

～日光市生涯学習出前講座～

ひかりの郷にっこう 出前講座

🍀 令和7年度版 メニューご案内 🍀



☆総合的な学習の時間に



☆サークルやグループの勉強会に



☆自治会・各団体等の研修に
☆PTA・育成会の研修に

ひかりの郷さとにっこう出前講座とは

この講座は、市や関係機関の職員、市民講師が皆さんの元へ出向いて、市の事業や、各種制度についてわかりやすく説明を行います。

楽しく、気軽に学び合うことができる学習機会を提供することで市民の皆さんと行政がお互いに学び合いながら、生涯学習のまちづくりを進めることを目的としています。

多岐にわたるメニューをご用意していますので、自治会、グループ、サークルなど団体での勉強会や、会社の研修会などにお気軽にご活用ください。

～ひかりの郷さと～

日光国立公園の豊かな自然に降りそそぐ太陽の恵みのひかり、これまでの今市・日光・藤原・足尾・栗山地域で培ってきた産業のひかり、すべての人々に幸せをもたらす福祉のひかり、未来に向かって一人ひとりの個性が輝きを放つひかりのまちをあらわします。

日光市中央公民館

令和7年度ひかりの郷にっこう出前講座一覧

行政版Ⅰ 【講師】市役所・関係機関、【対象】一般・学校

No.	講座名	担当課・関係機関	時間 (分)	講座の内容
1	日光市総合計画について	総合政策課 政策調整係	60	講 話
2	日光市まちづくり基本条例ってな～に？ ～心を感じる市民自治のまちを目指して～	総合政策課 政策調整係	60	講 話
3	日光市まち・ひと・しごと創生総合戦略	総合政策課 政策調整係	40	講話・話し合い 資料活用
4	日光市のデジタル化の推進について	デジタル戦略課 DX推進係	60	講話・資料活用
5	社会保障・税番号制度（マイナンバー制度） について	デジタル戦略課 DX推進係	60	講話・資料活用
6	【新】スマートフォン講座（基礎講座）	デジタル戦略課 DX推進係	60	講話・資料活用
7	【新】スマートフォン講座（応用講座）	デジタル戦略課 DX推進係	60	講話・資料活用
8	【新】スマートフォン講座（その他講座）	デジタル戦略課 DX推進係	60	講話・資料活用
9	いざというときのために！ ～あなたの地域の災害対策～	総務課 防災対策係	60	講 話
10	統計から見る日光市	総務課 統計係	60	講 話
11	わたし達と人権	総務課 人権・男女共同参画推進係	60	ビデオ視聴及び フリートーキング
12	LGBTQってなんだろう？ ～性の多様性を学びましょう～	総務課 人権・男女共同参画推進係	60	講話・DVD視聴
13	女性の活躍進んでな～に？ ～働く女性を応援しよう！～	総務課 人権・男女共同参画推進係	60	講話・資料活用
14	今年の予算 こうなりました	財政課 財政係	60	講話・資料活用 (5月～11月)
15	決算から見た日光市の姿	財政課 財政係	60	講話・資料活用 (8月～11月)
16	長期財政収支の見通しと財政運営	財政課 財政係	60	講話・資料活用 (5月～11月)
17	日光ハコモノがたり ～次の世代の負担を減らす適正な公共施設を目指して～	資産経営課 公共施設マネジメント係	60	講話・資料活用
18	私たちの市税	税務課 市民税係	60	講話・資料活用(9月～12月)
19	協働のまちづくりのおはなし	地域振興課 市民協働推進係	40	講 話
20	賢い消費者になるために ～悪質商法から身を守るために～	生活安全課 暮らし安心係	60	講話・資料活用
21	交通事故を起こさないために ～我が身を守る交通安全対策～	生活安全課 生活環境係	45	講話・DVD視聴 資料活用
22	【新】防犯対策のススメ！ ～身近な犯罪から身を守るために～	生活安全課 生活環境係	45	講話・DVD視聴 資料活用
23	日光市環境基本計画について	環境森林課 自然環境係	50	講 話
24	日光市の脱炭素に向けた取り組みについて	環境森林課 気候変動対策係	40	講 話
25	国民健康保険ってな～に？ ～大きな安心、よりよい医療～	保険年金課 資格管理係	60	講 話
26	後期高齢者医療制度ってな～に？ ～安心をささえる医療制度～	保険年金課 資格管理係	60	講 話
27	ごみの減量とリサイクル	資源循環推進課 資源循環推進係	60	講 話
28	日光市クリーンセンター施設見学 ～ごみの行き先を知ろう～	資源循環推進課 廃棄物施設係	60	施設見学・映像視聴
29	第3期日光市地域福祉計画・域福祉活動計画 について	社会福祉課 地域共生係	40	講話・資料活用
30	避難行動要支援者支援について	社会福祉課 社会福祉係	40	講話・資料活用

No.	講座名	担当課・関係機関	時間 (分)	講座の内容
31	障害者差別解消法ってな～に？	社会福祉課 障がい福祉係	40	講 話
32	手話を体験してみませんか？ ～日光市手話言語条例を制定しました～	社会福祉課 障がい福祉係	60	実技・講話
33	生活困窮者自立支援制度について	社会福祉課 生活保護係	40	講話・資料活用
34	日光市における高齢者福祉について	高齢福祉課 高齢福祉係	40	講話・資料活用
35	知って安心！介護保険	高齢福祉課 介護サービス係	60	講話・資料活用
36	認知症サポーター養成講座 ～認知症を学び、地域で支えよう～	高齢福祉課 地域包括支援センター	90	講話・DVD視聴
37	介護予防に取り組もう！ ～元気な今こそチャンスです！～	高齢福祉課 地域包括支援センター	60～90	講話・実践
38	「なじみある地域で元気に過ごす」 ～日光市の地域包括ケアシステムを学ぶ～	高齢福祉課 地域包括支援センター	45	講話・グループワーク
39	効果がでる！「日光ちよきんアップ体操」 ～体操の効果が実感できます！ みなさんと健康づくり・仲間づくりははじめませんか？～	高齢福祉課 地域包括支援センター	60	講話・実践
40	人生会議をはじめましょう！～あなたの 望む生き方と人生のしまい方を考える～	高齢福祉課 地域包括支援センター	60	講話・話し合い DVD視聴
41	DV（デートDV）ってどんなこと？ ～あなたの大切な方が被害者・加害者にならないために～	子ども家庭支援課 子ども家庭係	60	映像視聴・講話
42	日光市子ども・子育て支援施策について	子ども家庭支援課 子ども家庭係	40	講 話
43	ヤングケアラーを知っていますか？	子ども家庭支援課 子ども家庭係	40	講 話
44	地域子育て支援とは	保育課 地域子育て支援センター	40	講話・話し合い
45	今日から始める健康ライフ ～ココロとカラダ 元気に保つために～	健康課 保健指導班	60～90	講話・体操 ゲームなど
46	バランスよく食べて生活習慣病を予防しよう	健康課 保健指導班	45～60	講話・グループワーク
47	バランスよく食べて楽しくクッキング	健康課 保健指導班	150～180	講話・調理実習 (材料費500円)
48	日光市の観光の概要	観光課 観光交流推進係	40	講 話
49	日光市の商工業振興について	商工課 商業係・工業係	45	講話・資料活用
50	日光の農畜産物	農政課 農政係	70	講話・話し合い
51	日光市の景観について ～景観計画・屋外広告物・街なみ形成ガイドライン～	都市計画課 都市計画係	50	講 話
52	開発許可制度のあらまし	都市計画課 都市計画係	60	講 話
53	身近な公共交通機関について ～市営バス・デマンドバス・わたらせ渓谷鐵道・野岩鐵道～	都市計画課 交通政策係	45	講 話
54	地震に備えて ～木造住宅の耐震化のすすめ～	建築住宅課 建築指導係	60	講話・資料活用
55	公共下水道の話 ～始まる前にここが知りたい！～	下水道課 下水道施設係	60	講 話
56	この子にどうかかわったらいいの？ ～不登校・非行・親子関係～	学校教育課 教育指導係	90	講話・話し合い
57	地域元気プログラム ～課題解決をとおしてつながりづくりを～	生涯学習課 生涯学習係	60～120	参加型学習
58	人権ワークショップ ～ふれあい・コミュニケーション編～	生涯学習課 生涯学習係	80	ワークショップ
59	図書館に来てみませんか	図書館指定管理者	60	説 明
60	美術館で味わう小杉放菴の世界	(公財)小杉放菴記念 日光美術館	80	作品鑑賞 (美術館で実施・一部入館料要)
61	絵画を楽しむはじめての一步 ～美術館で絵画鑑賞～	(公財)小杉放菴記念 日光美術館	60	作品鑑賞 (美術館で実施・一部入館料要)

行政版Ⅰ 【講師】市役所・関係機関、【対象】一般・学校

(つづき)

No.	講座名	担当課・関係機関	時間(分)	講座の内容
62	世界遺産「日光の社寺」 ～神と仏の出会い～	文化財課 世界遺産推進係	50	講 話
63	学んでみませんか！足尾銅山の近代化産業遺産	文化財課 世界遺産推進係	50	講 話
64	歴史民俗資料館・二宮尊徳記念館で学ぶ ～展示の解説～	文化財課 歴史民俗資料館	45	展示解説
65	学んでみませんか「日光杉並木の歴史」	文化財課 歴史民俗資料館	40	講 話
66	二宮金次郎と日光領の報徳仕法	文化財課 歴史民俗資料館	40	講 話
67	ニュースポーツをやってみよう	スポーツ振興課 業務係	90	実 技 (ボッチャ・ユニカール・バツ ゴー、他いろいろ)
68	わかりやすい議会のしくみ	議事課 議事係	60	講 話
69	選挙のしくみ ～私たちのくらしの中で～	選挙管理委員会事務局 選挙係	45	講 話
70	農地転用許可制度と農地の貸し借りについて ～農地法のしくみをやさしく勉強しませんか～	農業委員会事務局 農地振興係	60	講 話
71	普通救命講習 ～大切な人が倒れたとき、あなたが出来ること～	今市・日光・藤原消防署	180	AED・胸骨圧迫・止血法・感染防止 ※消防庁推奨の講義として終了証を発行 します。
72	救命入門コース ～大切な命を救うための応急手当～	今市・日光・藤原消防署	90	AED・胸骨圧迫
73	生涯現役！シルバー人材センター	公益社団法人 日光市シルバー人材センター	60	DVD視聴・資料説明
74	地域・・・ささえあいのために！ ～社会福祉協議会ってなあに～	社会福祉協議会 地域支援係	50	講話・話し合い
75	あなたにもできる！災害ボランティア	社会福祉協議会 地域支援係	60	講話・話し合い
76	家庭における食中毒予防 ～身近な食品衛生～	栃木県今市健康福祉センター 保健衛生課	50	講 話
77	あなたのこころはお元気ですか？ ～「ゲートキーパー」ってなあに？～	栃木県今市健康福祉センター 保健衛生課	50	講 話
78	成功するための創業ノウハウ	日光商工会議所 経営支援課	40	講 話
79	交通事故0（ゼロ）を目指して	今市警察署 交通課	30～60	講話・ビデオ視聴
80	試してみよう 人と仲良くする秘訣 ～ゲームをとおして人間関係を育む～	(一社)日光青年会議所	70	簡単なゲーム 話し合い
81	税金の基礎知識	鹿沼税務署 総務課	60	講話・ビデオ
82	消費税の基礎知識	鹿沼税務署 法人課税部門	60	講 話
83	マイホームと税	鹿沼税務署 個人課税部門	60	講 話
84	高齢者と税の基礎知識	鹿沼税務署 個人課税部門	60	講 話
85	相続税の基礎知識	鹿沼税務署 資産課税部門	60	講 話
86	栃木県の気象と災害及び気象情報の利活用	宇都宮地方気象台 防災担当	60	講話・資料活用 ※平日昼間のみ
87	地震・火山と防災	宇都宮地方気象台 防災担当	60	講話・資料活用 ※平日昼間のみ
88	地球温暖化	宇都宮地方気象台 防災担当	60	講話・資料活用 ※平日昼間のみ
89	日光の土砂災害 ～土砂災害から身を守る行動～	国土交通省 日光砂防事務所	60	講話・映像視聴
90	ご存知ですか？自筆証書遺言書保管制度 ～法務局に自分で書いた遺言書を預ける制度です～	宇都宮地方法務局 日光支局	60	講 話
91	ご存知ですか？土地や建物の相続登記手続き	宇都宮地方法務局 日光支局	60	講 話
92	汚れた水はどうやってきれいになるの	(公財)とちぎ建設技術センター 鬼怒川上流浄化センター	60～90	ビデオ視聴・実験

市民講師版 【対象】一般・学校

No.	講座名	講師	時間(分)	講座の内容	対象	開催可能日
101	伝統料理、地産地消メニューを楽しもう！	日光市農村生活研究グループ協議会(農政課)	120	調理体験 (材料費～1,000円)	全般	平日 昼間
102	地球温暖化の現状と対策《中級》	小田 清 (地球温暖化防止活動推進員)	60～90	パワーポイント クイズ形式など	一般 小中高生	応相談
103	認め合い支えあう社会を目指して ～男女共同参画をみんなで話そう～	男女共同参画「あすなろ」 (栃木県男女共同参画地域推進員日光市連絡会)	60	朗読劇及び 講話・話し合い	一般	
104	みんなで楽しく レクリエーション	日光市レクリエーション協会	60～90	実 技	全般	
105	足尾地域の歴史・文化・環境	山田 功	応相談	講話 フィールドワーク (交通費実費)	一般 小中高生	
106	子どもの自信とやる気を引き出す関わり方 ～勇気づける～	羽瀬 廣 (公認心理師 アドラーカウセラー)	60～120	講話 グループワーク	一般 (子育て世代)	
107	子どもの困った行動にどう向き合うか ～不適切な行動の四つの目標～	羽瀬 廣 (公認心理師 アドラーカウセラー)	60～120	講話 グループワーク	一般 (子育て世代)	
108	アドラー心理学による勇気づけ ～メンタルヘルス・セルフケア～	羽瀬 廣 (公認心理師 アドラーカウセラー)	60～120	講話 グループワーク	一般	
109	【新】自らの力で人生を切り拓こう！ ～アドラー心理学による勇気づけ～	羽瀬 廣 (公認心理師 アドラーカウセラー)	60～120	講話 グループワーク	一般	
110	二宮金次郎すごろくで あなたの人生と未来を学ぼう	日光尊徳さきり	40～60	ゲーム 講話・見学	一般 小中高生	
111	カシコイ消費者になるために ～サギから身を守るために～	消費者ネットワークNIKKO (生活安全課 くらし安心係)	30～45	寸劇・紙しばい 講話等	一般	
112	民話の語り	日光語りべの会	30～60	昔話 日光の伝説等の語り	一般 小中学生	
113	仲間づくりゲーム	白石 光人	60～90	体験型(室内)	小中学生 35名以内	
114	自然と触れ合うゲーム	白石 光人	60～90	体験型 (屋外、雨天時は室内)	小中学生 35名以内	
115	かんたん挑戦ゲーム	白石 光人	60～90	体験型(室内)	小中学生 35名以内	
116	木の実の工作	白石 光人	60～90	木の実を使用した工作 (材料費負担あり 100円程度)	小中学生 35名以内	
117	むかしのあそび体験 (けん玉、お手玉、こま、めんこ、おはじき)	白石 光人	60～90	体験型(室内)	小学生 35名以内	
118	心臓病予防のための運動教室	石川 恭平 (理学療法士)	60	講 義 実 技	一般	

～★～市民講師を募集しています～★～

日光市では、出前講座の講師として活躍して下さる「市民講師」を募集しています。

これまで培ってきた知識やスキルを、市民のために活かしてみませんか。

○対 象：市内に在住または在勤する20歳以上の方、及び市内で活動している団体やグループ

○テーマ：自然、歴史、趣味、食文化、医療、福祉、教育など

○その他：講師としての報酬はありません。
※特定の政治や宗教、営利に関わるものはできません。

○お申込とお問合せ：中央公民館 公民館係
TEL 0288-22-6211
FAX 0288-22-8798

行政版Ⅱ 【対象】学校

No.	講座名	担当課・関係機関	時間 (分)	講座の内容
201	日光市の未来を考える ～日光市まち・ひと・しごと創生総合戦略～	総合政策課 政策調整係	40	中学生・高校生
202	日光隠れすぎ遺産を探そう！ ～NEW DAY, NEW LIGHT. 光あふれる日光市を再発見～	秘書広報課 シティプロモーション係	40	小・中学生 総合的学習の時間
203	地域づくりってなんだろう！ ～自分たちにもできる！地域づくりとまちづくり～	地域振興課 地域政策係	40～50	中学生・高校生
204	地球温暖化について考えよう	環境森林課 気候変動対策係	40	小学5～中学3年 総合的な学習の時間
205	ごみの減量（げんりょう）&リサイクル	資源循環推進課 資源循環推進係	45	小学3～6年 総合学習 小学4年 社会科・小学5 家庭科
206	ごみのゆくえを追え！ （日光市クリーンセンターに行つて）	資源循環推進課 廃棄物施設係	60～90	小学3～6年 総合学習 小学4年 社会科・小学5年 家庭科
207	手話を学ぼう	社会福祉課 障がい福祉係	40	小学3～6年 総合的な学習の時間
208	認知症ってな～に ～小中学生向け 認知症サポーター養成講座～	高齢福祉課 地域包括支援センター	45	小学3～中学3年 総合的な学習の時間
209	食事は元気のもと	健康課 保健指導班	40	小・中学生（原則クラス単位） 総合的な学習の時間
210	出前授業Ⅰ「出会いの美術」	(公財)小杉放菴記念 日光美術館	45	小学生 図画工作 中学生 美術科 ※教員・保護者対象あり
211	出前授業Ⅱ「小杉放菴との出会い」	(公財)小杉放菴記念 日光美術館	45	小学生 図画工作 中学生 美術科 ※教員・保護者対象あり
212	図書館ってどんなところ？ （図書館に行つて）	図書館指定管理者	40	小学2・3年 社会科
213	わかりやすい議会	議事課 議事係	40	小学6年 社会科
214	選挙のしくみ	選挙管理委員会事務局 選挙係	45	中学3年 社会科
215	地域の味方「消防団」	消防本部 総務課	40	小学3年 社会科
216	ジュニア救命士講習 ～倒れている人へ、私たちの勇気100%！～	消防本部 警防課 今市・日光・藤原消防署	45	小学5・6年生 総合的な学習の時間
217	土石流から身を守る行動 －映像と模型で見る土石流と施設効果－	国土交通省 日光砂防事務所	45	小学生 講話・映像視聴・模型実験
218	検察官の仕事と刑事事件の流れ	宇都宮地方検察庁 検察広報官	40～60	中学生・高校生 総合的な学習の時間

日光市生涯学習出前講座受講申込書

令和 年 月 日

日光市教育委員会 教育長 様

団体（グループ）名

郵便番号

住 所

代表者氏名

連絡先 電 話：

F A X：

担当者名

「ひかりの郷にっこう出前講座」を受講したいので、次のとおり申し込みます。

希望講座No.	No.	希望講座名	
希望日時	第1希望	令和 年 月 日 () 時 分～ 時 分	
	第2希望	令和 年 月 日 () 時 分～ 時 分	
	第3希望	令和 年 月 日 () 時 分～ 時 分	
開催場所	(所在地: 電話番号:)		
参加予定 人数	人 (男 人、女 人) 主な対象 (年令層等)		
開催目的			
備考	特にお聞きになりたいことなどがありましたら、ご記入ください。		
申込受付	公民館		

- ⑥ 1. 必要事項をご記入の上、直接持参、郵送、F A X等で希望日時の20日前までにお申込ください。
2. この講座は、学習機会を提供するものであり、要望や苦情、交渉をする場ではありませんので、趣旨をご理解の上、お申込ください。
3. 政治・宗教活動または営利活動を目的とする場合、実施できませんのでご了承ください。
4. 担当課の業務や講師の都合または他の団体の申込状況等の関係で、開催日時のご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。また、事前に、担当する講師と直接、日時や内容等の確認や、調整をしていただいてもかまいません。

出前講座のしくみ

☆申込できる方は？

市内に在住・在勤・在学し、原則として10人以上で構成された団体・グループです。

☆開催場所は？

日光市内に限ります。自治公民館や会社など会場は申込者が用意ください。

また、当日の準備、進行は申込者がおこなってください。

☆開催時間は？

原則、午前9時～午後9時です。

☆講師料は？

無料です。ただし、講座で使用する教材費や材料費等を負担いただくことがあります。

☆お願い

この講座は、日ごろ市や関係機関、市民講師が行っているさまざまな仕事の内容や専門知識、担当職員などが、「学習講座」という形で「出前」（お届け）し、みなさんの学習のお手伝いをするものです。行政などに対する学習の場ですので、講座の中での質問や意見交換は歓迎しますが、苦情・要望などをお聴きする場ではないことをご理解ください。

また、特定の政治・宗教、営利活動を目的とした場合には、ご利用できません。

講座開催までの流れ

① 開催の計画

メニューの中から受講する講座、希望日時（予備日を含めて3日程度）を決めてください。なお、担当講師の業務の都合や、講座の申込が集中した場合、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

また、消防本部実施の講座は、担当部署と直接「日時」や「内容等」を調整してください。

↓

② 申込

講座開催希望日、または調整済み日程の 2カ月から20日前までに、所定の申込書でお申込ください。

↓

③ 講座開催の決定

講座の担当講師と日程を調整し、開催決定通知書を交付いたします。

その後、講座の担当課等と当日の進め方など打合せください。

↓

④ 講座開催

当日の会場の準備や、講座の進行は申込者が行ってください。

※災害発生時などの緊急のときは、講座をお受けできない場合や、お受けした講座を中止させていただくことがあります。

お申込・お問い合わせ先

中央（今市）公民館	☎22-6211	FAX	22-8798
落合公民館	☎27-1111	日光公民館	☎53-3700
豊岡公民館	☎21-8216	藤原公民館	☎76-1200
大沢公民館	☎26-1975	足尾公民館	☎93-3322
小林公民館	☎26-8117	栗山公民館	☎97-1139