

## ふれあい出前講座メニュー更新

令和5年度から、ふれあい出前講座が更新されます。本市と包括連携協定を締結している企業の講座も含め、下記8講座が新たに追加となります。是非ご利用ください。

講座名	内 容	担当課	時間
精神保健福祉市民講座	精神疾患の症状や対応のポイント、心の健康についてわかりやすく説明します。	社会福祉課	45分
土地区画整理事業 について	土地区画整理事業の概要について説明します。	区画整理課	30分
熱中症予防講座	熱中症と、暑さに負けない体づくりについて説明します。	まちづくり協働課 (大塚製薬(株))	60分
「睡眠」と「健康」の 知恵袋講座	「寝つきが悪い」「眠りが浅い」などの睡眠のお悩みの解決方法や、眠りと健康の意外な関係を紹介します。	まちづくり協働課 (明治安田生命保険相互会社)	60分～ 120分
女性のための「健康づくり栄養」講座	身体の中から美しくなるために、秘められた野菜のチカラなど、わかりやすく紹介します。	まちづくり協働課 (明治安田生命保険相互会社)	60分～ 120分
女性のための「健康づくり応援」講座	「健康維持・増進」「女性特有の疾病」の視点から、健康づくりのポイントを紹介します。	まちづくり協働課 (明治安田生命保険相互会社)	60分～ 90分
わたしと家族の 「そうぞく」講座	よりよい未来のために、「【相続】と【争族】」「ライフ&エンディング」について学習します。	まちづくり協働課 (明治安田生命保険相互会社)	90分～ 120分
正しいお金の使い方講座 ※	自助努力で将来に備えられるよう、「お金」と「保険」について、わかりやすく説明します。	まちづくり協働課 (明治安田生命保険相互会社)	50分

※対象 高校生、中学生、小学校高学年

上記のほか、多数の講座をご用意しております。  
申込方法など詳細は、市ホームページをご確認ください。



# 小学生から成人まで楽しくリトミック

～ピアノの生演奏に合わせて、動いて、歌おう～

「交流サロン」を実施しました。ゲストスピーカーは、地元の盆踊り曲を現代風にアレンジしたダンスで結城市を発信されている「Happy・Angel」代表 木村 祐子 さんです。大人から子どもまで楽しく体を動かすことができました。また、普段の生活ではなかなか得られない横のつながりをつくることができました。



## リトミック体験



## 交流カフェ



リトミックとは・・・音楽を通じて体を動かすことで、子どもの表現力を育む運動のこと。音楽に合わせて体を動かし、脳も活性化します。

## 協働のまちづくり 市民活動報告会・市民講座

本年度に「結城市協働のまちづくり推進事業補助金」の交付を受けた2団体が代表して事業内容を発表しました。また、白鷗大学名誉教授 結城史隆 氏による市民講座も実施しました。持続可能なまちづくりに向けて、多彩な資料を基に、一人ひとりがこれからできることを考えることができました。

### 市民活動報告会



「とうむぎあいす」でつむぐ結いの輪

茨城県立鬼怒商業高等学校



桐箱朝市×七夕まつり

桐箱朝市実行委員会



### 市民講座



「わかりあえない…から紐解く 仲間づくりの視点」

～市民が取り組む持続可能なまちづくりについて～

白鷗大学名誉教授 結城史隆 氏

