

県北域内 公民館・学習センターが実施している『成人（高齢者教育）事業』紹介

学習内容	講師（学習支援者）
【健康づくり】	
健康体操「骨折をしないために」	認定インストラクター
健康づくり教室「漢方から身に付ける高齢者の健康」	医学博士
若さを保つ健康づくり&健康体操	市保健福祉センター
ラジオ体操で心も体も若返ろう	ラジオ体操指導者
健康体操 なじみの曲に合わせて腰ひざの痛み予防	県レクダンス協会
高齢者の健康づくり	福島大学教授
らくらくスロートレーニング体操	民間スポーツジムインストラクター
ラジヨガ体操	ヨガインストラクター
気楽にできる整体術	整体師
カローリング	レクリエーション協会
クロリティー	レクリエーション協会
スポーツ吹矢	レクリエーション協会
パークゴルフ	レクリエーション協会
キンボール	レクリエーション協会
ディスクゴルフ	市体育指導員
ボウリング教室	市体育指導員
3B体操	3B体操協会
シャッフルボード	市体育指導員
ペタンク	市体育指導員
健康講話	地域包括支援センター
笑いの健康講座	福島語り部の会
中高年からの健康	公立藤田総合病院名誉院長
脳卒中の前ぶれと予防	あづま脳神経外科病院医師
【趣味・教養・文芸】	
川柳教室「やさしい川柳の作り方」	福島民友新聞社川柳選者・川柳指導者
古関裕而メロディーを歌おう	福島シルバーコーラス指揮者
音楽鑑賞と歌	県ハーモニカ協会
懐かしのメロディー	福島童謡の会
時事講話「政治経済など日本を取り巻く情勢と今後について」	福島民友論説委員・福島民報報道部
新聞の読み方・生かし方	福島民報編集部
福島と近代美術	県立美術館学芸員
国際理解「ニュージーランドの文化・成り立ち・環境保護」	国際交流協会
国際理解「人材開国・他民族共生国家」	国際交流協会
国際理解「ネパールの生活」	国際交流協会
国際理解「外国の文化と生活（近所付き合い）」	国際交流協会
国際理解「中国との友好交流について」	国際交流協会
国際理解「ルワンダの内戦と平和に対する願い」	ルワンダの教育を考える会
私の南極体験談	元海上自衛官

学習内容	講師（学習支援者）
【趣味・教養・文芸】	
福島の世界	元高校教員・市史編纂委員
おもしろい福島の歴史	日本漫画家協会東北支部
戦国時代の福島	県史学会
本宮古代史の謎	歴史民俗資料館専門学芸員
福島の民話	ふくしま民話茶屋の会
むかし語り	本宮むかしむかしの会
弁天山周辺のこと	渡利地区歴史研究会
源氏物語	文学研究者
地学散歩「信夫山の化石」	自然観察指導員
昆虫の話	農学博士
森を考える	県北農林事務所
花の寄せ植え	生花店店主
和菓子の心	菓子店店主
美味しい餃子の作り方	餃子店
お正月料理教室	料理研究者
健康食	食生活改善推進員
栄養講座	在宅栄養士
高齢者の栄養管理	二本松病院管理栄養士
アンチエイジング	医師
食べる楽しみいつまでも	歯科栄養士
口腔衛生	歯科衛生士協会
地デジなぜなに講座	デジサポ福島コーディネーター
地上デジタル放送学習会	総務省地デジ視聴者支援センター
書き初め・絵手紙作成	書家
カルメ焼き・電気パン・ラムネ作りに挑戦	福島ユネスコ協会
映画教室	福島フォーラム
デジタルカメラ撮影	カメラ店店主
寄席	うつくしま芸人会
アナウンサーの仕事について	テレビ局アナウンサー
身近な暮らしの法律知識	司法書士
音楽療法	音楽療法士
知っておきたい食品の表示	東北農政局福島農政事務所
知っておきたい薬の知識	県北保健事務所
薬の基礎知識「薬の正しい使い方」	県薬剤師会
サプリメントについて	薬剤師
くらしの法律	弁護士
高齢者の生きがいづくり	専門ケアマネージャー
グループ活動 (カラオケ・スポーツ民謡・手芸・書道・美容・グランドゴルフ)	

学習内容	講師（学習支援者）
【社会問題等】	
救急救命 AEDの使用方法	消防署員
交通教室「高齢者の事故防止」	福島警察署
交通安全講話	県警本部・県警音楽隊
防災教室「災害に遭ったときの対処法」	福島消防署
防火の心得	安達広域消防本部北消防署
火災予防講話・消防訓練	安達広域消防本部北消防署
高齢者を狙う犯罪対策	県防犯協会連合会
市の防災について	市生活安全課
生活安全「振り込め詐欺にあわないために」	福島警察署
高齢者を狙う悪徳商法	県消費生活センター
消費者トラブル防止	市消費センター員
市長講話	
今年度の町政重点施策について	
町の特産品「生産と販売」	町農業振興公社
市政について	市企画政策課
小学校校長講話	地域の小学校長
成年後見制度について	成年後見制度委員会
介護保険について	地域包括支援センター
介護保険制度	長寿福祉課
家族介護（老々介護）を考える	地域包括支援センター
介護予防を考えよう	保健技師
物忘れと認知症	南東北病院医師
認知症サポーター養成講座	地域包括支援センター
認知症予防	県北保健福祉事務所
裁判員制度について	福島簡易裁判所
もったいない学習会	うつくしま温暖化防止推進員
家計のダイエット	うつくしま温暖化防止推進員
【世代間交流】	
園児と楽しく遊ぼう	市立幼稚園
小学生と生け花を学ぶ	
小学生と茶道を学ぶ	
小学生と琴を学ぶ	
小学生とレクゲームを行う	
小学生とニュースポーツを行う	
小学生にしめ縄作りを教える	
小学生にだんごさしを教える	
小学生に田植え指導	
小学生に野菜畑植え付け指導	

【移動教室】

学習内容	場所【学習支援者】
「議会傍聴」	
「天地人ゆかりの地を訪ねて 直江兼続の実像」	山形県米沢市（上杉神社・博物館・赤湯温泉）
「史跡めぐり」	郡山市（布引高原風力発電所）
「福島市内施設見学」	福島市（NHK・こむこむ・古関裕而記念館）
「県庁見学」	福島市
「白水阿弥陀堂見学」	いわき市
「福島第一原子力発電所見学」	双葉郡大熊町
「福島第二原子力発電所見学」	双葉郡楢葉町
「土湯・ぬる湯」	福島市
「県立美術館見学」	福島市【県立美術館学芸員】
「福島地方裁判所見学」	福島市
「摺上ダム・すりかみ浄水場見学」	福島市
「古関裕而記念館見学」	福島市
「あらかわクリーンセンター・リサイクルプラザ見学」	福島市【リサイクルプラザ職員】
「民家園見学」	福島市
「まほろん見学」	白河市 福島県文化財センター白河館
「仙台市立博物館見学」	仙台市
「二本松青年海外協力隊訓練所見学」	二本松市
「大山忠作美術館見学」	二本松市
「宮城・松島方面」	宮城県
「地熱発電所・からむし織の里見学」	柳津町・昭和村
「廃線鉄道と蔵の街喜多方見学」	喜多方市
「電車でいく社会科見学～青葉城・大崎八幡宮～」	仙台市
「伊達市梁川美術館・霊山神社」	伊達市
「和紙伝承館」	二本松市

【ボランティア活動】

ボランティア講座	社会福祉協議会
ボランティア活動（公民館周辺の清掃・草刈り・剪定作業）	