

## (4) 生活・健康・福祉

\* 申込方法、対象、定員、費用等の詳細は各実施機関にお問い合わせください。

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
羽咋市	1	ボランティア養成セミナー	5月23日(土)～24日(日) 国立能登青少年交流の家	要	4	国立能登青少年交流の家 TEL 0767-22-3121 FAX 0767-22-3125 noto@niye.go.jp
かほく市	2	こころのシネマ学園台 講師:美濃由紀子、大江真吾	未定 9月または10月の休日 石川県立看護大学 講堂 詳細は大学ホームページにて掲載予定	要	2	石川県立看護大学付属地域ケア総合センター TEL:076-281-8300(代表) sogocen@ishikawa-nu.ac.jp(教授 美濃由紀子)
	3	健康教室「未定」 講師 北村言	日時未定 石川県立看護大学	要	1	石川県立看護大学付属地域ケア総合センター TEL:076-281-8300(代表) kitamura@ishikawa-nu.ac.jp(教授 北村言(あや))
内灘町	4	健康管理講座	7月～12月に6回程度開催予定 10:30～12:00頃 金沢医科大学病院 病院中央棟	要	各2	金沢医科大学病院病院管理課 TEL 076-286-3511 FAX 076-286-2372 kanrika@kanazawa-med.ac.jp
金沢市	5	北國健康生きがい支援事業 金沢医科大学プログラム	9月頃(予定) 北國新聞20階ホール(予定)	要	1	学校法人 金沢医科大学広報企画課 TEL 076-286-2211 FAX 076-218-8397 kikaku@kanazawa-med.ac.jp
	6	今すぐできる健康法—スモールチェンジのススメ 講師 垣花 渉	開催日時(未定) 金沢(予定)	要	1	石川県立看護大学付属地域ケア総合センター TEL:076-281-8300(代表) sogocen@ishikawa-nu.ac.jp(教授 垣花渉)
	7	「がん治療後の“むくみ”と上手につきあう ～ 今日からできるセルフケアと地域サポート～」 講師 臺 美佐子、星野 真実	7月25日(土) 13:00～15:00 石川県立生涯学習センター(学習スペース)	要	2	石川県立看護大学付属地域ケア総合センター TEL:076-281-8300(代表) hoshinom@ishikawa-nu.ac.jp(助教 星野真実)
	8	災害自助力向上塾 「地域で考える健康を守る災害への備えとは？」 講師 木田亮平、窪田直美、登谷美知子	8月1日(土) 13:00～14:30 石川県地場産業振興センター	不要	2	石川県立看護大学付属地域ケア総合センター TEL:076-281-8300(代表) rkida@ishikawa-nu.ac.jp(教授 木田亮平)
	9	医療・健康公開講座	8月4日(火) 18:00～19:00 石川県立中央病院	不要	1	石川県立中央病院 患者総合支援センター TEL 076-237-8211(代) FAX 076-238-5365
	10	医療・健康公開講座	令和9年3月2日(火) 18:00～19:00 石川県立中央病院	不要	1	
	11	少年の主張石川県大会	8月26日(水) 13:30～(予定) 青少年総合研修センター	不要	1	
	12	絵本センターのつとめ	10月頃(未定)	要	1	石川県健民運動推進本部 TEL 076-225-1366
	13	健康づくりリーダー研修会	令和9年3月頃(未定)	要	1	
	14	個人県政学習バス	9～11月(回数未定) 日時未定 (詳細は県HPで8月頃公表)	要	各1	石川県生活環境部女性活躍・県民協働課 TEL 076-225-1376
	15	県民映像カレッジ	8月下旬 13:30～16:00 石川県立生涯学習センター	要	2	石川県視聴覚教育協議会 TEL 076-223-9573 FAX 076-223-9585 manabi-r@pref.ishikawa.lg.jp
	16	青少年健全育成研修 【基本研修】	日時未定 石川県青少年総合研修センター 【ユースバルいしかわ】	要	各2	石川県少子化対策監室 TEL 076-225-1422

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
金 沢 市	17	消費者セミナー	9月頃（日未定） 会場未定	要	各 1	石川県消費生活支援センター TEL 076-255-2155 FAX 076-255-2397 seika-ke@pref.ishikawa.lg.jp
	18	グッドチョイスセミナー	9月～10月頃（日未定） 消費生活支援センター	要	各 1	
	19	女性センターフェスティバル 特別講演会	10月上旬～10月下旬（土曜日） （未定） 石川県女性センター	要	1	石川県女性センター TEL 076-234-1112 FAX 076-234-1130 jyosei@pref.ishikawa.lg.jp
	20	親子交流授業	・未定 ・未定 ・県内の各高等学校	要	1	公益財団法人いしかわ結婚・子育て支 援財団 TEL 076-255-1543 FAX 076-255-1544 info@i-oyacom.net
	21	子育て支援メッセ	・秋頃 ・10:00～16:00 ・県産業展示館4号館	不要	1	
	22	「縁結びist」養成講座	・未定 ・未定 ・未定	要	1	
	23	フラワーデザイン	4月～令和9年3月（第2・4土） 13:30～16:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	24	いけ花 池坊	4月～令和9年3月（月） 18:00～20:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	25	いけ花 草月流	4月～令和9年3月（水） 18:00～20:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	一般財団法人 石川県金沢勤労者プラザ TEL 076-221-7771 info@kinpura.com
	26	いけ花 草月流（午後）	4月～令和9年3月（水） 14:00～16:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	27	いけ花 古流	4月～令和9年3月（木） 18:30～20:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	28	茶道（裏千家午前）	4月～令和9年3月（火） 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	29	茶道（裏千家）	4月～令和9年3月（金） 18:30～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	30	実用書道	4月～令和9年3月（水） 18:30～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	31	書道	4月～令和9年3月（月） 18:30～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	32	カラオケ歌謡	4月～令和9年3月（木） 18:30～20:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	33	たのしいハーモニカ	4月～令和9年3月（第2・4金） 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
金 沢 市	34	油彩画	4月～令和9年3月(土) 13:30～15:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	一般財団法人 石川県金沢勤労者プラザ TEL 076-221-7771 info@kinpura.com
	35	はじめての絵画	4月～令和9年3月(第2・4土) 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	36	日本画・水彩画	4月～令和9年3月(木) 18:30～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	37	写真	4月～令和9年3月(金・日) ※日曜日は屋外撮影日 18:30～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各 1	
	38	ISC教養講座	5月、7月、9月、11月、1月、3月(計6回) 時間未定(60分) いしかわ総合スポーツセンターマルチパーパス	要	各 1	いしかわ総合スポーツセンター トレーニングルーム TEL:076-268-2420 FAX:076-268-2426 mail:isctr@ishikawa-spc.jp
	39	手もみを受けながらお話ししましょう「出張ほぐし処」 いしかわ子育て支援メッセ2026	11月中旬 10:00～16:00 石川県産業展示館	不要	1	一般社団法人 カウンセラーカレッジ石川 事務局 TEL 076-222-0040 FAX 076-222-0041 cci@bd5.so-net.ne.jp
	40	手もみと雑談の「ほぐし処」	4月～令和9年3月毎月第3(水) 13:30～15:30 一般社団法人カウンセラーカレッジ石川	不要	各 1	
	41	目標達成のための「気づき処」	4月～令和9年3月毎月第4(火) 13:30～15:30 一般社団法人カウンセラーカレッジ石川	不要	各 1	
	42	フィンランドからやってきた新しい対話「オープンダイアログ」を体験しよう!	4月～令和9年3月毎月第1(日) 13:30～15:00 一般社団法人カウンセラーカレッジ石川	要	各 1	
	43	はじめてのNLPワークショップ ～脳と心の使い方を心理学の観点から学ぶ～	4月29日(祝・水)、5月6日(水) 各日ともに10:00～16:00 一般社団法人カウンセラーカレッジ石川	要	各 3	
	44	金沢市消防署施設見学	通年 9:00～17:00 中央消防署 駅西消防署 金石消防署	要	1	金沢市消防局消防総務課 TEL 076-280-1029 FAX 076-280-0020
	45	夏場の感染、熱中症対策 ～元気がないときの栄養補給	日時未定(8月予定) 金沢福祉専門学校	要	各 2	
	46	ボディメカニクス ～腰痛体操、おむつ交換を体験してみよう!	日時未定(8月予定) 金沢福祉専門学校	要	各 2	金沢福祉専門学校 TEL 076-242-1625 FAX 076-242-1663 info@k-fukushi.ac.jp
	47	認知症の世界を体験しよう! ～そこにはワールドがある…	日時未定(8月予定) 金沢福祉専門学校	要	各 2	
	48	看護公衆衛生学	4/6(13:30～19:00)、4/13(13:30～19:00)、 4/27(13:30～17:00) 月曜日 しいのき迎賓館セミナールームA 対面授業	要	1	公益社団法人大学コンソーシアム石川 TEL 076-223-1633 FAX 076-223-1644 city@ucon-ijp
	49	精神看護学概論	①6/10、②6/17、③6/24、④7/1、⑤7/8、 ⑥7/15、⑦7/22 毎週水曜日 13:30～15:00 しいのき迎賓館セミナールームA 対面授業	要	1	
	50	石川食文化の魅力と健康:食の宝庫いしかわ 「魚を食べて元気湧刺」	4月6日～8月10日 毎週月曜日(15回) 17:30～19:00 しいのき迎賓館セミナールームB 対面・オンライン併用	要	2	

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
金 沢 市	51	みぢかな生活・健康・環境をわかりやすくするサイエンス	4月6日～8月10日 毎週月曜日(15回) 19:10～20:40 しいのき迎賓館セミナールームB 対面・オンライン併用	要	2	公益社団法人大学コンソーシアム石川 TEL 076-223-1633 FAX 076-223-1644 city@ucon-ijp  ※日程は補講日を含みます。補講日の有無は教員から指示があります。
	52	食卓から守る家族の健康: 食育・薬育・健康栄養学	9月28日～令和9年2月8日 毎週月曜日(15回) 19:10～20:40 しいのき迎賓館セミナールームB 対面・オンライン併用	要	2	
	53	はたらく人のための健康と環境	9月28日～令和9年2月8日 毎週月曜日(15回) 17:30～19:00 しいのき迎賓館セミナールームB 対面・オンライン併用	要	2	
	54	食生活と健康	10月2日～令和9年1月29日 毎週金曜日(15回) 17:30～19:00 オンライン授業	要	2	
	55	健康な食生活	10月3日～令和9年2月6日 毎週土曜日(15回) 10:30～12:00 しいのき迎賓館セミナールームB 対面・オンライン併用	要	2	
	56	食の科学	10月3日～令和9年2月6日 毎週土曜日(15回) 10:30～12:00 オンライン授業	要	2	
	57	初夏のアレンジメント	5月16日(土) 14:00～16:00 金沢未来のまち創造館	要	2	公益社団法人 日本フラワーデザイナー協会 石川県支部 TEL 070-3080-3298 FAX 076-244-0466
	58	秋のアレンジメント	9月19日(土) 14:00～16:00 金沢未来のまち創造館	要	2	
	59	さきどりのクリスマス	11月14日(土) 14:00～16:00 金沢未来のまち創造館	要	2	
	60	赤十字救急法基礎講習	4月25日(土)9:00～13:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	3	日本赤十字社石川県支部 TEL 076-239-3880 FAX 076-239-3881 kousyu@ishikawajrc.or.jp
	61	赤十字救急法基礎講習	5月28日(木) 9:00～13:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	3	
	62	赤十字救急法基礎講習	9月5日(土) 9:00～13:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	3	
	63	赤十字救急法基礎講習	令和9年3月6日(土) 9:00～13:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	3	
	64	子どもの心肺蘇生法	9月5日(土) 14:00～15:30 日本赤十字社石川県支部講習室	要	2	
	65	子どもの避難生活と支援	7月18日(土) 10:30～12:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	2	
	66	子どもの応急手当	7月18日(土) 13:00～15:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	2	
	67	フレイルの予防	7月25日(土) 10:00～12:00 日本赤十字社石川県支部講習室	要	2	

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問合わせ先
金 沢 市	68	認知症の予防と対応	7月25日(土) 13:00~14:30 日本赤十字社石川県支部講習室	要	2	日本赤十字社石川県支部 TEL 076-239-3880 FAX 076-239-3881 kousyu@ishikawa.jrc.or.jp
	69	高齢者の避難生活と支援	7月25日(土) 15:00~16:30 日本赤十字社石川県支部講習室	要	2	
	70	検査でわかるあなたが気が付いていない血管のこと	8月4日(火)10:00~11:30 北陸大学 太陽が丘キャンパス	要	2	北陸大学 地域連携センター TEL 076-229-6111 chiiki-g@hokuriku-u.ac.jp
	71	ドローンで広がる医療・福祉の未来を体験しよう!	8月7日(金)13:30~15:00 北陸大学 太陽が丘キャンパス 3号棟203H実習室	要	2	
	72	健康で長生きするための生活習慣病対策	8月28日(金)10:00~11:30 北陸大学 太陽が丘キャンパス	要	2	
	73	脳のあれこれ	8月28日(金)13:30~15:00 北陸大学 太陽が丘キャンパス	要	2	
	74	糖尿病でも筋肉は守れる ~サルコペニアを防ぐコツを学んで動こう~	9月3日(木)10:00~11:30 北陸大学 太陽が丘キャンパス 4号棟202R実習室	要	2	
	75	アロマの香りが睡眠やストレスの改善に及ぼす効果について	9月5日(土)10:00~11:30 石川県立生涯学習センター	要	2	
	76	「語る」を楽しみ、「聴く」を楽しむ	9月10日(木)10:00~11:30 北陸大学 太陽が丘キャンパス	要	2	
	77	健康楽しくキーボード初めてコース	4月1日~令和9年3月31日 隔週(金) 11:00~11:55 北國新聞会館	要	2	一般財団法人 北國新聞文化センター TEL 076-260-3535
	78	今から始める健康ピアノ(個人レッスン)	4月1日~令和9年3月31日 隔週(火) 12:15~14:45(うち30分) 北國新聞会館	要	2	
	79	昭和の名曲を歌おう♪	4月1日~令和9年3月31日 隔週(水) 10:30~12:00 北國新聞会館	要	2	
	80	日本の名曲を歌おう!	4月1日~令和9年3月31日 隔週(月) 10:00~11:30 北國新聞会館	要	2	
	81	健康マージャン	4月1日~令和9年3月31日 隔週(火) 10:00~12:00 北國新聞会館	要	2	
82	城下町金沢スケッチ散歩	4月1日~令和9年3月31日 隔週(水) 10:00~12:00 北國新聞会館	要	2		
83	シニアのためのかんたんパソコン	4月1日~令和9年3月31日 (水) 10:00~11:00 (木) 15:30~16:30 北國新聞会館	要	2		
84	シニアのためのスマホ	4月1日~令和9年3月31日 各曜日・時間帯 北國新聞会館	要	2		

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
金沢市・野々市市	85	大人のスピーチ塾 (初級コース)	5月16日(土),6月20日(土),7月18日(土), 8月8日(土) 10時~11時30分 にぎわいの里のいちカミーノ・金沢教育プラザ 富樫	要	各 2	一般社団法人 石川県キャリア教育支援センター 担当 蔵 TEL (090)2126-8220 mail m-kura@ices.or.jp
	86	大人のスピーチ塾 (レベルアップコース)	9月19日(土),10月17日(土),11月21日(土), 12月19日(土) 10時~11時30分 にぎわいの里のいちカミーノ・金沢教育プラザ 富樫	要	各 2	
白山市	87	地震・消火体験講座	4月1日(水)~12月18日(金)9:00~17:00 (入館は16:00まで)※月曜日は休館日(月曜 日が祝日の場合は、翌日の火曜日) 白山野々市広域消防本部 防災学習センター	要	1	白山野々市広域消防本部防災学習センター TEL 076-276-9470 FAX 076-276-9479 bougaku@hakusan-nonoichi.jp
	88	医療・福祉・経済に関する公開講座 全10回 (仮)	令和8年度6月~11月頃(予定) 金城大学笠間キャンパス	要	各 2	金城大学 地域包括連携センター TEL 076-276-4400
県内	89	サマーボランティア体験2026	8月1日(土)~9月30日(水) 県内の高齢者・児童・障害者等の福祉施設 詳細は募集案内をご覧ください。	要	各 1	社会福祉法人 石川県社会福祉協議会 ボランティアセンター TEL 076-234-1616 FAX 076-222-8900
	90	いしかわの住民による「地域づくり」学び講座	5月~令和9年2月 各市町の公民館等(未定)	要	各 1	石川県教育委員会事務局生涯学習課 TEL 076-225-1839 FAX 076-225-1838 syakai-ed@pref.ishikawa.lg.jp
	91	ゆる学び講座	5月~令和9年2月 各市町の社会教育施設等(未定)	要	各 1	