

87講座

ハロー市役所 元気講座



最新情報は市ホームページを確認ください

市民主催の学習会などに市職員が出向き、身近な暮らしのことから市政のことまで学べる講座を行います。

● 申込方法 団体・グループの代表者が、実施予定日の1カ月前までに

● 対象 原則として市内に在住、在勤、在学するおおむね10人以上の団体やグループ

● 会場 受講者が準備。会場使用料は受講者負担

※各地区公民館、コミュニティセンタ―、教育集会所は無料（冷暖房費は負担）

● 時間 9時～21時の間で、30分～120分以内

※祝日、年末年始を除く。業務の都合などで、希望日時に開講できない場合があります

● 受講料 無料

※材料費など必要な場合あり

● 申込方法 原則、実施予定日の1カ月前までに申込書を各講座の担当課へ提出

● その他 この講座は、苦情や陳情を受け付ける場ではありません

56講座

ハロー 元気講座



最新情報は市ホームページを確認ください

企業や団体、その他公共機関などに勤める人が講師となり、市民主催の学習会などに出向き、講座や実習を行います。

● 申込方法 団体・グループの代表者が、実施予定日の1カ月前までに

● 対象 原則として市内に在住、在勤、在学するおおむね10人以上の団体やグループ

● 会場 受講者が準備。会場使用料は受講者負担

※各地区公民館、コミュニティセンタ―、教育集会所は無料（冷暖房費は負担）

● 受講料 無料

※材料費など必要な場合あり

● 申込方法 団体・グループの代表者が、実施予定日の1カ月前までに

● 対象 原則として市内に在住、在勤、在学するおおむね10人以上の団体やグループ

区分	講座名	実施団体
「施設見学」に出かけよう	シールはこうして作られる	㈱サニー・シーリング
	タイヤができるまで	住友ゴム工業㈱宮崎工場
	原料から都市ガスができるまで	宮崎ガス㈱都城支店
「お金・社会」について考えてみよう	国民年金制度のしくみ	日本年金機構 都城年金事務所
	金融トラブルに巻き込まれないために	九州財務局 宮崎財務事務所
	多重債務に陥らないために	
	知っておきたいお金の話	
	今の景気は良いの？悪いの？	
	国の財政はどうなっているの？	
	知っていますか？身近な国有財産	FP アライヴサービス
	最近の金融行政	
	国内企業の技術などを守る取組	
	保険の選び方、見直し方（基礎編）	
	住宅購入のための資金計画（基礎編）	九州労働金庫都城支店
	いろいろなお金の運用方法（基礎編）	
	マネートラブルにかつ！	
	老後の暮らしとお金のセミナー	都城ファイナンシャル・プランナー協会
	iDeCoと新NISAの基礎知識	
	新社会人のためのマナー＆ライフプラン	野村證券㈱宮崎支店
	知って得するお金の話	
「生活」を豊かにする知識を身に付けよう	省エネにチャレンジ!! 得する電気の使い方	九電ネクスト㈱都城営業所
	身近なくらしの法律知識	宮崎地方方法務局都城支局
	転ばぬ先の杖（遺言、任意後見契約、尊厳死）	都城公証人役場
	誰でも分かる「ご葬儀のお話」	㈱メモリード宮崎 都城メモリードホール
	成年後見・遺言など	（一社）テミス総合支援センター
	家族信託、遺産相続	立野司法行政書士事務所
	相続と贈与	都城ファイナンシャル・プランナー協会
	富松良夫の生涯とその作品	富松良夫顕彰会

申込書を生涯学習課に提出

● その他 この講座は、企業や団体、その他公共機関の仕事について話をするもので、苦情や陳情を受け付ける場ではありません。また、講師と受講者それぞれの責任で開催されますので、作業を伴う場合は保険への加入をお勧めします

企業などの担当者の皆さんへ

市民に広く魅力を知ってもらうために、自らの活動を紹介する講座を開いてみませんか。

区分	講座名	実施団体
「技術・体験」から学んでみよう	初級ガーデニング教室	南榮工業㈱ サンパーク都城店
	アートフラワーアレンジメント教室	
	プリザーブドフラワーアレンジメント教室	南九州大学園芸福祉研究室
	ガーデニング教室	
	苔玉づくり体験	都城造園協同組合
	未来のために～どんぐり1000年の森づくり～	NPO 法人どんぐり1000年の森をつくる会
	はじめての陶芸	陶芸工房「幸の陶」
	時短・使いやすさ・おいしさを体験!! I H料理講座	九電ネクスト㈱都城営業所
	高齢者体験	都城医療センター附属看護学校
	妊婦体験・赤ちゃん抱っこ	
	看護師の仕事	
	“めざせ手洗い名人”～正しい手洗いにチャレンジ～	
	家庭の看護～あなたならどうする？～	ソフトバンク㈱宮崎事業所
	楽しく学べるスマホ体験	
	お肌に優しい・環境に優しい石けんづくり	㈱二葉
「カラダのことをもっと知ろう」	ウン知育教室	都城ヤクルト販売㈱
	認知症	
	感染症	山田歯科
	脳から見たストレスとストレス解消	
	自宅での介護で困ったこと	都城医療センター
	急変時の対応	
	感染予防	
	病気のとき、知って得する情報	
	子どもに伝える「生」と「性」	東洋羽毛九州販売㈱
	思春期の「性」と「生」	
	睡眠セミナー	明治安田生命保険（相） 都城営業所
	楽しく学ぶ！認知症予防講座「エンディングノート記録の仕方」	
	あなたは大丈夫？フレイル予防講座「フレイル予防の行動計画」	九州リオン株式会社 リオネットセンター都城
	聞こえと健康	

区分	講座名	担当課
産業	都都市の企業立地	企業立地課 ☎ 23-2753
	中心市街地の活性化	商工政策課 ☎ 23-2983
	都都市のPR事業	みやこんじょ PR 課 ☎ 23-2615
	都都市の農業	農政課 ☎ 23-2768
都市計画	まち学習	都市計画課 ☎ 23-2762
教育	いじめについて考えよう	学校教育課 ☎ 23-9544
	青少年を非行から守ろう	
	乳幼児期の親子のメディア利用	生涯学習課 ☎ 23-0962
	すくすく育つ子育ての心得	
	家庭教育の在り方	
	悩み多き思春期の子育て	
	メディア安全指導	
人権	学ぼう、青壮年	生涯学習課 ☎ 23-0962
	笑顔で満喫「人生100年時代」(第2の青春)	
	人権感覚を磨こう	
	男女共同参画社会の実現に向けて	
国際	デートDV	地域振興課 ☎ 23-2121
	モンゴル紹介	国際化推進室 ☎ 23-2295
	中国紹介	
	アメリカ紹介	
文化歴史	多文化共生社会	
	美術館講座鑑賞の楽しみ	美術館 ☎ 25-1447
	都城3万年の歴史	文化財課 ☎ 23-9547
防災	防災講座	危機管理課 ☎ 23-2129
消費生活	悪徳商法から財産を守る	地域振興課 ☎ 23-2121
	くらしのお金	
交通安全	インターネットトラブル	総務課 ☎ 23-7183
議会	交通事故・犯罪のない街づくり	
	議会に行こう！～議会の仕組みを知って議会に参加してみませんか～	議会事務局 ☎ 23-7869
体験	防火講話	消防局総務課 ☎ 22-8882
	救命入門コース	消防局警防救急課 ☎ 22-8883
	普通救命講習	
	体験しながら学ぶ都城の歴史	文化財課 ☎ 23-9547
施設見学	リサイクルプラザ・さいせい館	リサイクルプラザ ☎ 36-3900
	清流館・清浄館	下水道課 ☎ 23-5921
	クリーンセンター	クリーンセンター ☎ 45-6678
	一般廃棄物最終処分場	環境施設課 ☎ 23-3319
	学芸員ってどんな仕事？	文化財課 ☎ 23-9547
	国指定史跡に行こう！～大島皇田遺跡～	
	美術館ギャラリーツアー	美術館 ☎ 25-1447
	来て見て！「都城島津邸」	都城島津邸 ☎ 23-2116
	木之内川内ダム	農産園芸課 ☎ 23-2425

区分	講座名	担当課
市政	市長の出前講座	秘書広報課 ☎ 23-3174
	都都市の財政	財政課 ☎ 23-2113
	デジタル活用支援講習会・相談会	デジタル統括課 ☎ 23-2156
	★バスの乗り方講座	総合政策課 ☎ 23-7161
	マイナンバー制度	情報政策課 ☎ 23-2120
	都都市のふるさと納税	ふるさと納税課 ☎ 23-2452
	情報公開とプライバシー保護	総務課 ☎ 23-2117
	行政手続制度	
	選挙の仕組み	選挙管理委員会 ☎ 23-7864
	固定資産税	資産税課 ☎ 23-2124
	国民健康保険制度	保険年金課 ☎ 23-2127
	後期高齢者医療制度	
環境	市民課窓口業務講座	市民課 ☎ 23-2128
	みんなでささえる介護保険	介護保険課 ☎ 23-2114
	都城市のごみの状況	環境業務課 ☎ 24-5560
	上水道の話	水道課 ☎ 23-4270
	よりよい水環境をめざして	下水道課 ☎ 23-5921
	都城市の環境	環境政策課 ☎ 23-2130
	守ろうみんなの大淀川	
	都城市の地下水	
福祉	ゼロからはじめるゼロカーボン	環境政策課 ☎ 23-2130
	★みやこんじょ生き物講座～カルタで学ぶ在来種と外来種～	
	障がい者福祉サービス	
	障がい者差別解消法ってなあに	障がい福祉課 ☎ 23-2980
	心の健康	
	自殺予防	
	★成年後見制度	福祉課 ☎ 36-8711
	日本赤十字社の活動	
	保育所・幼稚園・認定こども園	保育課 ☎ 23-4894
	子ども・子育て支援制度	こども政策課 ☎ 23-2684
健康	児童福祉サービス	
	母子・父子・寡婦福祉サービス	こども家庭課 ☎ 23-0964
	児童虐待防止	
	健康管理① 食育編	保健センター ☎ 36-5661
	健康管理② 妊婦編	
	健康管理③ 乳幼児編	
	健康管理④ 健康づくり編	健康課 ☎ 23-2765
	健康管理⑤ 生活習慣病予防編	
	健康管理⑥ がんに関する知識編	
	健康管理⑦ C K D（慢性腎臓病）編	
健康	健康管理⑧ 食生活改善編	いきいき長寿課 ☎ 23-2685
	「めざせマイナス10歳」体験講座	
	誰でもできる介護予防（脳トレ・お口の体操ほか）	
	認知症（認知症サポーター養成）	

★令和7年度新規講座