 日本一の まちづくり



### 夜のおはなし会

昼間とは一味違う、夜の図書館でのおはなし会です。おはなし会終了後には、本の貸出も行います。

対 象 幼児・小学生と保護者  
開催日 中央図書館  
7/13、12/14(土)  
野田図書館 毎月 23 日  
高尾野図書館 6/22(土)  
時 間 午後7時～同8時  
参加費 無料  
連絡先 中央図書館(63-2105)  
高尾野図書館(82-5452)  
野田図書館(84-3100)

### 読書活動日本一の まちづくり推進大会

読書活動実践団体等の表彰、記念講演等、読書への関心と意欲を喚起し、市全体で推進するために開催します。

対 象 全市民  
開催日 10月26日(土)  
時 間 午後1時～同4時(予定)  
場 所 マルマエホール出水  
参加費 無料  
連絡先 読書推進室(63-4121)



### 毎月第3土曜日は 「市民読書の日」

この日は、自治会・子ども会活動に読書を取り入れたり、家庭ではテレビを消して家族全員で本に親しんだり、図書館に出かけたりしてみませんか？

連絡先 読書推進室(63-4121)



### おはなしのへや おはなしのじかん

絵本や紙芝居の読み聞かせや手遊び、指遊びなど図書館ボランティアの方々と一緒に皆で楽しい時間を過ごしましょう。

対 象 幼児・小学生と保護者  
開催日 中央図書館 毎週水曜日  
高尾野図書館 毎週月曜日  
野田図書館 毎週木曜日  
時 間 午後4時～同4時30分  
参加費 無料  
連絡先 中央図書館(63-2105)  
高尾野図書館(82-5452)  
野田図書館(84-3100)

### おはなし玉手箱

子ども会や自治会・サロン会等への出前読み聞かせ会です。読書ボランティアと一緒に絵本や物語の世界を楽しみましょう。

対 象 自治会・子ども会・サロン会など  
開催日 5月～2月の希望日  
時 間 希望時間(30分～1時間)  
場 所 自治会公民館等  
連絡先 読書推進室(63-4121)



### 親子読書教室 「すくすく」

絵本の読み聞かせや手遊び、歌遊びや折り紙など親子で楽しいひと時を過ごしませんか。

対 象 乳幼児と保護者  
開催日 毎月第3木曜日  
(夏休みを除く)  
時 間 午前10時30分～  
(30～40分程度)  
場 所 高尾野図書館  
参加費 無料  
連絡先 高尾野図書館  
(82-5452)

### 「図書館を使った 調べる学習コンクール」 作品づくり方講座

日常で疑問に思ったこと、知りたいことを、図書館の本を使って調べてまとめてみよう。

対 象 小学生以上(4年生以下は保護者同伴)  
開催日 7月28日、  
8月18日(日)  
全2回  
時 間 午前10時～正午  
場 所 中央図書館研修室  
募 集 7月1日(月)～27日(土)  
定員:20人程度  
連絡先 中央図書館(63-2105)

### だっこでギュッ

絵本の読み聞かせや手遊び歌、童謡などで、赤ちゃんと一緒に笑顔のひと時を過ごしましょう！

対 象 乳幼児と保護者  
開催日 毎月第1木曜日  
時 間 午前10時30分～  
(30分程度)  
場 所 野田図書館  
参加費 無料  
連絡先 野田図書館(84-3100)



## ほんちゃん会

図書館でおすすめの本を持ち寄り、語り合いませんか。

対 象 市民(一般 8人)  
 開催日 5月11日、9月14日  
 (5月・9月 第2土曜日)  
 時 間 午後1時～同3時  
 場 所 中央図書館 研修室  
 参加費 無料  
 連絡先 中央図書館(63-2105)



市立図書館、LINE・Instagram  
 やってます！！

【公式LINE】



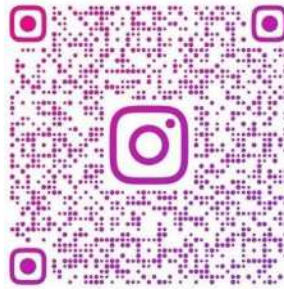
## 夏 休 探 検

図書館のふだんは見られない場所を探検・仕事を体験してみませんか。

対 象 小学5年生～中学3年生  
 8人(1日2人)  
 開催日 7月23日(火)～26日  
 (金)  
 時 間 午後1時～同4時  
 参加費 無料  
 連絡先 中央図書館(63-2105)



【公式Instagram】



## タイムスリップ 読みきかせ

昔ばなしの読みきかせと昔ばなしに出てくる道具の解説をします。

対 象 幼児・小学生とその保護者  
 開催日 11月2日(土)  
 時 間 午後1時～同2時  
 場 所 出水歴史民俗資料館  
 民具室  
 参加費 無料  
 連絡先 中央図書館(63-2105)



移動図書館車  
 「いずみ号」



市内の催し物での臨時開館、企業等への団体貸出等もご利用いただけます。詳細については、下記にお問合せください。

連絡先 中央図書館(63-2105)

## 妊娠から子育て相談

子育てについての相談、妊婦相談、産前・産後の相談、母子健康手帳の交付も行います。

対 象 未就学児及び保護者  
 開催日 毎週(月)～(金)※祝日を除く  
 時 間 午前8時30分～  
 午後5時  
 場 所 おはなしルーム  
 参加費 無料  
 連絡先 子育て支援室にじいろ  
 (82-1846)

※おおきくなったかな(身体計測):原則 毎月第1・2・3水(第3水は新規優先)



# 子育て支援



子育て支援室にじいろ  
 からの  
 おしらせ

出水市公式LINEから  
 利用の予約ができます♪



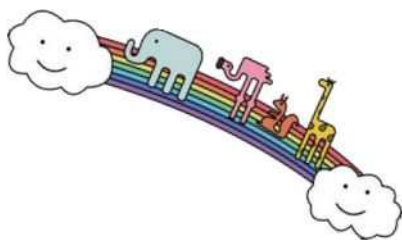
(出水市公式LINE)

## はじめてのひと集まれ

親子で気軽に遊びに来てください  
ね。お待ちしております。

※初めての利用はいつでもできます  
(要予約・随時募集)

対 象 未就学児及び保護者  
開催日 原則第 2・4 月曜日  
時 間 午前 10 時 30 分～  
同 11 時  
場 所 なかよしルーム(交流室)  
参加費 無料  
連絡先 子育て支援室にじいろ  
(82-1846)



## 親子交流ひろば「めばえ」

親子で気軽につどいふれあえるス  
ペースです。乳児ひろばと幼児ひろばが  
あります。(要予約・随時募集)

対 象 未就学児及び保護者  
開催日 毎週(月)～(金)(祝日除く)  
時 間 午前 9 時～午後 4 時  
場 所 親子交流ひろば「めばえ」  
参加費 無料  
連絡先 子育て支援室にじいろ  
(82-1846)



## 親子交流イベント・えくぼ

子育てに関する講座や遠足・運動会  
の他、季節ごとの行事や製作を親子  
で楽しめる「えくぼdays」を開催しま  
す。(要予約・随時募集)

対 象 未就学児及び保護者  
開催日 原則 第 2・4(金)  
時 間 午前・午後  
場 所 親子交流ひろば「めばえ」他  
参加費 無料  
連絡先 子育て支援室にじいろ  
(82-1846)



## ふれあいた～いむ

歌遊びや絵本の読み聞かせ、親子  
で楽しめるふれあい遊びをご紹介します。  
(要予約・随時募集)

対 象 未就学児及びその保護者  
日 時 (火):午前 10 時 30 分  
(原則) ～同 10 時 45  
分  
※月1回:午後 3 時  
～同 3 時 15  
分  
(木):午前 10 時 30 分  
～同 11 時 00 分  
※月1回:午後 3 時  
～同 3 時 30 分  
場 所 なかよしルーム(交流室)  
参加費 無料  
連絡先 子育て支援室にじいろ  
(82-1846)



## Peer Class ～ぴあくらす～

妊娠期編:①赤ちゃんをお風呂に入れ  
よう(夜の部・昼の部)

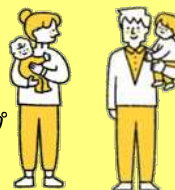
子育て期編:②離乳食をつくろう

対 象 ①妊婦さんと  
そのパートナー、家族  
②乳児とその保護者  
開催日 ①夜の部:4/25、6/27、  
8/22、10/24、12/19、  
2/27  
昼の部:5/28、7/18、  
9/20、11/29、1/16、  
3/25  
②4/18、5/16、6/20、  
7/18、8/22、9/19、  
10/29、11/21、  
12/19、1/16、2/20、  
3/14  
時 間 ①夜:午後 6 時～同 8 時  
昼:午後 2 時～同 4 時  
②午後 2 時～同 3 時半  
場 所 出水保健センター他  
参加費 無料(無料託児あり)  
募 集 随時(要予約)  
連絡先 健康増進課(63-2143)



## 出水市民交流センター 「子育て交流室」

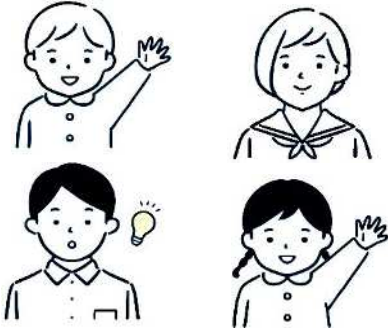
火～日曜日まで  
親子で気軽にご利用  
ください。火～金  
曜日のうちで時間に  
より、子育てグルー  
プの活動に参加す  
ることもできます。



時 間 午前 8 時 30 分～  
午後 10 時  
休館日 毎週月曜日  
(祝日の場合翌日)  
参加費 無料  
連絡先 出水市民交流センター  
(62-7222)



# 青少年成育



## 出水市少年少女合唱団

歌や音楽が大好きなあなた、合唱団で思いっきり楽しんでみませんか。あなたの歌声で、みなさんに幸せをとどけましょう。



**対象** 小学1年生～高校3年生  
**練習日** 原則 第2・3土曜日を除く土曜日(2時間程度)  
**場所** 中央公民館等  
**育成会費** 月1,000円  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)

## すこやかな青少年を育む集い

子ども会会員・青少年育成者が一堂に集い、事例発表等を通して学び合う大会。

**対象** 市民  
**開催日** 11月23日(土)  
**場所** マルマエホール出水ほか  
**内容** 表彰、作文コンクール発表、活動発表(子ども会・PTA等)、教育講演会  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)



## ジュニアリーダークラブ「出水兵児」

現在、中学生と高校生の合わせて約40人で活動しており、市イベントのボランティアや各種研修会への参加など様々な活動を行います。新しい仲間づくりや学校生活充実のために始めてみませんか。



**対象** 出水市内に居住または通学する中学生及び高校生  
 ※随時募集  
**開催日** ボランティア:随時  
 定例会:月1回  
**場所** 定例会:市役所他  
**年会費** 500円  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)

## 出水市少年少女合唱団定期演奏会

「出水市の天使たち」の澄み渡る歌声で、心を癒しにお越しください。

**対象** 市民  
**開催日** 2月23日(日)  
**時間** 午後1時30分～  
**場所** マルマエホール出水  
**参加費** 無料  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)



## 出水ふるさと学寮

親元を離れて異年齢集団での生活活動や体験活動を通し、基本的な生活習慣や自立心を身につけます。



**対象** 小学生～中学生  
 ※学年制限あり  
**開催日** 12月1日(日)～12月7日(土)  
**場所** 青年の家  
**参加費** あり  
**募集** 学校へチラシ配布  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)

## 【ボランティア活動実績】

～様々なイベントで活躍し、たくさんの経験を積んでいます～

- ★青年の家主催各種イベント(わんぱくトライアル、自然まつり等)
- ★ライオンズクラブ杯 一輪車大会
- ★出水市子ども会大会
- ★市総合文化祭
- ★市読書推進大会
- ★出水ふるさと学寮
- ★二十歳のつどい
- ★生涯学習・福祉・ボランティアフェスタ



←インスタグラム  
やっています♪

JLC.IZUMIHEHO.OFFICIAL

## イン・リーダー養成研修会

子ども会のリーダーを目指し、子ども会活動を活発にするための知識やリーダーとしての役割について、楽しく仲間づくりをしながら研修します。



**対象** 小学5～6年生  
**開催日** 5月25日(土)～26日(日)  
**場所** 青年の家  
**参加費** 1,500円程度  
**募集** 4月頃  
 (学校へチラシ配布)  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)

## 子ども会活動支援遊具を貸出します

**対象** 市内子ども会  
**一覧** HPで「出水市子ども会遊具」と検索  
**料金** 無料  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)



# 自 然 験



## 夏の自然まつり 「ファミリーキャンプ」

自然豊かな青年の家で、親子一緒に野外炊飯などの野外活動を体験しませんか。1泊2日で実施します。

対 象 幼児・児童・生徒がいる家族  
日 時 7月13日(土)～14日(日)  
午後1時～翌日正午  
場 所 青年の家  
参加費 材料代1人500円程度  
募 集 5月下旬  
連絡先 青年の家(63-2135)



## わんぱくトライアル

たくさんの仲間と2泊3日で冒険遊びやキャンプ活動、創作活動に挑戦しよう。今年の夏は青年の家に集合！

対 象 小学4～6年生、中学生  
(ジュニア・リーダー)  
日 時 8月7日(水)～9日(金)  
7日午前9時～9日午後5時  
場 所 青年の家ほか  
参加費 4,000円程度  
募 集 6月下旬  
連絡先 青年の家(63-2135)



## 夏の星空観望会 「ペルセウス座流星群観望会」

三大流星群の一つである「ペルセウス座流星群」を家族や友達と観望してみませんか。

対 象 市民(高校生以下は保護者同伴)  
日 時 8月12日(月)  
午後8時～  
同9時30分  
場 所 青年の家  
参加費 無料  
募 集 7月上旬  
連絡先 青年の家(63-2135)

## 秋の星空観望会 「秋の星座とギリシア神話」

ギリシア神話の解説と交えて秋の代表的な星座を観望してみませんか。

対 象 市民(高校生以下は保護者同伴)  
日 時 10月4日(金)  
午後8時～同9時30分  
場 所 青年の家  
参加費 無料  
募 集 8月下旬  
連絡先 青年の家(63-2135)

## 秋の自然まつり 「青年の家フェスティバル」

クラフト体験コーナーで好きな活動を選んで体験してもらうイベントです。

対 象 市民(高校生以下は保護者同伴)  
日 時 10月20日(日)  
午前10時～正午  
午後1時～同3時  
参加費 材料代  
募 集 事前配布チラシ及び市広報を参照(定員あり)  
連絡先 青年の家(63-2135)

## ふたご座流星群観望会

三大流星群の一つであるふたご座流星群を家族や友達と観望してみませんか。

対 象 市民(高校生以下は保護者同伴)  
日 時 12月14日(土)  
午後7時30分～  
同10時  
場 所 青年の家  
参加費 無料  
募 集 11月上旬  
連絡先 青年の家(63-2135)

## 冬の星空観望会 「冬の星座と大星雲」

冬の夜空は、一等星の星が多く輝いています。オリオン大星雲やプレアデス星団(すばる)を観望してみませんか。

対 象 市民(高校生以下は保護者同伴)  
日 時 1月31日(金)  
午後7時～  
午後8時30分  
場 所 青年の家  
参加費 無料  
募 集 12月下旬  
連絡先 青年の家(63-2135)

## 冬の自然まつり 「正月&クリスマスを手作りで」

ミニ門松やミニクリスマスツリー、リースなどを手作りして素敵な年末年始を迎えませんか。

対 象 家族や友達同士などのグループ(小学生以下は保護者同伴)  
日 時 12月22日(日)  
午前9時～正午  
場 所 青年の家  
参加費 材料代  
募 集 事前配布チラシ及び市広報を参照(定員あり)  
連絡先 青年の家(63-2135)

## 青年の家出水塾 「冬のファミリーデイキャンプ」

冬の自然の中で野外炊飯などの、  
野外活動を体験しませんか。

対 象 小学生のいる家族  
日 時 2月16日(日)  
午前9時～午後3時  
場 所 青年の家ほか  
参加費 材料費等  
募 集 1月  
連絡先 青年の家(63-2135)



Instagram  
やっています！

## 【博物館講座2】 田んぼの学校

田んぼの役割やどんな生き物がある  
かを調べてみよう。

対 象 小学生以上(小学3年生  
以下保護者同伴)  
日 時 6月15日(土)  
午前9時30分～正午  
場 所 荒崎周辺  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【博物館講座3】 おもしろ昆虫教室

クレインパーク周辺で昆虫を採集・  
観察し、午後は標本作りをします。

対 象 小学生以上(小学3年生  
以下保護者同伴)  
日 時 7月14日(日)  
午前9時30分～  
午後3時  
場 所 クレインパークいずみ  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【博物館講座4】 おもしろ植物教室

クレインパーク周辺で植物を採集・  
観察し、午後は標本作りをします。

対 象 小学生以上(小学3年生  
以下保護者同伴)  
日 時 7月15日(月)  
午前9時30分～  
午後3時  
場 所 クレインパークいずみ  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【博物館講座5】 ウナギの学校

高尾野川でウナギの生息環境やモニ  
タリングについて学ぼう！

(協力:高尾野川をきれいにする会)  
対 象 小学3年生以上  
(小学生保護者同伴)  
日 時 8月3日(土)  
午前10時～午後1時30  
分  
場 所 高尾野川  
参加費 無料  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【博物館講座6】 バイオミミックワークショップ

九州産業大学のワークショップ。生き  
物のすごワザを学び、工作しよう！

対 象 5歳以上(小学2年生  
以下保護者同伴)  
日 時 8月24日(土)  
午前10時～午後3時  
場 所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
募 集 電子申請  
定員:各回30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【博物館講座7】 干潟の学校

干潟の生態系について学ぼう！

対 象 小学生以上  
(小学生保護者同伴)  
日 時 10月19日(土)  
午後2時～同4時  
場 所 東干拓  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)





### 【博物館講座 8】 真夜中の干潟観察会

夜の干潟は日中では見ることが出来ない生き物が出てきます。

対 象 大学生以上  
日 時 11月30日(土)  
午前0時～午前2時  
場 所 東干拓  
参加費 無料  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいづみ  
(63-8915)

### 【博物館講座 9】 クリスマスの小物作り

クリスマスの小物を作ってみよう!

対 象 5歳以上(小学2年生以下保護者同伴)  
日 時 12月8日(日)  
午前10時～同11時  
午後2時～同3時  
場 所 クレインパークいづみ  
参加費 200円  
募 集 電子申請  
定員:各回24人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいづみ  
(63-8915)

### 【博物館講座 10】 野鳥観察会

野鳥を満喫しよう!

対 象 小学生以上(小学3年生以下保護者同伴)  
日 時 12月15日(日)  
午前9時30分～  
同11時30分  
場 所 荒崎  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:20人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいづみ  
(63-8915)

### 【博物館講座 11】 押し花カレンダー作り

自作の押し花カレンダーでよい年にしよう!

対 象 5歳以上(小学2年生以下保護者同伴)  
日 時 1月5日(日)  
午前10時～同11時  
午後2時～同3時  
場 所 クレインパークいづみ  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:各24人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいづみ  
(63-8915)

### 【博物館講座 12】

カスミサンショウウオを見つけてみよう!

カスミサンショウウオがいる環境について学び、探してみよう!

対 象 小学3年生以上(小学生保護者同伴)  
日 時 2月9日(日)  
午前8時30分～  
午前10時30分  
場 所 野田  
参加費 100円  
募 集 電子申請  
定員:20人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいづみ  
(63-8915)

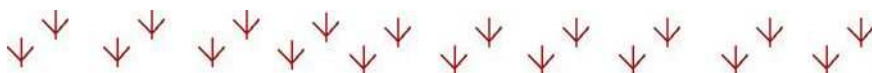
### 【博物館講座 13】 田んぼで遊ぼう! 食べよう!

ツルが来る田んぼで遊び、そこで育ったお米を味わってみよう!

対 象 小学生以上  
(小学生保護者同伴)  
日 時 3月9日(日)  
午前10時～  
午後1時30分  
場 所 荒崎等  
参加費 200円  
募 集 電子申請  
定員:30人  
応募者多数の場合抽選  
連絡先 クレインパークいづみ  
(63-8915)



ツルの渡来数やクレインパークのイベント情報はコチラ



クレインパーク  
ホームページ

## 【企画展】これな～んだ？ ～自然に大接近～ 展

鳥の羽根や植物等、ズームで見たらどんな色や形をしているかな？

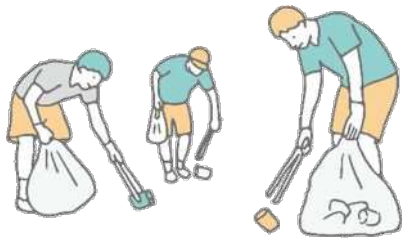
対象 どなたでも  
日時 6月16日(日)まで  
午前9時～午後5時  
(入館:～午後4時30分)  
場所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【企画展】 台湾の野鳥写真展

台湾との交流事業として、台湾の貴重な野鳥写真展を開催します。

対象 どなたでも  
日時 11月1日(金)～  
12月1日(日)  
午前9時～午後5時  
(入館:～午後4時30分)  
場所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

# ボランティア



### ボランティア活動 体験学習

市内福祉施設において、介助・交流・清掃活動の体験

対象 小学5年生～高校生  
開催日 8月(1回)  
時間 午前9時～午後4時  
場所 市内福祉施設  
参加費 無料  
募集 7月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
(63-4180)

## 【企画展】 昆虫展

昆虫の標本や生態、バイオミミック関連を展示します。

対象 どなたでも  
日時 7月17日(水)～  
9月1日(日)  
午前9時～午後5時  
(入館:～午後4時30分)  
場所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【企画展】 湿地の写真展

湿地の写真コンテスト入選作品を展示します。

対象 どなたでも  
日時 12月7日(土)～  
1月26日(日)  
午前9時～午後5時  
(入館:～午後4時30分)  
場所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 青年の家 市民ボランティア

工作活動や野外活動に興味関心がある方、青年の家のスタッフと一緒に楽しく活動してみませんか。都合のいい日に合わせて参加できますので、お気軽にご連絡ください。

対象 高校生を除く18歳以上の市民及び市内に勤務する方  
活動内容 青年の家主催事業における活動補助、事前研修等  
場所 青年の家及びその周辺  
募集 随時  
連絡先 青年の家(63-2135)

### 保育ボランティア体験

市内保育施設で子どもの世話、遊びなどの体験

対象 中・高校生  
開催日 7月下旬～8月上旬  
(2日間以上)  
時間 午前8時～午後4時  
場所 市内保育園  
参加費 無料  
募集 7月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
(63-4180)

## 【企画展】 理科研究入選作品展

出水市児童・生徒の理科研究入選作品を展示します。

対象 どなたでも  
日時 9月18日(水)～  
10月20日(日)  
午前9時～午後5時  
(入館:～午後4時30分)  
場所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 【企画展】 写真展

OM デジタルソリューションズの共催で写真展を開催します

対象 どなたでも  
日時 2月1日(土)～  
3月9日(日)  
午前9時～午後5時  
(入館:～午後4時30分)  
場所 クレインパークいずみ  
参加費 無料  
連絡先 クレインパークいずみ  
(63-8915)

## 青年の家 高校生ボランティア

ボランティア活動や野外活動、工作活動に興味関心がある高校生の皆さん、自然の中で楽しみながら自分磨きをしてみませんか。都合のいい日に合わせて活動できますので、お気軽にご連絡ください。

対象 市内在住又は市内の高等学校に在学する高校生  
活動内容 青年の家主催事業における活動補助、事前研修等  
場所 青年の家及びその周辺  
募集 随時  
連絡先 青年の家(63-2135)

### 暖らんボランティア体験

小規模多機能型居宅介護事業所で、介助・交流・清掃活動の体験

対象 中・高校生  
開催日 7月下旬～8月下旬  
(2日間以上)  
時間 午前8時～午後4時  
場所 暖らん  
参加費 無料  
募集 7月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
(63-4180)

## 観光いずみ ボランティアガイドの会

主に出水麓武家屋敷群を中心にガイドを行っています。一緒に活動してみませんか。

対象 18歳以上の市民  
活動日 ガイド:随時  
連絡先 観光交流課(63-4061)



## 音声訳講習会

目が不自由な方のために、声で情報を伝える方法を学ぶための講座

対象 音声訳に興味のある方  
開催日 6月22日(土)  
時間 午後1時~同5時  
場所 市中央公民館  
参加費 無料  
募集 6月14日(金)まで  
定員:20人程度  
連絡先 福祉課(63-4045)



## ボランティア 活動体験事前学習

ボランティア活動を行う上での心構え、読み聞かせの注意点、高齢者疑似体験、車イスの操作についてなど、福祉施設活動体験のための事前学習

対象 小学5年生~高校生  
開催日 7月下旬(1回)  
時間 開催場所により異なる  
場所 市社会福祉会館  
たかおの交流館  
野田市民交流センター  
参加費 無料  
募集 7月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
(63-4180)



## てまりボランティア体験

小規模多機能ホームで、散歩の同行・お話の相手・清掃活動などの体験

対象 小学5年生~高校生  
開催日 7月下旬~8月末日  
(2日間以上)  
時間 午前9時45分~  
午後4時  
場所 てまり  
参加費 昼食代  
募集 7月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
野田支所(84-2066)

## グループホーム ボランティア体験

グループホームで散歩の同行、お話し相手、清掃活動などの体験

対象 小学5年生~高校生  
開催日 7月下旬~8月末日  
時間 午前10時~  
午後3時30分  
場所 野菊  
参加費 昼食代  
募集 7月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
野田支所(84-2066)

## リサイクル&ハートフル ボランティア体験

リサイクルについての学習とふれあい交流のためのプレゼント作り、高齢者とのふれあい交流

対象 市内小学4~6年生  
開催日 11月  
時間 午前9時~午後4時  
場所 社会福祉会館及び市内福祉施設  
参加費 無料  
募集 10月上旬  
連絡先 社会福祉協議会  
(63-4180)

## 生涯学習・福祉・ ボランティアフェスタ

表彰・講演、体験発表、ボランティア団体による演芸発表、バザー、福祉施設物品販売、活動パネル展示等

対象 全市民  
開催日 2月22日(土)  
場所 マルマエホール出水他  
参加費 無料  
連絡先 生涯学習課(63-2200)  
社会福祉協議会  
(63-4180)

## 野田町青年団

体験入団だけでも大歓迎です。若者の力で一緒にふるさとを盛り上げましょう。

対象 どなたでも(18歳以上)  
日時 随時  
(月1回定例会を開催)  
場所 野田地域 ほか  
連絡先 生涯学習課(63-2200)

## 高尾野青年団

地域を盛り上げるために、様々な活動に取り組んでいます。活動に興味がある方は是非ご連絡ください。

対象 どなたでも(18歳以上)  
日時 随時  
場所 高尾野地域 ほか  
連絡先 生涯学習課(63-2200)

# 教 養 文 化



## スマートフォン講座

シニア世代・初心者の方を対象とした講座。スマートフォンの安心・安全な使い方を楽しく・わかりやすく学べます。

対象 18歳以上(高校生除く)  
 開催日 6/4, 6/11, 6/18, 6/25, 7/2, 7/9 全6回  
 時間 午前9時30分～  
 同11時30分  
 参加費 無料  
 場所 中央公民館 学習室  
 募集 4/1～5/15 午後5時  
 定員:15名  
 連絡先 中央公民館(63-2106)

## アマチュア・ミュージック・フェスティバル in いずみ (出水市自主文化事業)

市内のロック・ポップス・ジャズ等のグループ活動の発表の場です。アマチュアバンドによるライブをぜひご鑑賞ください。

日時 9月1日(日)  
 午後1時開演予定  
 場所 マルマエ音楽ホール出水  
 入場料 一般 500円  
 高校生以下無料  
 連絡先 中央公民館(63-2106)



## レザークラフト入門講座

初めての方大歓迎！革の取り扱い方法を基本から学び、世界で一つだけの革製品を作りましょう。

対象 18歳以上(高校生を除く)  
 開催日 6/6, 6/13, 6/20, 6/27, 7/4, 7/11 全6回  
 時間 午後7時～同9時  
 参加費 2,000円(1回あたり)  
 場所 中央公民館 学習室  
 募集 4/1～5/15 午後5時  
 定員:12名  
 連絡先 中央公民館(63-2106)

## 絵手紙講座

筆の持ち方や絵手紙の基本線、筆のタッチなど、基礎から学べます！

対象 18歳以上(高校生を除く)  
 開催日 6/1, 6/8, 6/15, 6/22, 6/29, 7/6, 7/13, 7/20, 7/27, 8/3 全10回  
 時間 午前10時～正午  
 参加費 材料代3,500円(10回分)  
 場所 中央公民館 学習室  
 募集 4/1～5/15 午後5時  
 定員:15名  
 連絡先 中央公民館(63-2106)

## ヨガ講座 I

毎年好評のヨガ。初めての方も大歓迎です♪

対象 18歳以上(高校生を除く)  
 開催日 5/27, 6/3, 6/10, 6/24, 7/1, 7/8 全6回  
 時間 午前9時30分～同11時  
 参加費 無料  
 場所 出水市総合武道館1階  
 募集 4/1～5/15 午後5時  
 定員:20名  
 連絡先 中央公民館(63-2106)

## 手ごねパン作り講座

みんなで楽しくパン作りを体験しましょう！

対象 18歳以上(高校生を除く)  
 開催日 6/12, 6/26, 7/10, 7/24, 8/21, 8/28 全6回  
 時間 午前10時～午後1時  
 参加費 4,200円(6回分)  
 場所 出水市民交流センター調理室  
 募集 4/1～5/15 午後5時  
 定員:12名  
 連絡先 中央公民館(63-2106)

## お菓子作り講座

初心者の方大歓迎！この機会に、パティシエの技を習得してみませんか。

対象 18歳以上(高校生を除く)  
 開催日 6/5, 7/3, 8/7, 9/4  
 時間 午後1時～同3時30分  
 参加費 材料代4,000円(4回分)  
 場所 出水市民交流センター調理室  
 募集 4/1～5/15 午後5時  
 定員:12名  
 連絡先 中央公民館(63-2106)

## 出水音楽祭 (出水市自主文化事業)

市内で活動している合唱・器楽合奏団体の発表の場です。

出演希望の団体を募集します。  
 対象 市民  
 日時 12月15日(日)  
 午後1時開演予定  
 場所 マルマエホール出水  
 参加費 各団体 3,000円  
 募集 5/1～6/21 午後5時  
 連絡先 中央公民館(63-2106)



## ヨガ講座Ⅱ

毎年好評のヨガ。初めての方も大歓迎です♪

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 9/30,10/7,10/28,11/11,11/25,12/2  
全6回

時間 午前9時30分～同11時

参加費 無料

場所 出水市総合武道館1階

募集 8/1～9/20 午後5時  
定員:20名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## 整理収納講座

片付けが苦手…物が多くて収納できない…そんな悩みを解決し、自分に合った片付け方法を学びませんか。

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 10/12,10/26,11/9,11/23,12/7,12/21 全6回

時間 午前9時30分～同11時30分

参加費 無料

場所 中央公民館 学習室

募集 8/1～9/20 午後5時  
定員:24名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## わくわくガーデニング講座

四季の花の植え方や特徴を丁寧に分かりやすく学べます♪

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 6/1,7/6,8/3,9/7,10/5  
(全5回)

時間 午後1時30分～同3時30分

参加費 7,500円(5回分)

場所 中央公民館 学習室

募集 4/1～5/15 午後5時  
定員:24名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## おいしい日本茶講座

ほうじ茶を煎り、香ばしい香りの出し方や家庭でもできる種類に応じた本格的なお茶の入れ方を学びます。

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 10/2,10/23,11/6  
全3回

時間 午前10時30分～正午

参加費 材料代1,500円(3回分)

場所 市民交流センター調理室

募集 8/1～9/20 午後5時  
定員:10名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## カラーセラピー講座

色彩によるストレスの軽減や健康増進を考察し、健康で幸せな生活を送りませんか？

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 10/1,10/15,10/29,11/12,11/26,12/10  
全6回

時間 午後7時～同9時

参加費 無料

場所 中央公民館 学習室

募集 8/1～9/20 午後5時  
定員:12名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## 夏休み親子講座 プログラミング講座

プログラミングの基礎を学び、最後には実際にロボットを動かすことにチャレンジ！

対象 市内在住の小学生とその保護者

開催日 8/17

時間 1 午前9時30分～同11時30分  
2 午後1時30分～同3時30分

参加費 無料

場所 中央公民館 学習室

募集 6/1～7/26 午後5時  
定員:各6組

連絡先 中央公民館(63-2106)

## 季節のアレンジ講座 ～クリスマスリース作り～

ドライフラワーを使ったリース作りに挑戦！お部屋を一気にクリスマスモードに♪

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 11/27

時間 午後6時30分～同8時

参加費 材料代2,000円

場所 中央公民館 学習室

募集 10/1～11/15 午後5時  
定員:24名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## 季節のアレンジ講座 ～しめ縄作り～

造花・ドライフラワーを使用して、しめ縄作り♪素敵な飾りで新年を迎えましょう！

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 12/22

時間 午前10時～同11時30分

参加費 材料代2,000円

場所 中央公民館 学習室

募集 10/1～11/15 午後5時  
定員:24名

連絡先 中央公民館(63-2106)

## そば打ち体験講座

今年は自分で打ったそばを食べて年越しをしませんか。そば市で有名なそば処の方々にご指導いただきます。

対象 18歳以上(高校生を除く)

開催日 12/21

時間 午前10時～午後1時

参加費 材料代800円

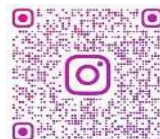
場所 高尾野交流館 調理室

募集 10/1～11/15 午後5時  
定員:15名

連絡先 中央公民館(63-2106)



出水市中央公民館の公式Instagramで  
イベント情報など最新情報をチェック！！



出水市中央公民館  
Instagram

【自主文化事業1】

# ミラクルひかる & ほいけんた ものまねライブ！！

フジテレビのものまね番組や「千鳥の鬼連チャン！」でおなじみの2人によるものまねライブ！！

対象 一般  
開催日 9月7日(土)  
時間 午後3時開演予定  
場所 マルマエホール出水  
連絡先 中央公民館  
(63-2106)



ミラクルひかる



ほいけんた

【自主文化事業2】

# 劇団飛行船ぬいぐるみ人形劇 「ピーターパン」

劇団飛行船50周年記念公演。

光り輝く永遠の国“ネバーランド”で巻き起こるピーターパンのお話。

対象 幼稚園・保育園及び一般  
開催日 11月21日(木)  
時間 午前→10時開演予定  
午後→13時開演予定  
場所 マルマエホール出水  
入場料 1,500円  
(3歳未満は原則膝抱き)  
連絡先 中央公民館  
(63-2106)



# 出水市高齢者大学

もっと学びたい！もっと知りたい！そんなあなたにぴったり！

**対象** 原則 65 歳以上の市民  
**内容** 「学ぶ」「つなぐ」「生かす」「役立つ」を学習目標に掲げ、全体学習会と趣味クラブの2部構成で行っています。全体学習会では、歴史や健康講話などの教養講座、音楽鑑賞会など充実した学びを行っています。趣味クラブは、3 大学のいずれのクラブにも入ることができます(複数加入することもできます)。全体学習会だけの参加も可能です。  
**参加費** 趣味クラブによっては材料代が必要  
**募集** 随時  
**連絡先** 生涯学習課(63-2200)

## 出水キャンパス (出水人生大学)

**開催日** 5月～3月の第3水曜日  
**内容** ①朝の会  
**時間** 午前9時～同9時10分  
 ②全体学習会(全体講話)  
 午前9時10分～  
 同10時10分  
 ③趣味クラブ・同好会  
 午前10時30分～正午

書道、舞踊、手芸、陶芸  
 音楽、水墨画、三味線、  
 園芸、太極柔力球

**場所** マルマエ音楽ホール出水等



## 高尾野キャンパス (高尾野鶴亀大学)

**開催日** 5月～3月の第3木曜日  
**内容** ①朝の会  
**時間** 午前9時20分～  
 同9時35分  
 ②全体学習会(全体講話)  
 午前9時35分～  
 同10時35分  
 ③趣味クラブ・同好会  
 午前10時50分～  
 午後0時20分

書道、民謡舞踊、  
 レクダンス、絵手紙、  
 グラウンドゴルフ

**場所** 高尾野農村環境改善センター等



## 野田キャンパス (野田高齢者大学)

**開催日** 5月～3月の第3金曜日  
**内容** ①あさがおタイム  
**時間** (野田の郷タイム、  
 レクソング)  
 午前9時10分～  
 同9時30分  
 ②全体学習会(全体講話)  
 午前9時30分～  
 同10時30分  
 ③趣味クラブ・同好会  
 午前10時50分～  
 午後0時20分

大正琴、園芸、音楽  
 健康運動

**場所** 野田農村環境改善センター等



# 健康



## こころの相談室 (こころの喫茶店)

カウンセラーによる個別相談。1人で悩まず相談してみませんか。

**対象** 市民  
**開催日** 年10回  
**時間** 午後3時から  
 (1人50分程度)  
**参加費** 無料  
**場所** 出水保健センター  
**募集** 広報いずみ及び市放送でお知らせします。  
 定員:1回4人まで  
**連絡先** 健康増進課(63-2148)

## あたまの健康チェック

人生100年時代！これからのシニアライフを充実するために…元気な今こそチェックしてみませんか。

対象 40歳以上の市民  
開催日 } ご相談に応じます。  
場所 }  
時間 } 1人30分程度  
参加費 無料  
募集 広報いずみでお知らせ  
連絡先 いきいき長寿課  
(63-4053)

## 認知症サポーター養成講座

認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく生活できるまちづくりを！

対象 市民または出水市に通勤・通学している方  
開催日 } ご相談に応じます。  
時間 }  
場所 } 90分程度  
参加費 無料  
募集 随時 定員:5人以上から  
連絡先 いきいき長寿課  
(63-4053)



## オレンジカフェ (認知症カフェ)

認知症であってもなくても、老若男女、だれでも集える地域のカフェ。住み慣れた地域の人たちと楽しいひと時を過ごしませんか。

対象 市民  
開催日 各会場月1回程度  
時間 1~2時間程度  
参加費 100~200円程度  
場所 花びあほか市内5か所  
連絡先 いきいき長寿課  
(63-4053)

## SOMPO

### ボールゲームフェスタ2024 in 出水

多くのトップアスリートが子どもたちにボール遊びを通して、体を動かすことの楽しさを伝えるスポーツイベントです。

★あそびバ！(9:00~11:30)  
対象:年中から小学2年生と保護者  
定員:60組120名  
★キッズチャレンジ(13:00~16:30)  
対象:小学1年生から6年生  
定員:100名(あそびバ!との重複参加は不可)

開催日 5月12日(日)  
場所 ウイングドームいずみ周辺  
参加費 無料  
募集 4月10日(水)~  
4月26日(金)  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)

## 種目別市民体育大会

各種目で大熱戦が繰り広げられます！

開催 6月30日(日)  
基準日 }  
時間 } 種目による  
場所 } マルマエスポーツセンター  
出水ほか  
連絡先 文化スポーツ課(63-4140)

### 【総合開会式】

開催日 6月29日(土)  
時間 午前10時  
(予定)  
場所 マルマエホール出水  
(予定)

## 第71回自治会対抗 野球大会

各自治会の団結力・意地をかけての好試合にご期待ください！

対象 中学生以上  
開催期間 7/7、13、14  
時間 1日目 午前8時30分~  
2日目以降 午前9時~  
場所 総合運動公園多目的広場他  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)

## 第19回自治会対抗 バレーボール大会

各自治会の団結力・意地をかけての好試合にご期待ください！

対象 中学生以上  
開催期間 8月18日~23日  
時間 1日目 午前8時30分~  
2日目以降 午後7時~  
場所 マルマエスポーツセンター  
出水ほか  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)

## 第19回自治会対抗 ソフトボール決勝大会

自治会ソフトボールのNo.1を競い合います。

対象 各地区代表チーム  
開催日 10月6日(日)  
時間 午前9時~  
場所 総合運動公園多目的広場  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)

## 第19回自治会対抗 グラウンドゴルフ大会

みんなで、グラウンドゴルフを楽しもう！

対象 自治会加入者  
開催日 11月12日~13日  
時間 午前9時~  
場所 多目的広場ほか  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)



## 第42回市民駅伝大会

職場・学校・地域のチームワークを  
今こそ見せる時が来た！！

対 象 小学生以上  
開催日 11月24日(日)  
参加費 学生 1,500円  
一般 3,000円  
場 所 マルマエスタジアム出水及び  
周辺コース  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)



## 第19回市内地区対抗 駅伝競走大会

各地区の代表選手に大きな声援  
を！

対 象 各地区選抜選手  
開催日 12月15日(日)  
場 所 高尾野川河川敷周回コー  
ス  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)



## 地区別市民体育大会

子どもから、大人まで元気はつらつ  
ハッスルプレー！

対 象 市民  
開催日 9月～11月  
場 所 各小学校、運動公園  
連絡先 文化スポーツ課  
(63-4140)



# いずみわくわく夢クラブ



## 「夢わく」とは…

- ◎複数用意されたスポーツ種目から  
マイスポーツを自由に選択！
- ◎ご自身のご都合に合わせ、  
自由にプログラムを選択可能！
- ◎年会費制による、安価な会費設定  
のスポーツクラブ！

## 「夢わく」6つの魅力★

- 余暇時間の活用
- 世代交流の場
- 親子交流の場
- 子どもの体力づくり
- 市民の生きがいづくり
- 地域コミュニティの活性化



		定期活動教室 ※1	短期教室 ※2					
種目	一般	<p>希望教室に複数参加できます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆アクアビクス&amp;水中ウォーク</li> <li>◆スポーツ吹矢</li> <li>◆ストレッチ教室</li> <li>◆グラウンド・ゴルフ</li> <li>◆健康体操</li> <li>◆ラージボール卓球</li> <li>◆リフレッシュ教室</li> <li>◆太極柔力球</li> <li>◆太極拳</li> <li>◆レクリエーションダンス</li> <li>◆スローエアロビク</li> <li>◆バドミントン②</li> </ul>	<p>会員でない方も参加できます</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆親子体操 ◆ヨガ</li> <li>◆エアロビクス ◆ズンバ</li> <li>◆バドミントン ◆登山</li> <li>◆親子ボクシング</li> <li>◆エアロビク&amp;コンディショニング</li> <li>◆県下一周駅伝出水チームと走ろう</li> <li>◆エクササイズ教室</li> </ul>					
	子ども	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆スポーツ吹矢</li> <li>◆エンジョイスports教室 (別途月謝 500円)</li> <li>◆バドミントン①と② (別途月謝 500円) ※3</li> <li>◆ホッピングマット (別途月謝 1,000円)</li> <li>◆夢わくヒップホップ Jr. (別途月謝 1,200円)</li> </ul>	<table border="1"> <tr> <td>参加料</td> <td>会 員 1回 300円</td> </tr> <tr> <td></td> <td>非会員 1回 500円</td> </tr> <tr> <td colspan="2">(教室によっては金額が変わることがあります。)</td> </tr> </table>	参加料	会 員 1回 300円		非会員 1回 500円	(教室によっては金額が変わることがあります。)
参加料	会 員 1回 300円							
	非会員 1回 500円							
(教室によっては金額が変わることがあります。)								
年会費	一般	年6,000円(500円/月)※4~8月入会 年4,500円(643円/月)※9~12月入会 年2,500円(834円/月)※1~3月入会	各種SNSで情報発信中！ 教室の様子や短期教室の案内を投稿しています。ぜひご覧ください！ <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">                           Instagram                     </div> <div style="text-align: center;">                           Youtube                     </div> </div>					
	高校生以下	年5,000円(417円/月)※4~8月入会 年3,500円(500円/月)※9~12月入会 年2,000円(667円/月)※1~3月入会						

- ※1 定期活動教室は、スポーツ安全保険の加入を原則とします。  
(65歳以上 1,200円/一般・高校生 1,850円/中学生以下 800円)
- ※2 短期教室の内容は予定のものになります。随時計画し、募集します。
- ※3 バドミントン①については、小学生が対象となっています。



# いずみ **出** 前講座

～みんなで学び合い、みんなでまちづくり！職員が講師として伺います～



## 出前講座って？

みなさんが聞きたい、知りたい、学びたい  
市役所の仕事や各職務の分野に関する知識等を  
市役所職員が講師として出向いて話をします



## いつでも？

午前9時から午後9時までならいつでも可能です  
(12月29日～1月3日はお休みです。)



## どこでも？

出水市内ならどこでも可能です。会場の確保  
(会場費含)は、お客様負担をお願いします



## 誰でも？なんでも？

市内に在住、在勤又は在学する10人以上の  
グループなら誰でも申し込みます  
下記の講座メニューをご用意いたしました



## お金かかるの？1回の時間は？

無料です。材料等が必要な場合にのみ  
ご負担いただきます  
2時間以内でお客様のご都合に合わせて

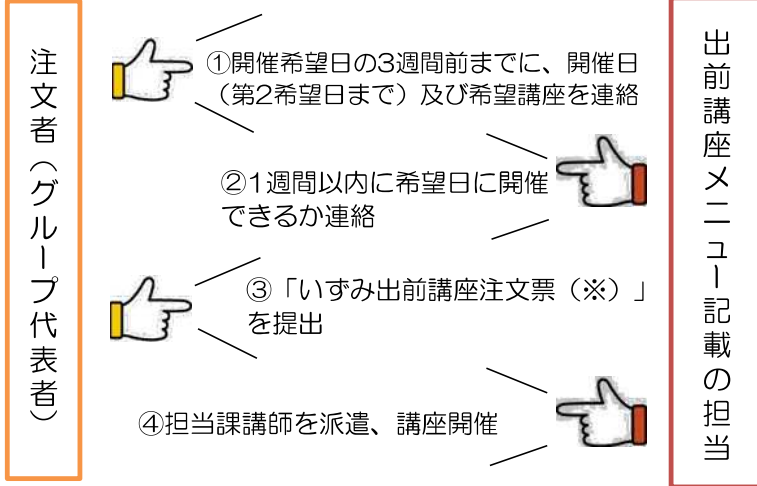


## 注文(申し込み)方法は？

下記の注文のしかたをご覧ください



## ●注文のしかた



## 注文窓口

くらし安心課  
(コミュニティ推進係)  
電話：63-4022  
FAX：63-8050  
電子メール：  
kurashi\_c@city.izumi.kago  
shima.jp

※ 注文票は、くらし安心課、中央公民館、本庁総合案内、支所の窓口にあります。また、市のホームページからもダウンロードできます。



## ●講座メニュー

### 行財政全般

講座名称	講座内容	対応課等
出水市の情報公開制度と個人情報保護制度について	両制度の概要、手続などの説明	総務課
市総合計画について	総合計画の概要について	企画政策課
男女共同参画について	男女共同参画の概要について	
自治基本条例について	自治基本条例の趣旨と概要について	
SDGsの推進について	SDGsの基本的な事項や出水市のSDGsの取組について	
市人口ビジョン、地方創生総合戦略について	市人口ビジョン、地方創生総合戦略の概要などについての説明	財政課
市の財政状況等について	予算の仕組み、財政状況の説明	
下水道事業について	公共下水道、農業集落排水全般	上下水道課
水道事業について	水道事業全般	

## 市民生活・防災・教育

講座名称	講座内容	対応課等
マイナンバー制度について	マイナンバー制度の概要、マイナンバーカードの申請方法・活用例などについて	DX推進課、市民生活課
こちらは、消費生活センターです！	契約トラブル、インターネットトラブルなどの事例や対処方法など、学生から高齢者向けの消費生活講座	生活環境課
家庭ごみの分け方、出し方、リサイクル講座	家庭ごみの分け方やリサイクル品の出し方についての説明	
空き家対策について	空き家の管理及び空き家バンク制度について	建築住宅課
木造住宅の地震への備え	地震対策の手法・効果及び耐震診断・耐震改修工事に対する補助制度の紹介	
火災予防について	消火器取扱い及び住宅用火災警報器並びに火災事例についての講話	消防本部予防課
防災講座	災害への備え、災害発生時の行動などに関する個人の「自助」、地域や自主防災組織の「共助」の防災力向上に関する講話	くらし安心課
交通教室	交通安全についての講話やビデオ上映など	
くらしに役立つ公共交通	公共交通の大切さやメリットのほか、ふれあいバスの乗り方について	観光交流課
出水市の観光について	DVDやパンフレット等による出水市の観光スポットの紹介	
民泊のすすめ	民泊による修学旅行生の受入れについて	
ツル・野鳥・ラムサール講座	学校・PTA・子ども会等を対象としたツルや野鳥、ラムサール湿地に関する講座（受け入れは20人以上から）	ツル博物館クレインパークいずみ
家庭教育講座	子育て世代向け：子どもの基本的な生活習慣や年齢期に応じた保護者の役割について	生涯学習課
地域ぐるみの家庭教育～あなたもパパ・ママ応援団～	シニア世代向け：時代の変化に対応した子育て世代の支援について	

## 健康・福祉

講座名称	講座内容	対応課等
高齢者福祉サービスの概要について	介護保険制度、各事業等の概要について	いきいき長寿課
介護予防について（65歳以上の方が対象）	介護予防、認知症予防、ころばん体操について	地域包括支援センター（いきいき長寿課）
認知症サポーター養成講座	認知症の人や家族を温かく見守ることができるように認知症について学び理解していただく講座	
出水こけん塾（介護予防体操教室）	要介護状態にならないために、週1回歩いて行ける場所で、地域の皆さんが自主運営する体操教室について	
高齢者の権利擁護について	高齢者虐待防止について 他	
子育て支援について	出水市における子育て支援事業について	こども課
児童虐待防止について	児童虐待の現状と課題について	安心サポートセンター
救急法講習	心肺蘇生法・AED取扱い・応急手当法	消防本部警防課
健康講座（成人・栄養・歯科）	・各ライフステージにおける健康づくりについて ・健康寿命の延伸について	保健センター（健康増進課）
母子保健について	・子ども向け：命を考える、喫煙・飲酒、生活習慣、性感染症、食育、むし歯予防 ・保護者向け：わが子の思春期と向き合おう、食生活、歯と口の健康	
食育講座	食生活改善推進員による朝食メニューやおやつづくり実習など（要材料費）	
もっと身近に 出水総合医療センター	病院事業の経営状況の説明	出水総合医療センター総務課

- ・ 講座は、市行政への苦情、陳情及び相談を受ける場ではありません。
- ・ 政治、宗教及び営利活動を目的とする場合を始めとして、出前の目的が講座の目的に添わない場合、公序良俗を害するおそれがあると判断される場合等については、出前をお断りします。
- ・ 講座当日の質疑については、講師がその場で受けることを基本としますが、内容によっては後日回答します。

# 出水総合医療センター 出前講座

～出水総合医療センターの病院スタッフが講師として伺います。～

## Q 出前講座とは？

A みなさんが聞きたい、知りたい、学びたいと思う医療センターの仕事や各職務の分野に関する知識等を、病院スタッフが講師として出向いて話をします。

## Q いつでも？

A 平日午前9時から午後5時までならいつでも可能です。(土、日曜日及び祝日はお休みです。)

## Q どこでも？

A 出水市内ならどこでも可能です。会場の確保(会場費含む)は、申込者負担でお願いします。

## Q だれでも？

A 出水市民で5人以上のグループなら誰でも申し込みめます(ただし、職場や学校単位での研修

は対象外です)

## Q なんでも？

A 原則、メニューがありますが、メニュー外(メニューに関連した内容のもの)については、担当部署と協議し、実施できるか否かお答えします。

## Q お金がかかるの？

A 無料です。材料代等が必要な場合にのみご負担いただきます。

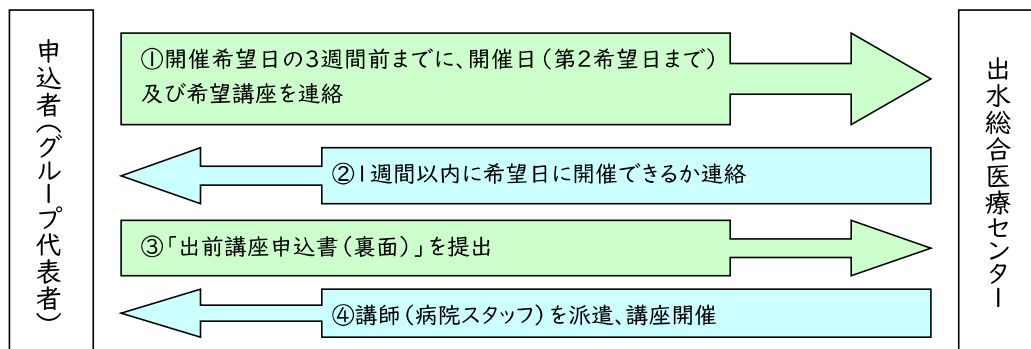
## Q 1回の時間は？

A 1時間以内でご都合に合わせてます。

## Q 申込方法は？

A 下記のお申し込み方法をご参考ください。申込書はこの用紙の裏面です。

## ●お申し込み方法



### (注意事項)

- 1 この出前講座は主として学習講座として行うものであり、医療センターへの苦情、陳情及び相談を受ける場ではありませんので、趣旨を御理解のうえ、お申し込みください。場合によってはお引き受けできない場合もあります。
- 2 お申し込み後、医療センターから担当者欄に記入された方に連絡をし、打合せをさせていただきます。
- 3 お知らせいただいた個人情報については、出水市個人情報保護条例に基づき保護され、出前講座の事務以外に利用することはありません。

連絡先 出水総合医療センター事務部総務課 企画情報係  
電話 0996-67-1611 FAX0996-67-1661  
電子メール mail1@hospital-city.izumi.kagoshima.jp

# 出水総合医療センター「出前講座一覧表」

出水総合医療センターでは、みなさんが聞きたい、知りたい、学びたいと思う当センターの仕事や各職務の分野に関する知識等を、当センタースタッフが講師として出向きお話しする制度がスタートします。

お話しする内容は、下記コンテンツからお選びいただけます。

普段から疑問に思われている点や詳しく知りたいことなどがありましたら、是非ご利用ください。

No.	項目	講座名	内容
0	全	出水総合医療センターからのお知らせ	病院紹介、受診方法など
1	医療事務	領収書と明細書について	領収書の見方と活用方法について
2		困ったときの医療・介護・福祉の相談 ～その人らしく生きるために～	福祉制度について
3	診療・看護	消化器内視鏡、検診のススメ	病気の早期発見、消化器内視鏡検査の内容について
4		救急時の手当て、救急車を呼ぶべき病気、体調不良時の受診のしかた	自宅でできる救急対応と救急外来を受診する目安について
5		子どもの急病時の受診の目安	自宅での対応方法、病院受診の目安について
6	薬・食事・リハビリ	薬のあれこれ	薬の飲み方、飲み合わせ、飲むタイミングについて
7		今日から実践！認知症予防の食事	毎日の食事で活用できる認知症予防食について
8		水を飲んで、のどにひっかかりませんか？誤嚥予防について	家庭でできる嚥下体操について
9	安全医療	医療の安全について	病院で安全な治療を提供するために取り組んでいることについて
10	感染対策	正しい手洗い方法について	手指衛生、蛍光塗料を用いた手洗いの評価について
11		感染症について	インフルエンザ・新型コロナウイルス・ノロウイルス対策について

グループ紹介 ☆踏み出そう！ はじめの一步☆ 会員募集中

No.	区分	グループ名	対象	活動場所 活動日時	コメント	代表者	電話番号
1	弓道	弓道 出水	中学生以上	出水弓道場 毎週(水)19~22時	弓道に興味のある方、年齢や経験の有無に関わらず始められます。	谷川 万由美	63-1572(兼FAX) 090-3660-5210
2	テニス	クレイン (パウンドテニス)	—	下水流トレーニング センター 毎週(土)19~22時	テニス未経験者歓迎、経験者大歓迎。 天候に左右されず、実施できます。 テニスに興味がある方、是非、見学を！！	山田 静香	090-3606-1579
3	ウォーキング	出水ウォーキングク ラブ長生き一万歩	—	市内ウォーキングロードほか 月2回程度	ウォーキングで健康・仲間づくりを しています。市内で月2回の定例会のほ か、市外のオルレコースを歩いたり、 ハイキングなどをします。	松元 幸男	090-8767-0773
4	レクリエーション	出水スポレック 同好会「れん」	—	マルマエスポーツセン ター出水(総合体育館) 毎週(水)20~22時	楽しく交流し、心身ともにリフレッ シュしている、スポンジテニスです。 現在会員募集中	木村 妙子	63-0131
5	体操	体操三井島システム	—	鹿島公民館 毎週(金)13~14時	生き活きと過ごすために！健康体操を 楽しみませんか？	蔵元 恵子	63-1286
6		のびのびストレッチ	女性	マルマエスポーツセン ター出水(総合体育館) 毎週(火)午前	ストレッチとミミラーを通じ楽しく仲間づくり をしています。リフレッシュできスト レス発散できますよ！	大迫 和代	080-5285-7660
7		体操三井島システム (西出水教室)	—	西出水小クラブハウス 毎週(金)19~21時	全身の筋力保持と歪みを矯正する健康 維持の体操です。	渡邊 恵子	63-0220 090-9574-0667
8	3日体操	(公社)日本3日体操 協会 のびやか3日	—	出水老人福祉センター 毎週(金)9時30分~11時	健康で安らかに美しくをモットーに楽 しく健康づくり	松元 靖代	62-1899
9		(公社)日本3日体操 協会 3日のだ	—	野田市民交流センター 毎週(金) 13時30分~15時	みんなで楽しく健康づくり	川田 ユリ子	090-5381-7416
10	フォークダンス	いずみフォーク ダンスクレイン	女性	横尾公民館 毎週(木)13時~	色々な国の曲を踊ることで心身共に健 康を求め、また、素敵なお仲間づくりを しています。	三反田 ヨシ子	62-0211
11	太極拳	楊名時太極拳 出水総合武道館教室	—	総合武道館2階 毎週(金) 13時30分~15時	調心・調息・調身の基本運動で背筋を 伸ばし、下半身を鍛えます。 いつでも、どこでも誰でも出来る健康 づくりです！！	吉元 京子	62-1147
12		健康太極拳さわやか	—	武道館 毎週(火)10時~	腹式呼吸法でゆっくり動く養生運動。 健康・美容・ストレス解消に！ いつもニコニコ帰りは笑顔！！	金磯 忠良	63-0702
13		健康太極拳中村教室	—	野田市民交流センター 毎週(木)10時~11時30分	腹式呼吸法でゆっくり動く養生運動。 健康・美容・ストレス解消に！	中村 光子	82-3777 080-1706-7395
14		太極拳くぐの教室	—	横尾自治公民館 毎週(月) 19時30分~21時	呼吸に合わせてゆっくり動く養生運動。 健康・美容・ストレス解消に！	柘野 妙子	67-4176
15		太極拳ひらぎ教室	—	出水市民交流センター 毎週(水)15~16時30分	呼吸に合わせてゆっくり動く養生運動。 健康・美容・ストレス解消に！	柘野 妙子	67-4176
16		白鶴の会 三重教室	女性	横尾自治公民館 毎週(火)13~15時	楊名時気功八段錦・二十四式・如意棒 体幹運動・十二経絡気功。	三重 夕起子	67-3535
17	武術	揆奮館流武術修練会	—	総合武道館 毎週(土)又は(日)の 2時間	生涯武道(揆奮館流棒術・戸山流居合 道・試斬など)の実践 <a href="http://kihunkan.net">http://kihunkan.net</a>	中元 敏郎	62-1015
18	踊り	出水よさこい	小学生 ~ 一般	出水市民交流センター、 東出水小学校 毎週(土) 14時30分~16時	鳴子を使ってダイナミックに踊る活気 あふれるよさこいです。	木之下 直子	080-5250-5032
19	器楽	北薩シンフォニック バンド	—	西出水小クラブハウス、 野田女子高校他 (日)13時~16時30分 2回 (水)19時30分~22時 2回	地域に親しまれる吹奏楽団を目指して 活動しています。	松尾 孝志	63-2742
20		コンセールグラ シュ・グランドオー ケストラ	—	中央公民館 毎月第1・3木曜日 20~22時	心の清涼飲料水になれるよう、クラ シックからポピュラーまで楽しく演奏 しています。	吉松 三朗	63-3576

グループ紹介 ☆踏み出そう！ はじめの一步☆ 会員募集中

No.	区分	グループ名	対象	活動場所 活動日時	コメント	代表者	電話番号
21	バンド	市民バンドいずみ	20歳以上	米ノ津農村環境改善センター 毎週火曜日 20～22時	歌謡曲からジャズまで幅広く楽しく練習し、施設慰問や市のイベント等で演奏しています。初心者大歓迎ですので、気軽に見学に来てください。	西濱 義昭	090-2584-8962
22	コーラス	コールのだ	女性	野田農村環境改善センター 毎週土曜日 13時30分～15時30分	歌うことが大好きな方、わたしたちといっしょに歌いませんか。	末吉 睦子	84-3353
23		コールひだまり	女性	出水市民交流センター 中央公民館 毎月第2・4金曜日	歌って仲間作り、いつでも気軽にご参加・入団歓迎です。	平野 由美子	090-5726-5586
24		コールメイプル	女性	高尾野農村環境改善センター 毎週金曜日 9時30分～11時30分	声を出すことで気持ちも明るく元気になります。みんなで健康づくり！一緒に楽しみましょう。	東島 この江	84-4202
25		混声合唱団ソナーレ	高校生以上	出水中学校音楽室 毎週(金) 20～22時	歌を楽しみ豊かなハーモニーを求め、心のオアシス、家庭的な仲間達！	池田 清	62-9909
26	太鼓	高尾野兵六太鼓	—	高尾野上水流グラウンド土俵横 太鼓収納庫 毎週(火)(木)20～22時	太鼓を叩いて、自分を表現してみませんか？日頃のストレス発散や和楽器に興味がある方、お気軽にどうぞ。	小島 孝幸	090-5482-1775
27		高尾野兵六太鼓 ジュニア小若衆	小学生 ～ 高校生	高尾野上水流グラウンド 土俵横 太鼓収納庫 毎週(土) 19時～21時	小学生から高校3年生までの子どもたちで活動しています。運動は苦手でも、太鼓で体力作りを。和の世界を楽しもう！！	小島 孝幸	090-5482-1775
28		野田郷島津太鼓	—	野田農村環境改善センター 毎週火・木曜日 20～22時	現在、市内外から集まった15名で活動している和太鼓グループです。出水市内を中心に県内外のイベントで活動しています。また、仙巖園にて毎年定期公演を行っています。メンバー随時募集していますので、気楽に見学に来てください。	中野 洋	62-2874
29		野田郷島津太鼓 ジュニア	園児 ～ 高校生	野田農村環境改善センター 毎週火・木曜日 19～20時	園児から高校生まで計16名で活動しているジュニア和太鼓グループです。主に出水市内のイベントに出演しています。また、仙巖園での定期公演や県ジュニアコンクールにも参加しています。メンバーを随時募集していますので、気楽に見学に来てください。	米澤 純一	84-2403
30	琉球國祭り太鼓 鹿児島支部	小学生以上	高尾野中武道館 毎週(水)又は(金) 19時30分～21時30分	沖縄を代表する創作エイサー団体。小学生から社会人までどなたでも参加できます。練習見学、大歓迎！！	出村 武徳	090-8913-1932	
31	絵画	出水美術協会	—	横尾公民館他 毎月第2日曜日 13～17時	それぞれの個性を大切に、絵を学び、楽しく描いています。スケッチや研修旅行に出かけるのも楽しいですよ。	木村 妙子	63-0131
32		水曜会(水彩画)	—	出水市民交流センター 毎週(土)9時30分～11時30分	水彩画を中心に絵の基本や感性豊かな表現を学びあっています。	中島 美由紀	82-0010
33		高尾野絵画クラブ	—	高尾野工芸館 毎月2回 日曜 13～17時	好きな絵(アクリル・水彩・油絵)をマイペースで自由に描いてみませんか。 講師：松元念一郎先生	中元 敏郎	62-1015
34		出水絵画会	—	中央公民館 毎月第1・3日曜日 13時30分～16時30分	油絵を私たちと一緒に描いてみませんか？趣味として、油絵を描いてみたい方、初心者でも経験者でも、いつでも大歓迎です。楽しい人生を送りましょう！！	川崎 照男	090-9605-7141 62-5708
35	デッサン	デッサンKUMA	—	中央公民館 毎月第1・3土曜日 午前中(月2回)	鉛筆で絵を描きながら、そして皆で楽しくおしゃべりにも励んでいます。	廣川 勲	62-3186
36	しおり	いずみのしおり	—	青年の家 (金)9～12時(月4・5回)	出水市のイベントや修学旅行で、来市される方々へのプレゼントを目的とした手作りしおりの制作ボランティア活動を行っています。	土師 光子	67-1726
37	手芸	野田教室(屋地)	女性	野田屋地教室 第1・3(火)19～21時	新しいスタイルブックより今年のヒット作品を編んでいます。その中より、文化祭に展示しています。	神寄 艶子	62-5668
38		出水鹿島教室	女性	神寄手芸店・編物教室 毎週(月)(木)(土)13～15時	ヴォーグ社新刊 カギ針棒入門科の教科書で指導しています。(初心者歓迎)講師養成講座も開いています。少人数制で指導いたしております。	神寄 艶子	62-5668
39		高尾野パッチワーク オリブ同好会	女性	高尾野市民交流センター 第2・4日曜日 9時30分～11時30分	楽しくおしゃべりしながら、和気あいあいと色々な布で小物、バッグ類を作っています。 会員募集中です。	木下 みね子	82-0504



グループ紹介 ☆踏み出そう！ はじめの一步☆ 会員募集中

No.	区分	グループ名	対象	活動場所 活動日時	コメント	代表者	電話番号
40	着付け	「着物着付と和装マナー」日本和装学園 出水本校	女性	自宅(八幡神社駐車場隣) お稽古日は相談に応じます	日本の伝統文化にふれてみませんか？ 自分で着物を着られるようになりませんか？ 初めての方も久しぶりの方も大歓迎です。	肥本 和子	090-8764-2552 62-2202
41	竹細工	竹友会	—	高尾野工芸館 毎月第2・4水曜 9～16時	ヒゴ取りから作品を完成させる喜びを味わいながら、初心者から上級者まで楽しんでいます。	西木場 利治	080-6432-0380
42	短歌・俳句	出水若鮎俳句会	—	中央図書館 第1(木)9時30分～12時	俳誌「天日」主宰の上迫和海先生の御指導を受けながら「花鳥諷詠」の俳句を楽しく学んでいます。初心者大歓迎です。	沖 弘子	62-8940
43		鶴唳俳句会	—	中央公民館 第3水曜日 13時30分～16時	毎月第3水曜日13時30分から中央公民館にて句会・吟行句を含め7句持ちより、句会には5句提出し、互選する。先生の選句選評あり。	岩切 和子	63-2468
44		夕鶴俳句会	—	中央図書館 毎月第3水曜日	講師の淵脇護先生がわかりやすく丁寧に教えてくださいますので、初心者から熟練者まで楽しく学べます。	白男川 孝仁	090-3608-8852
45		たづがね短歌会	—	中央公民館 月1回(月末)	講師の先生が初心者にも分かりやすく、懇切丁寧に教えて下さいます。初めての方も気軽に楽しみましょう。募集中です。	前田 ツルヨ	68-2529
46	硬筆	さくら硬筆同好会	—	中央公民館 毎月第2・4土曜日 9時～11時	イキイキ楽しく、自分を磨く時間を作って師範に向かって頑張っています。	押川 京子	62-4023
47	押し花	ひまわり	女性	中央公民館 毎月第1・3木曜日 13～17時	四季折々に咲く花を押し花にして作品を作り、仲間と親睦を図ります。	山下 京子	090-5286-2472
48	囲碁	碁友会	—	中央公民館 毎週火・金曜日 13～17時	脳と心の活性化を目指し、頭を使い、手談を楽しみます。	尾上 伸一	67-1286
49	自然	出水アマチュア天文同好会	—	市内各所及び青年の家 不定期	星座を眺めて気宇壮大！出張指導も行います。家族で、グループでどうぞ！	松元 幸男	090-8767-0773
50	まちづくり	NPO法人さわやか出水女性の集い	女性	中央公民館 随時	ボランティア・踊り・着付・茶道・旅行・国際交流・生涯学習・出前講座(書写・琴他)	矢野 ミツ	090-5383-6531
51		NPO法人さわやか出水女性の集い(さわやか出水来て！喜て！サロン)	親・子	出水市民交流センター内 子育て交流室 (水)金)午前～午後	子育て支援・イベント等	矢野 ミツ	090-5383-6531
52	福祉	手話サークルまなづる	—	社会福祉会館 毎月第2土曜日 19時30分～21時30分	手話に興味がある方、初心者大歓迎です。聴覚障がい者の方々と楽しく交流しましょう。	福田 賢次	090-7470-5928
53		介護教室 如月会	—	社会福祉会館 第2(水) 1・8月は第4(水) 13:00～15:00	分かるよ。介護の辛さ、切なさ。意見交換でリフレッシュ！	脇岡 良子	090-2968-4363
54		音声訳クラブ「エコーいずみ」	—	中央公民館 毎月第4土曜日 9時30分～11時	広報いずみ等をテープに録音し、視覚障がい者の方等に聞いていただくボランティア活動を行っています。	木村 妙子	63-0131
55		点訳グループ稲穂の会	—	社会福祉会館 第2・4(土)9～12時	「広報いずみ」を点訳し、点字版を希望される視覚障がい者の方へお届けしています。	松永 三千代	63-2200 生涯学習課
56	子ども劇場	やはり子ども劇場	親・子	市内各所 不定期	生の舞台芸術鑑賞と、子どもたちの友情と自主性を育むための自主的な活動を二つの柱にしています。会員募集中！	佐藤 るり子	85-5454
57	マジック	出水マジック同好会	20歳以上	中央公民館 毎月第2・4土曜日(夜)	マジック(手品)を覚えて、楽しい人生を送ります。おもしろいですよ。思ったより、簡単に楽しいですよ。初めての方歓迎！！	川崎 照男	090-9605-7141 (62-5708)
58	英会話	SEC	—	出水市民交流センター (土)9～12時	外国人ALTと一緒に"みんなで気軽に楽しく"をモットーに英会話を楽しんでいます。	野間口 篤代	080-5284-2405
59	健康 マージャン	健康マージャン倶楽部	—	中央公民館(視聴覚室) 毎月第2・4火曜日 12時～17時	健康マージャンで愛好者と知的推理戦を一緒に楽しみたい方に最適です。	兒島 喜一郎	090-1169-7924