

令和7年度 釧路市生涯学習まちづくり

出前講座

【全97講座】

生涯学習活動をお手伝いします

この講座は、市民の皆さまの生涯学習やまちづくり活動を支援するため、市の職員などが講師となって講座の出前をする事業です。
各種講座メニューを取り揃えておりますので、サークルや町内会の学習会、職場の研修などにご活用ください！一部講座でオンラインでの受講が可能です。
※講座メニューの  マーク欄はオンライン受講の可否について示しています。
詳しくは釧路市ホームページ内《まちづくり出前講座》をご覧ください。⇒



◆市のしくみ編

- ・みんなで考えよう 釧路市
まちづくり基本条例
- ・統計でみる釧路市
- ・ジェンダー問題って何？
～男女平等参画社会とは～
- ・選挙出前講座なう！
- ・市議会をもっと
身近に感じてみませんか

全 10 講座

◆まちづくり編

- ・「釧路市都市計画
マスタープラン」について
- ・観光ホスピタリティ実践講座
- ・阿寒湖温泉と観光振興
紹介します！
「阿寒丹頂の里エリア」
- ・釧路市音別町って
どんなまち？

全 13 講座

◆生活・防災編

- ・マイナンバー制度について
- ・消費生活に役立つ情報
- ・生活習慣からはじめる
こころの健康づくり
- ・感染症の予防と備え
- ・自然災害から身を守るために
学んで安心
119火災予防教室

全 22 講座

◆産業・港湾空港編

- ・もっとくしろの地場産品！
地産地消をはじめましょう
- ・釧路市の農業
- ・富貴紙（ふきがみ）
作りを体験してみよう！
- ・釧路市の水産業
- ・釧路空港のはなし
- ・「知らない音色に出会いたい」
未来の釧路港

全 8 講座

◆福祉・環境編

- ・高齢者のための介護予防
～生活習慣病編～
- ・こどもと家庭の福祉
- ・エゾシカや
ヒグマについて知ろう
- ・釧路湿原のあゆみと釧路国際
ウエットランドセンターの
活動について

全 22 講座

◆教育編

- ・楽しい遊び再発見！
～親子遊びのアイディア～
- ・知っておきたい、
くしろの子育て情報
- ・なつかしの釧路
「昔・むかし」講座
- ・親子で楽しく読んでみよう
- ・スポーツをしよう！

全 22 講座

〒085-0016 釧路市錦町2丁目4番地 釧路フィッシャーマンズワーフMOO4階

釧路市教育委員会 生涯学習課 TEL 31-4579 / FAX 22-9096

Eメール sh-shougaiyakushuu@city.kushiro.lg.jp

ホームページ <http://www.city.kushiro.lg.jp> 《検索*まちづくり出前講座》



No.	講座メニュー	内 容	担当課
1	○ みんなで考えよう 釧路市まちづくり基本条例	「市民が主体のまちづくり」を実現するために、まちづくりを支える人たちの役割を明らかにし、基本的なルールを定めた「釧路市まちづくり基本条例」について説明します。	企画課 (企画係)
2	○ 統計でみる釧路市	国勢調査など各種統計調査の結果からみた、現在の市の姿について	企画課 (統計係)
3	○ 釧路市の移住・ 長期滞在事業について	「涼しくしるで避暑生活」等をキャッチフレーズに、長期滞在の受け入れを行っている市の取り組みについて	市民協働推進課
4	○ 釧路市の国際交流・ 多文化共生について	姉妹都市など海外都市との交流や、外国人が暮らしやすいまちづくりなど、市の現状、課題、取り組みについて	
5	○ よくわかる釧路市の 情報公開と個人情報保護	情報公開制度の概要、公文書の公開手続き、個人情報の保護などについて	
6	○ 男女平等参画・ 女性活躍ってなぜ必要？	男女平等参画について分かりやすい事例で解説し、今、なぜ女性活躍の推進が必要なのかをみなさんと考える講座です。	
7	○ ジェンダー問題って何？ ～男女平等参画社会とは～	家庭や地域など、身近な場面でのジェンダー問題について	財 政 課
8	○ わたしたちのまちの財政状況	市の財政状況について	
9	× 選挙出前講座なう！	選挙の仕組み、選挙の種類、投票・開票などについて ※意外と知らない選挙のお話をクイズやDVDなどで楽しく紹介します。選挙機材（投票箱など）の貸出も行います。	選挙管理委員会 事務局
10	○ 市議会をもっと 身近に感じてみませんか	市議会をより身近に感じられる情報について ※市議会議員は何をどう話し合っているのか、仕組みや運営方法などについて説明します。	議会事務局



No.	講座メニュー	内 容	担当課
11	○ 人口減少社会に おけるまちづくり	釧路市のまちづくりの方針である「釧路市まちづくり基本構想」や「第3期釧路市まち・ひと・しごと創生総合戦略」について説明します。	企画課 (企画係)
12	× 「釧路市都市計画 マスタープラン」について	釧路市の都市計画方針および本市が目指すコンパクトで持続可能なまちづくりについて ※平日10:00～17:00のみ実施	都市計画課 (都市計画係)
13	× みんなで考える 釧路らしい景観づくり	釧路市景観計画の概要および釧路らしい良好な景観づくりについて ※主に小中学生を対象とします ※平日10:00～17:00のみ実施	
14	○ 観光政策及び 釧路市の観光について	「釧路市観光振興ビジョン」を中心とした市の観光政策などについて	観光振興室
15	○ 観光ホスピタリティ実践講座	観光客にまた来ていただくための「ホスピタリティ（おもてなしの心）」について	
16	○ 阿寒湖温泉と観光振興	阿寒湖温泉地区におけるアドベンチャートラベルの推進やアイヌ文化を活用した観光施策の取り組みについて ※阿寒湖温泉地区以外で開催希望の場合、日程調整が必要。	阿寒観光振興課
17	○ みんなで考える公園づくり	身近にある公園がどのようにできるのか～公園づくりに関する全般について ※希望日の3週間前までに申し込み	公園緑地課
18	○ 道路ができるまで	市の道路整備が、計画から実施までにどのような手順で行われ、どのように作られるのかなどについて ※平日10:00～17:00のみ実施	道路河川課
19	○ 紹介します！ 「阿寒丹頂の里エリア」	道の駅阿寒丹頂の里クレインズテラスやサークルハウス赤いバレー、阿寒町自然休養村等が集まる「阿寒丹頂の里エリア」の各施設の機能や取り組みを紹介します。	阿寒町行政センター 地域振興課 (地域振興係)
20	○ 釧路市音別町ってどんなまち？	音別地域の歴史や地域の現況、特産品や景観などについてわかりやすく「まちの紹介」を行います。	音別町行政センター 地域振興課

No.		講座メニュー	内 容	担当課
21	○	水道事業の仕組み	水道事業を取り巻く環境や全国的な課題、水道事業の仕組みについて説明いたします。	上下水道部 経営企画課
22	○	「鉏路市水道管路更新基本計画」について	蛇口をひねればいつでも清潔で安全な水が出てきますが、水道の大切さ、鉏路市の水道管路の現状を含め、令和3年3月に策定した「鉏路市水道管路更新基本計画」についてわかりやすく説明いたします。 ※平日10:00～17:00のみ実施	上下水道部 水道整備課
23	×	鉏路川の水から水道水へ	水源（鉏路川）から各家庭の蛇口まで、安全安心な水道水がどのようにして作られるのか、おいしく飲むアドバイスと合わせて説明します。 また、完成を間近に控えた新愛国浄水場における浄水の仕組みなどについてもお話します。	上下水道部 水質管理課



生活・防災編



No.		講座メニュー	内 容	担当課
24	○	マイナンバー制度について	マイナンバー制度の概要について ※マイナンバーを利用した各種手続きについてもお話します。	情報システム課
25	×	鉏路市が取り組むDXについて	鉏路市が現在取り組んでいるDXに関する現状などを説明します。 ※平日のみ実施	
26	○	「市・道民税」について	所得控除や非課税制度について ※複雑な税の仕組みをわかりやすく説き明かします。 ※平日のみ実施（7月～1月のみ実施）	市民税課
27	○	知っていますか。固定資産税	難しいと思われがちな固定資産税に関する土地、家屋それぞれの制度について	資産税課 納 税 課
28	○	消費生活に役立つ情報	悪質商法の被害防止、消費生活で被害にあわないための情報について ※平日のみ実施	市民生活課
29	×	わかる 身につく 交通安全教室	交通事故の被害者・加害者にならないために、交通安全に関する講話や実技、ビデオ上映などを通じて、知識と意識の向上を図ります。 ※平日10:00～15:00のみ実施	
30	○	生活習慣からはじめる こころの健康づくり	こころの健康の不調を防ぐための、生活習慣の整え方のほか、家庭や職場などでの環境づくりについてお話します。 ※企業・事業所や、主に64歳以下で構成される集団 ※平日10:00～17:00のみ実施	健康推進課
31	○	感染症の予防と備え	インフルエンザなどの感染症を予防するため、日常でできることのポイントや、療養する際に必要な備え、ホームケアの方法について、また、予防接種とその健康被害救済制度についてお伝えします。 ※平日10:00～17:00のみ実施	
32	○	働く世代の 生活習慣病予防について	高血圧、糖尿病、がん、メタボリックシンドロームなどの生活習慣病予防全般についてお伝えします。 ※健診結果の活用方法もご説明できます。 ※企業・事業所や、主に64歳以下で構成される集団 ※平日10:00～17:00のみ実施	健康推進課
33	○	知っておきたいがん予防の話	日本人の死亡原因第1位はがんです。がんを予防するための生活のポイント、がん検診などについてお伝えします。 ※平日10:00～17:00のみ実施	
34	○	あなたの血圧、本当に大丈夫？ たかが血圧、されど血圧！！	鉏路市民が脳血管疾患で亡くなったり、介護を要したりする人が多いことをご存知ですか？ 今、その原因の一つである血圧に注目し、高血圧が体に及ぼす影響やメカニズム、自分の本当の血圧を見極める方法、家庭での血圧測定のコツ、高血圧から身を守る生活習慣改善について、受診のタイミングなどをお伝えします。 ※企業・事業所や、主に64歳以下で構成される集団 ※平日10:00～17:00のみ実施	健康推進課 阿寒町行政センター 保健福祉課
35	○	健診結果の見方・活かし方	健康診断の目的は、自分の体をよく知ることや身体からの危険信号をキャッチすることで、生活習慣病の予防や早期発見を行うことにあります。健診結果を読み解き、健康づくりに活かすためのポイントをお伝えします。 ※企業・事業所や、主に64歳以下で構成される集団 ※平日10:00～17:00のみ実施	音別町行政センター 保健福祉課
36	○	慢性腎臓病（CKD）について	慢性腎臓病（CKD）の患者さんは、成人の8人に1人いると考えられ、新たな国民病であるといわれています。CKDは末期腎不全や心血管疾患のリスクにつながると考えられており、また糖尿病、高血圧などの生活習慣病が背景にあることも多く、結果として人工透析開始にもつながる病気です。この病気の予防全般についてお伝えします。 ※平日10:00～17:00のみ実施	

No.		講座メニュー	内 容	担当課
37	○	特定健診結果の見方	特定健診結果の見方についてお伝えします。 ※（概ね）釧路市国保加入者 ※平日10：00～17：00のみ実施	国民健康保険課
38	○	みんなの国民健康保険	国民健康保険の制度や仕組みについてわかりやすくお伝えします。	
39	○	知っておきたい年金のはなし	20才の加入から年金受給までの国民年金の流れ、給付の種類、受給資格期間などについて	医療年金課
40	○	建築確認申請について	建物を建てる際の申請手続き、制限などについて ※建物を建てる時、どのような申請手続きが必要か分かりやすく説明します。また、地域によって建物の用途が制限されることや建築物の高さや面積の制限等についても併せて説明します。	建築指導課
41	○	住宅の耐震化について	地震防災対策としての住宅の耐震化の必要性和、耐震化への支援について説明します。	
42	○	自然災害から身を守るために	地震や津波などの自然災害に対する家庭での備えや市の防災対策について ※防災アンケートにご協力ください。	防災危機管理課
43	○	学んで安心119火災予防教室	火災から『命』を守るためのポイントについて説明します。 ①火災を出さないためのポイント ②119番通報・初期消火・避難要領 ③住宅用火災警報器の重要性 ※9：30～17：00のみ実施	消防本部 予防課
44	×	市民救急教室 （一般救急講習）	胸骨圧迫とAEDの使用法など救命知識と技術について ※ご希望に応じて講話・実技指導など、わかりやすく説明します。 ※平日10：00～15：00のみ実施 ※所要時間：60分程度（希望に応じて調整） ※講義にテキストを希望する場合は有料	消防本部 警防課
45	×	市民救急教室 （救命入門コース）	救命知識と技術などについて（救命入門コース） ※消防本部で毎月9のつく日に行われる普通救命講習（3時間コース）へ向けた入門講習です。 ※平日10：00～15：00のみ実施 ※所要時間：90分 ※希望により参加証発行（無料） ※小学校高学年（概ね10歳）以上の方	



産業・港湾空港編



No.		講座メニュー	内 容	担当課
46	×	地方卸売市場ってなあに？	地方卸売市場の役割、野菜・果物・花などの生産物が皆さんに届くまでの仕組みなどについて ※施設見学もできますが、現在、せりは行われていません。 ※平日9：00～17：00のみ実施 ※講座時間は最大60分	商業労政課
47	○	エネルギーとしての石炭あれこれ	石炭産業を取り巻く現状、地元の石炭を活用した火力発電事業について ※平日9：00～17：00のみ実施	産業推進室
48	○	もっとくしろの地場産品！ 地産地消をはじめましょう	地産地消の効果や地場産品について ※地場産品の魅力、域内循環の大切さについて、スライドを使って分かりやすく紹介します。 ※平日9：00～15：00のみ実施	
49	○	釧路市の農業	釧路市の農業の生産概況、特質などについて ※酪農、肉牛生産、野菜栽培など、おいしい農産物ができるまでの農家の仕事を理解していただくための講座です。	農林課
50	×	富貴紙（ふきがみ） 作りを体験してみよう！	音別の特産品「富貴紙」ができるまでの紹介や、自分だけのオリジナルハガキの手作り体験を行います。 ※必要な材料は受講者のご負担となりますので、事前準備等、詳細についてはご相談ください。 ※全年齢対象（小学生以下は保護者同伴） ※20名を超える場合は、応相談。 ※平日9：00～14：00のみ実施 ※材料代ひとり530円	音別町行政センター 地域振興課

No.		講座メニュー	内 容	担当課
51	○	釧路市の水産業	釧路で獲れる魚の旬を知り食べる「旬産旬消」を推奨する「ブライド釧魚」の紹介や、漁業の歴史、市内で生産される水産加工品の紹介、くじらのまちづくりなど、釧路市の水産業をわかりやすく説明します。	水産課
52	○	釧路空港のはなし	釧路空港の生い立ちや重要性、利用状況などについて	観光振興室 港湾空港課
53	○	「知らない音色に出会いたい」 未来の釧路港	釧路港の概要、歴史、港湾計画の基本的な考え方や内容などについて	港湾空港課

5

福祉・環境編



No.		講座メニュー	内 容	担当課
54	○	ナースへの道のり ～新しい3K「感謝」、 「感動」、「貢献」～	・複雑な看護師養成について ・更に専門性の高い看護師について ・カリキュラムの内容から講義・実習・演習の実際について ※本学院で実施する場合は、学内の見学も可能 ※主に小中高生を対象とするが、地域住民の興味のある方にも対応可能 ※平日9：00～18：00のみ実施	高等看護学院
55	○	知っていますか？「献血のこと」	輸血の歴史から現在の状況、今後献血はどうなるのか？等献血について詳しく解説します。 ※血液センター（釧路事業所）でも講座を行えます。血液の保管状況等見学が可能です。 ※平日10：00～17：00のみ実施	社会援護課 (福祉政策担当)
56	○	避難行動要支援者 避難支援事業について	災害時に自力での避難が困難な方々に対し、町内会を中心に地域の方々が連携して避難支援を実施する事業の概要、仕組みについて説明します。	
57	○	障がい児・者の 福祉サービスについて	身体障害者手帳、療育手帳（知的障がい）、精神障害者保健福祉手帳の制度や障害福祉サービス等について	障がい福祉課
58	○	障害者差別解消法 ～障がいへの理解を深めよう～	障害者差別解消法の概要、障がいへの理解、合理的配慮の具体例等について	
59	○	成年後見制度について	成年後見制度の概要や利用方法等について	
60	○	介護保険制度・高齢者 福祉サービスについて	介護保険制度の概要、保険料、介護保険サービスの種類や介護保険制度以外で市が独自に実施している高齢者福祉サービスについて	介護高齢課 (介護保険係) (高齢福祉係)
61	○	高齢者のための介護予防 ～運動から介護予防を 目指そう～	元気な時から介護予防に取り組む大切さや、一日の歩数の振り返りからご自身にあった歩数をお伝えします。また、運動の中でも手軽に取り組むことができるウォーキングを中心に、効果や歩き方についても学習します。 ※講座中に実際に歩くことは致しません。あらかじめご了承ください。 ※平日10：00～17：00のみ実施	
62	○	高齢者のための介護予防 ～食事からフレイルを防ごう～	フレイルは介護を必要とする前段階です。フレイルに早めに気づき、栄養面から予防のためのポイントをお伝えします。 ※平日10：00～17：00のみ実施	
63	○	高齢者のための介護予防 ～わかがえりレッスンを 体験してみよう～	高齢者が介護を必要とする状態を未然に防ぐ「介護予防」についてのお話と、釧路市介護予防プログラム「わかがえりレッスン」を体験できます。 ※動きやすい服装でお越しください。 ※オンライン受講可能ですが、対面での実施をおすすめします。 ※平日10：00～17：00のみ実施	介護高齢課 (高齢福祉係) 阿寒町行政センター 保健福祉課 音別町行政センター 保健福祉課
64	○	高齢者のための介護予防 ～生活習慣病編～	高齢者が介護を必要とする原因として、生活習慣病も関係が深いです。認知症の発症にも、糖尿病や高血圧症などが関係していることはご存じですか？予防のためのポイントをお伝えします。 ※平日10：00～17：00のみ実施	
65	○	知って安心！認知症	認知症を正しく理解し、偏見をもたずに認知症の人やその家族に対して暖かい支援ができる方法についてお話しいたします。 ※平日のみ実施	

No.		講座メニュー	内 容	担当課
66	○	生活困窮者の自立支援について	暮らしや仕事でお困りの方の相談業務を行っている釧路市生活相談支援センター（くらしごと）での、さまざまな支援について ※平日のみ実施	社会援護課 （福祉政策担当）
67	×	高齢者等に配慮した 公営住宅の設計について	高齢者等が安心して暮らせる市営住宅の設計について ※主に公営住宅入居希望者（特に高齢者等）を対象に、実際の図面などで説明します。	住宅課
68	○	こどもと家庭の福祉	子育てに関する各種手当や様々な支援サービス、児童虐待や配偶者暴力（DV）などの家庭問題について ※平日のみ実施	こども支援課
69	○	後期高齢者医療制度	後期高齢者制度の概要、保険料、医療給付の内容などについて	医療年金課
70	○	環境の話	ゼロカーボン、脱炭素に向けた再エネなどの取り組みや、気候変動といった地球規模の問題から、釧路の自然環境や公害問題など環境に関する様々な事柄についてお話しします。 ※平日9：00～17：00のみ実施	環境保全課 （環境管理係）
71	○	知っておきたい 「お墓」のあれこれ	お墓の承継や、墓じまいに関する事、お墓を移す改葬とはどういうことか。釧路市の墓地の状況を交えながら、お墓を持つ上で必要な基本知識をお話しします。 ※平日9：00～17：00のみ実施	環境保全課 （環境衛生係）
NEW 72	○	エゾシカやヒグマについて知ろう	エゾシカやヒグマの生態および痕跡の違い、ヒグマに遭遇しないための注意点を説明します。 ※11月～2月の冬季平日9：00～17：00のみ実施	環境保全課 （自然保護係）
NEW 73	○	釧路湿原のあゆみと釧路国際 ウェットランドセンターの活動について	釧路湿原の国立公園化やラムサール条約登録に至るまでのあゆみを振り返り、現在、釧路国際ウェットランドセンターを中心に行っている湿地保全活動を紹介します。 ※平日9：00～15：00のみ実施	
74	○	春採湖の特定外来生物について	春採湖に生息する特定外来生物ウチダザリガニについて	
75	○	ごみ減量とリサイクル	「ごみ減量とリサイクル」をテーマに、ごみや資源物の分別、リサイクル方法などについて	環境事業課

6

教育編



No.		講座メニュー	内 容	担当課
76	×	楽しい遊び再発見！ ～親子遊びのアイデア～	お子さんの年齢に合わせた遊び方やかかわり方、親子で楽しめる遊びの紹介、子育て中の困り事についてヒントになる情報をお伝えします。（1時間程度） ※未就学児を持つ親と子対象 ※平日10：00～16：00のみ実施	こども育成課 （子育て支援 拠点センター）
77	×	知っておきたい、 くしろの子育て情報	子育て中のご家庭に、子育て支援の制度や教育・保育施設、遊び場等、それぞれのニーズに合わせたお役立ち情報をお伝えします。（1時間程度） ※子育て中の方、子育て支援に携わる方、子ども同伴も可 ※平日10：00～16：00のみ実施	
78	○	健やか子育て講座	子どもの発達や生活リズム、生活習慣病予防など、子育て時期に知っておきたい情報についてお伝えします。 ※平日10：00～17：00のみ実施	健康推進課
79	○	知らないで損！ オトナのための保健体育	いま、プレコンセプションケアという考え方が注目されています。子どもを産む・産まないにかかわらず、未来のために男女ともに知っておきたい知識があります。望んだ時に、望んだ人生を選択できるよう、性の知識をアップデートしませんか？これから、その年代をむかえる若者の親世代にも知ってほしい内容です。 ※主に18歳以降の世代の方、専門学校、短大、大学、企業等を対象とします。	
80	○	こどもの成長を ほめて応援しましょう！ ～楽しく前向きな子育て～	未就学児の子育てについて、「ほめる」ことをベースにした関わり方やこどもの行動を応援する方法をお伝えします。（1時間程度） ※希望日の2か月前までに申し込み	児童発達支援 センター （地域支援相談係）
81	○	乳幼児期の手指と 触覚に働きかける玩具	こどもの発達に欠かせない粗大運動と微細運動の違いとポイントを説明します。また、発達に必要な手指の操作や感覚を刺激する玩具を紹介します。（1時間程度） ※希望日の2か月前までに申し込み	
82	×	家庭教育講座『ほわっと』 ～共に育てるくしろっ子～	くしろの子ども達の現状を踏まえ、子どもの望ましい生活・学習習慣づくりや子どもとの関わり方について ※「家庭教育ってどんなものなのか？」について、一緒に学びを深める講座を行います。 ※平日9：00～17：00のみ実施	学校指導課

No.		講座メニュー	内 容	担当課
83	×	学校給食を知ろう	学校給食の目的、給食センターでの大量調理の様子などについて ※施設見学や試食もできます。 ※試食する場合は9：30（10：00）～11：30で実施	学校教育課 （給食係）
84	×	なつかしの釧路 「昔・むかし」講座	釧路の昔の町並み写真を見ながら、簡単に釧路の歴史を振り返ります。 ※平日10：00～15：00のみ実施	生涯学習課 （生涯学習係）
85	×	展覧会あれ、これ ～美術館情報～	国内外の優れた作品を紹介する「特別展」、所蔵作品を中心とする「コレクション展」などの展覧会情報について ※平日10：00～16：00のみ実施（休館日を除く）	生涯学習課 （美術館係）
86	×	移動天文車「カシオペア号」で 夜空を楽しもう！	移動天文車「カシオペア号」での天体観測会！ ※季節の星座や天体を大型望遠鏡で観察し、専門スタッフが解説します。（1時間程度） ※希望日の2ヶ月前までに日時調整と予約が必要です。 ※ご希望の日程にならない場合がございます。いくつかの候補日を予めお考えください。 ※夜間のみ実施（季節により開始可能な時刻が変わります。夏季20：00～ 冬季18：30～） ※雨天・曇天は中止・延期、またはミニプラネタリウム等応相談	生涯学習課 （こども遊学館）
87	×	ボランティア活動を通じて こども遊学館を体験しよう！	こども遊学館の施設紹介と「遊学館ボランティア」の活動体験など ※18歳以上が対象 ※10：00～16：00（休館日除く）で実施	
NEW 88	×	施設の本棚アドバイスします	利用者の増加に向けた改善、ポイント等、施設にある本棚をより良いものにするために、現地に行き、アドバイス致します（希望日1か月前までに日時調整が必要です。図書館へお問合せ下さい。） ※本棚を設置している施設等（個人宅不可） ※（毎週月曜と毎月最終金曜の休館日除く）	
89	×	図書館探訪 ～来て・見て・触れて、 感じる図書館～	施設見学を通して、釧路市中央図書館の施設や機能について説明し、皆さんの図書館ライフの後押しをいたします。 ※見学内容につきましては目的に応じて事前にご相談ください。 ※希望日の1ヶ月前までに日時調整と予約が必要です。図書館へお問い合わせください。 ※10：00～15：00（毎週月曜と毎月最終金曜の休館日除く）で実施	生涯学習課 （図 書 館）
90	×	親子で楽しく読んでみよう	赤ちゃんから大人まで ～楽しく読める本の紹介や読み聞かせについて～ ※年代に合わせた本の選び方、楽しい本との付き合い方などをアドバイスします。（毎週月曜と毎月最終金曜の休館日除く） ※希望日の1ヶ月前までに日時調整と予約が必要です。図書館へお問い合わせください。	
91	×	やってみよう！ ブックコートと本の補修	本を保護するためのフィルムの貼り方、簡単な本の補修方法について ※必要な材料は受講者のご負担となりますので、事前準備等、詳細についてはご相談ください。（毎週月曜と毎月最終金曜の休館日除く） ※希望日の1ヶ月前までに日時調整と予約が必要です。図書館へお問い合わせください。	
92	○	マリモのはなし	特別天然記念物「阿寒湖のマリモ」の不思議な生態についてお話しします。 ※希望日の2か月前までに申し込み ※月～金曜日の10：00～15：00の間で実施	阿寒教育事務所 マリモ研究室
93	×	スポーツをしよう！	子どもからお年寄りまで誰でも行えるスポーツを気軽に体験することができます。 例）ストレッチ等の体をほぐす運動、モルック、ボッチャ、フロアカーリング等の軽スポーツなど ※体験内容は講師と要相談	スポーツ課
94	○	博物館で知ろう 釧路の自然といきもの	釧路の多様な自然といきものについて、各分野（植物・昆虫・魚類両生類・鳥類ほ乳類）の担当学芸員が分かりやすくお話しします。（ご希望のテーマをお聞かせください） ※9：30～16：30（休館日除く）で実施	博 物 館
95	○	博物館で知ろう 釧路の歴史と文化	石器や土器、近世・近代のくらしやまちなみ、産業や鉄道の歴史、アイヌ文化などについて、各分野の担当学芸員が分かりやすくお話しします。（ご希望のテーマをお聞かせください） ※9：30～16：30（休館日除く）で実施	
96	○	動物園のお仕事	飼育係のお仕事や動物園の裏側のお仕事など（40分程度） ※月～金曜日の10：00～16：30で実施	動 物 園
97	○	タンチョウ学び隊	タンチョウの生態のおはなし、かみしばいやエサゲームなど ※10：00～16：30で実施、曜日については応相談	

「出前」お届けまでの流れ

- 1 受けたい講座を選んで、受講申込書に必要事項を記入
※申込書は、教育委員会・市役所 1 F 市政情報コーナーなどで配布しているほか、
釧路市役所のホームページ（生涯学習・文化・スポーツ）生涯学習・文化芸術・
生涯学習）まちづくり出前講座）からもダウンロードできます。
- 2 決定希望日の2週間前までに、郵送・FAXなどで生涯学習課へ提出
※複数の日程が選択可能な場合は、第2希望の日時をご記入ください。
※提出期限が異なる講座などもございますので、各講座の内容をご確認ください。
- 3 生涯学習課が担当課と日程調整・申請者へ実施決定を通知
※担当課の業務の関係上、希望日に実施できない場合もあります。
その際は申請者へ連絡し、再度、日程調整等を行います。
※決定まで日数を要する場合がありますので、ご了承ください。
- 4 講座担当課と内容等打ち合わせ
- 5 職員派遣、出前講座開講

◆対象者

市内に在住、在学、在勤している方で、
原則10人以上で構成された団体。
（9人以下の場合は要相談）
※団体メンバーの学習会・研修会が対象です。

◆受講料

無料（謝礼等も不要）です。
なお、講座によっては、材料等を事前に
用意していただく場合があります。

◆講師派遣場所

開催場所は市内に限ります。
※市外で開催する場合は、出前講座はご利用いた
だけませんので、直接、担当課へご相談ください。

◆開催日時

平日の午前9時から午後9時までの時間帯
で2時間以内（講座によっては、対応時刻
に制限あり（午前10～午後3時など））。

※土日祝日の開催を希望される場合は、
事前にご相談ください。担当課の業務上都
合により、やむを得ず日程の変更をさせて
いただく場合があります。

※美術館、博物館等の施設で開催する場
合は、休館日および開催時間をご確認くだ
さい。

※市議会開催中（6・9・12・3月）は、
職員派遣が難しい日時もございますので、
予めご了承ください。

注 意 事 項

- ・施設見学や現地案内などを伴う講座の場合、移動手段などは申込者が準備してください。
- ・政治や宗教活動、また営利目的などの集会のための講座申込はご遠慮ください。
開催前にそれらが判明した場合は、講座を中止する場合があります。
- ・申し込みをいただいても、業務の都合などによりご希望に添いかねる場合もあります。
- ・受講決定後の講座内容の打合せは、直接、申込者と講座担当課とで行っていただきます。

〒085-0016 釧路市錦町2丁目4番地 釧路フィッシャーマンズフーフMOO4階

釧路市教育委員会 生涯学習課 TEL 31-4579 / FAX 22-9096

Eメール sh-shougaigakushuu@city.kushiro.lg.jp

ホームページ http://www.city.kushiro.lg.jp 《検索*まちづくり出前講座》

