

令和7年度

あさぎり町地域型サロン

出前講座一覧

地域のつながりを深める、出前講座で新しい発見を！

介護事業所 / 文化協会

民間企業団体

役 場

あさぎり町社会福祉協議会 地域支え合い体制整備事業

介護事業所

番号	出前講座内容		派遣職種	対象地域	料金	対応可能時間	問合せ先
	題目	内容					
1	認知症サポーター養成講座、認知症予防	認知症予防について	介護福祉士等	全地域	無料	時間は内容によります	特別養護老人ホーム あさぎりホーム ☎45-5683 担当：福岡
	健康について、食事について	食生活、身体に良い食事、食中毒予防	管理栄養士				
	健康について	血圧測定、感染症予防	看護師				
2	認知症サポーター養成講座	・認知症について ・認知症の人との接し方について、他 ・ビデオ学習（当事者の思いを知る） ※指定所要時間は90分間	キャラバンメイト 介護支援専門員等	全地域	無料	10:00～15:00 ※1ヶ月以上前までに連絡をお願いします	特別養護老人ホーム 鐘ヶ丘ホーム ☎45-6777 担当：東
	いきいき脳トレ体操	コグニサイズ（認知症予防体操）やゲーム感覚でできる脳トレの紹介と実施	介護福祉士 介護支援専門員				
3	レクリエーション	ゲームなどをしながら身体を動かす	介護福祉士等	全地域	無料	火・水・木 13:30～14:30 ※1ヶ月以上前に事前連絡をお願いします	グループホーム えがお ☎45-1500 担当：小場佐
4	リハビリ体操	ストレッチなど、身体に負担をかけないよう全身の体操を行います	介護福祉士	免田	無料	13:30～14:30	小規模多機能ホーム ほほえみ ☎45-1755 担当：小場佐
	ゲーム	楽しく笑って機能向上!! （認知症を考慮した遊び、レクリエーション）					
	レクリエーション活動	音楽に合わせて楽しみながら物を使った体操やレクリエーションを紹介します					
5	リハビリについて	・運動や体操など(定期評価) ・心身の相談など ・入浴について	作業療法士	全地域	無料	月～金 ※要事前連絡	介護老人福祉施設 りゅうきんか ☎45-7551 担当：大森・井上
	介護保険制度について	制度の仕組みからサービス利用まで、分かりやすく説明します	ケアマネジャー				
	健康チェック 身体を使った体操 脳トレーニング	血圧測定による健康チェックを行います　楽しみながら身体を動かし気分転換を図ります	看護師 社会福祉士				
6	感染症予防対策（自宅で行える）	感染とは何か？その予防の方法と対策 ご家庭で出来る予防、感染症にかかった時の対応を紹介します	看護師	全地域	無料	どちらの内容でも対応可です	訪問看護ステーション なないろ ☎47-0083 担当：蓑星
	在宅看取り、在宅医を変える訪問介護	自宅で最後まで過ごすためにどうすれば良いのか ACPについて					
7	健康について	血圧測定 ・血圧の正しい図り方や、健康についての素朴な疑問にお答えします	看護師	全地域	無料	※要事前連絡	訪問看護ステーション あさぎり ☎45-5721 担当：吉永
8	転倒予防・体力向上	転倒予防や自宅でできる運動、体操の指導	作業療法士 理学療法士	全地域	無料	月～金 9:00～17:00	東病院 通所リハビリテーション ☎45-5721 担当：堀尾
	いつまでも元気に喋るため	発音、発語の体操や指導	言語聴覚士				
9	認知症予防	認知症予防の体操及び脳トレを紹介します	作業療法士 介護福祉士	全地域	無料	月～金 PMのみ ※要事前連絡	デイサービスセンター どんだん ☎45-0241 担当：木野、増田
	転倒予防	転倒を予防するための体操かストレッチ生活上での工夫などご紹介します。	作業療法士 介護福祉士				
10	転倒予防のための体操、レクリエーション活動	道具を用いた体操やテレビ体操を行います いろいろな道具を使って楽しいゲームを行います	介護福祉士 看護師	全地域	無料	月～金 ※1ヶ月以上前までに連絡	あさぎり町社会福祉協議会 デイサービス事業所 ☎45-3005 担当：内場・橋口

社会福祉協議会

番号	出前講座内容		対象地域	料金	活動可能時間	問合せ先
	題目	内容				
11	地域福祉のご紹介	身近に利用できる様々な地域福祉についてわかりやすくお伝えします	全地域	無料	月～金 9:00～16:00	あさぎり町社会福祉協議会 地域福祉係 ☎47-2111 担当：福原
	ご近所支え合いネットワークについて	「お互いさま」で支え合う地域づくりにむけてお伝えします				
12	オーボエ演奏	・昔懐かしい演歌、歌謡曲をオーボエと一緒に歌いましょう！ ・脳トレや時代の回想法ハンドベル等を使い一緒に合奏も！	全地域	無料	月～金 9:00～16:00	あさぎり町社会福祉協議会 地域おこし協力隊 ☎47-2111 担当：宮原

文化協会

	出前講座内容		対象地域	料金	活動可能日	団体名・問合せ先
	題目	内容				
1	生 け 花	季節の花を生けることで触覚、視覚、嗅覚に刺激を与え癒し効果が期待できると思います。	全地域	材代実費	月・水 10:00～12:00 13:30～15:30	小原流いけばな 小屋松教室 ☎090-9594-3281 代表：小屋松 硬子
2	詩 吟	・詩吟に興味があり、一緒に練習を出来る方 ・詩と一緒に読むことにより誤嚥性肺炎の予防になります ・大きい声を出す事でストレス解消に役立ちます	全地域	資料代等実費	月・火・水・金 9:30～11:30 14:00～16:30 活動は 約1～2時間	熊本杖神吟道会 蓑田、星原、船津 他 ☎45-1343 代表：蓑田 恒 ☎090-4993-6621
3	邦 楽	・三味線 ・尺八 ・日本舞踊 ・唄	全地域	無料	月・火・水・土・日 11:00～15:00	昭和劇場 代表者:馬耳東風 ☎090-6204-5745 代表：尾方晴朗
4	健康体操	音楽療法 道具を使って身体を動かします	※施設は全地域	相談	火・金 ※時間等早めに連絡を	3Bすみれ ☎090-3609-1471 代表：川口伸子
5	創作ダンス	・メンバーで曲を選び、ダンスの振り付けを考えて創作ダンスをします。 ・衣装を手作りして楽しんでもす。 ・リズムのあるダンスを楽しんでもらえます	全地域	無料	※要相談 曜日・時間帯で活動できない時あります・福祉施設のみ対応可	まいむすえ文化協会 ☎45-5511 (須恵文化ホール)
6	レクレーション	簡単な踊り(車椅子可能) 約5分～10分	全地域	無料	※要事前連絡	桜月流花扇会 ☎090-4513-1683 代表：柳川さつき
		お化粧でイキイキ、はつらつ、若返り、喜び、笑顔に！(人数により)		材料代		
7	日 舞	観るもよし！ 一緒に踊るもよし！ 日舞の世界に浸りながら楽しく優雅に踊ります。	全地域	無料	※要事前連絡	西陰流浜の会 ☎090-7167-0177 代表：蟻田和子
8	生 け 花	身近に咲いている花を使用し、生け花を製作します。 ※花・剣山・ハサミ等道具は持参下さい。	全地域	無料	※1ヶ月前までに連絡をお願いします	生け花教室 「スイートピー」 代表者：元村のり子 ☎47-2111 担当：宮原（社協）

民間・企業団体等

番号	出前講座内容		対象地域	料金	備考	団体名・問合せ先
	題目	内容				
1	和太鼓を叩こう！ どんどこじおい (DONDOKOJOY)	・実際にバチを握り、みんなで簡単なリズムを叩きます。 ・太鼓の音が全身に響き、脳の活性化も期待できます	全地域	無料	※1か月前までに連絡	☎090-9564-4579 代表：山本敏暢 ☎47-2111(社協)
2	オカリナ演奏	思わず口ずさむ昔懐かしメロディーや唱歌など、当時を思い出してみませんか？	全地域	無料	月～金 10:00～15:00 ※1週間前までに連絡	オカリナクラブ やまびこ ☎080-1743-5530 代表：森光
3	みんなの認知症 予防ゲーム	・脳の活性,認知機能低下の引き止め引き戻しが期待できる。 ・自然と笑いが起こる楽しいゲーム	全地域	無料	(月)(水)以外 10:00～16:00 ※1週間前までに要予約 (時間打合せ)	認知症予防ネット熊本 ☎080-5201-5809 担当：谷口悦朗
4	オカリナ演奏 ハンドベル	平成24年から、オカリナに興味があるもの同士で集まって、月2回練習しています。 ・皆が知っている懐かしい歌謡曲・童謡などを演奏します。 ・時には音が外れたり抜けたりしますがそこは愛嬌で、笑いながら聞いてください(*^。^*)	上・深田	無料	※1か月前までに連絡	ひばり ☎090-5730-7039 代表：福山フミ
5	顔ツボ 及び ハンドケアによる リラクゼーション	・全身には数多くのツボが存在しています ・各ツボを刺激することで身体の緊張がほぐれて認知症や不眠の予防にもつながります	全地域	無料	月～金 ※事前連絡頂ければ時間合わせます	身体メンテナンス ワンネス 看護師・整体師 ☎45-2770 代表：田山
	傾聴による心の カウンセリング 健康チェック	・血圧測定等全身状態のチェック ・顔ツボ,ハンドケアを通じて身体に対しての相談に応じます				
6	在宅医療 新	[在宅医療とは？] ・地域在宅医療サポートセンターの紹介 ・在宅医療の種類と医療福祉制度のご紹介 ～もしものために自分の希望を伝えましょう～	全地域	無料	月～金 9:00～17:00 ※1週間前までに連絡	公立多良木病院 球磨地域在宅医療サポートセンター ☎42-2665 担当：神瀬 ・社会福祉士・看護師
	医療・介護の連携	[くまもとメディカルネットワークの紹介] くまもとメディカルネットワークはICT(情報通信技術)を用いて患者さんの診療・調剤・介護に必要な情報を共有するシステムです				
7	酒害出前講座	[お酒と正しく付き合えていますか？] 身近な飲酒に関する正しい知識を共有し、アルコール関連問題を一緒に考えてみませんか？ (講座時間約30～40分)	全地域	無料	月～金 13:30～16:30 ※要事前連絡	人吉こころのホスピタル ☎22-4051 担当：上村、本岩 ・看護師・精神保健福祉士
8	健康づくり 講演会 新	①大腸がんの早期発見のために ②緩和ケアについて ③排便障害について ④気を付けたい薬の飲み方、使い方 ⑤ストレスと上手につきあうために ⑥腸活で健康な生活をめざそう	全地域	無料	※2ヶ月前までに連絡をお願いします ※参加人数は30名以上にてご検討いただけると幸いです	大腸肛門病センター 高野病院 ☎096-320-6520 地域医療連携課：椎葉 ・看護師・薬剤師 ・栄養士・他職員
9	介護予防の為の 運動用品ご紹介	ノルディック・ウォーキング(2本のポールを使うウォーキング)を始めとする、介護予防・健康増進を目指す運動用具とその使用方法、効果をご紹介します	全地域	無料	月～土 9:00～17:30	株式会社コネット 清風ハートピア ☎45-4152 福祉用具専門相談員：元田

民間・企業団体等

番号	出前講座内容		対象地域	料金	備考	団体名・問合せ先
	題目	内容				
10	薬物の乱用防止について	分かりやすい資料をもとに、薬剤師より説明します	全地域	無料	月～金 9:00～17:00 ※1ヶ月以上前に事前連絡	株式会社ユネット 清風薬局 ☎42-2931 薬剤師：福永
	受動喫煙防止法について	喫煙と薬の関係や有害性など資料をもとに講義形式で行います				
	漢方薬、薬用植物について	漢方薬のトピックを漢方薬・生薬認定薬剤師が分かりやすく説明します。 また、人吉球磨の薬用植物の紹介・活用法を紹介します				
	薬のよろず相談	皆さんの気になる薬について何でも説明致します				
11	贈与と相続	後悔しない生前贈与の方法を教えます	全地域	無料	(火)(木)除く 10:00～15:00 ※要事前連絡	☎090-5088-3737 代表：尾鷹紀子 司法書士元補助者
12	ストレッチ	健康づくりのためのストレッチ運動	全地域	要相談	※要事前連絡	☎080-3950-0862 代表：森山幸子
13	交通安全教室	管内の交通事故情勢や交通事故防止に関する教養、 道路交通法の改正に伴う教養等を実施します。	全地域	無料	※要事前連絡	多良木警察署 ☎42-4110 交通課： 山下
14	歌 唱	童謡・唱歌のコーラスをはじめ、昔懐かし昭和歌謡を歌います。みなさんと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。	全地域	無料	※1カ月前までに連絡	あさぎり姉妹 ☎090-2083-0845 代表：高田真由美
15	腸内環境と健康 (ウン知育教室)	パネル、腸、ウンチの模型を使い、腸内環境と健康との関わりをお話します。	全地域	無料	月～金 10:00～15:00 ※1週間前までに連絡	ヤクルト中球磨センター ☎49-2130 代表：高上千代
16	新 粘土クラフト	・石粉粘土で花、人形、小物雑貨を作ります	全地域	粘土実費	※事前連絡をお願いします	※ねんど※ ☎090-7296-6804 代表：林 ☎080-1706-1787 担当：森田
17	新 あさぎり町について語ろう	あさぎり町の地域おこし協力隊と一緒に「空き家」「メディア」「暮らし」等をテーマにこれからの町のことを話しましょう。 町の住民のあさぎり町への想いや文化伝統等教えてください！	全地域	無料	※1ヶ月前までに連絡	地域おこし協力隊 ☎47-2111 社協：宮原
18	新 福祉ネイル	爪のケアを通して手から伝わるふれあいやこころと身体に癒しと安心を与え、笑顔になって頂きます ・ワンカラーネイル・つめ磨き	全地域	無料	※1ヶ月前までに連絡	ネイルパームツリー 【nailpalmtree】 ☎080-5608-4766 代表：石川
19	新 絵手紙	「ヘタでいい ヘタがいい」 一緒に絵手紙をかきましょう	全地域	材料代	※1ヶ月前までに連絡	あさぎり町絵手紙教室 代表：伊勢美紀 ☎47-2111(社協：宮原)

役 場

番号	テーマ	内 容	担当課
1	元気で過ごすポイント ～フレイル予防～	・健康長寿のひけつ ・筋力アップ、転倒予防の体操	健康推進課 ☎45-7216
2	認知症の予防と対応	・脳活性化のポイントと相談先 ・認知症の症状と対応	高齢福祉課 ☎45-7215
3	新 認知症サポーター養成講座	認知症について正しい知識を持ち、誰もが暮らしやすい地域を作っていくための支援者を養成する講座です（キャラバンメイト対応）	
4	ここが知りたい 『介護保険』	①高齢者の現状と将来像 ②どんなサービスがあるの？ ③費用はどうなっている？	
5	詐欺や悪徳商法に 巻き込まれないために	これまで実際にあった事例などを通して詐欺や悪徳商法に巻き込まれない方法をお伝えします	商工観光課 ☎45-7220
6	ごみ分別とリサイクル	燃えるごみ・燃えないごみ・有害ごみ・リサイクルなどの分別方法 ・野外焼却・地球温暖化防止・不法投棄	町民課 ☎45-7213
7	防災とは	・「自助・共助の重要性」 ・「逃げるスイッチの案出」 新 「防災避難マップの作成」	総務課 ☎45-1111
8	新 お口の健康を保つために	・口腔ケアの必要性 ・噛む力をガムでチェック ・歯の磨き方・義歯の手入れ ・お口の体操	健康推進課 ☎45-7216
9	季節の健康管理	熱中症や感染症などの予防と対策についてお話します	
10	低栄養にならないために	①日常生活を送るうえでどのくらいのエネルギー摂取が必要か？ ②バランスの良い食生活のポイント	
11	災害に役立つ料理や高齢者のための食事について	災害時に活用できる調理（パッキング）や減塩でおいしい高齢者のための食事づくり 等 ※内容についてはご相談に応じます。	あさぎり町食生活 改善推進員協議会（健康推進課） ☎45-7216
12	新 在宅医療や介護に関すること	在宅での医療や介護に関することを、医師や看護師、薬剤師等の専門家がお話しします。 例：エンディングノートって何だろう？ 在宅での看取りで注意すべき点 など	高齢福祉課 ☎45-7215
13	ニュースポーツ活動	ペタンクやモルックなど屋内外問わず、誰でも気軽にできるスポーツを紹介します。 （スポーツ推進員派遣）	教育委員会 （社会体育係） ☎45-7226
14	地域の文化財の魅力 （座学・現地）	地域の行政区にある身近な文化財について、その概要や魅力を座学や現地見学を通じてご紹介します。 ※複数箇所の現地見学等でマイクロバスや車が必要な場合、その手配や費用負担はサロンにてご対応いただきますよう、お願いします。 ※出前講座は、基本的に教育委員会の学芸員（秋元）が対応させていただきますが、日程や内容によって、文化財保護審議委員や文化財の所有者など、他の方をご紹介させていただくこともあります。	教育委員会 担当：秋元 ☎45-7226

申し込み先
高齢福祉課(☎45-7215)
健康推進課(☎45-7216)

◆おしらせ◆

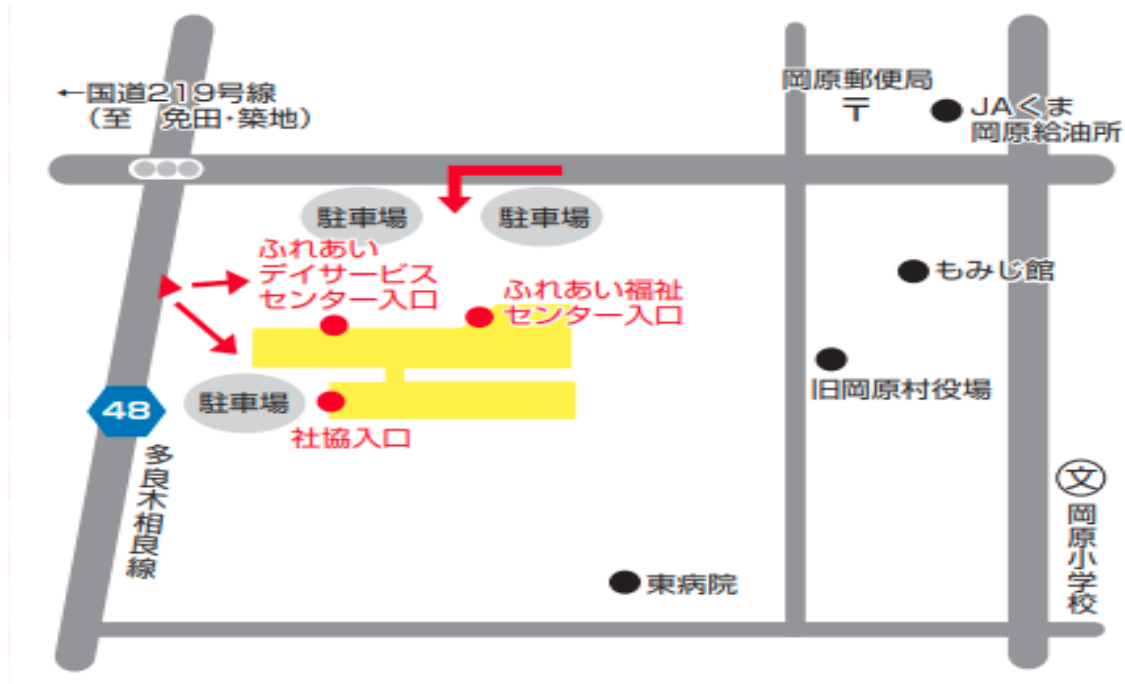
- ①サロン 1 カ所につき年 2 回まで依頼できます。
②健康推進課より代表の方へ直接連絡し講話をさせていただくことがあります。
③上記のテーマ以外の内容についても相談に応じますのでお気軽に関係課へお問い合わせください



《備品貸出一覧表》

※予約が必要です

あさぎり町社会福祉協議会 案内図



連絡先

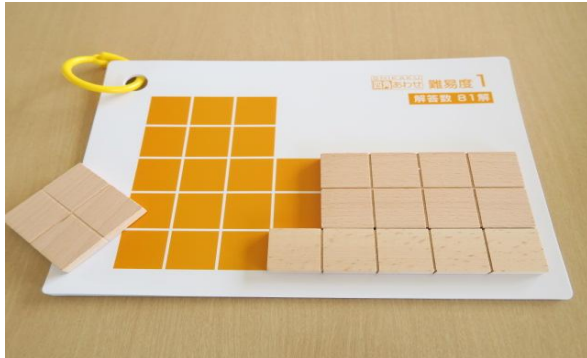
住所: あさぎり町岡原北929番地

電話: **0966-47-2111**

川畑式パズルシリーズ

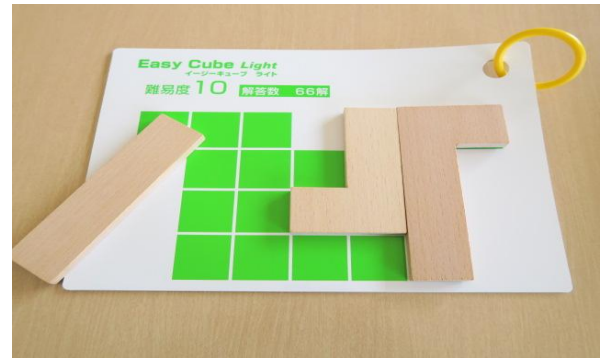
川畑式 四角合わせ

パズル レベル ★☆☆☆☆



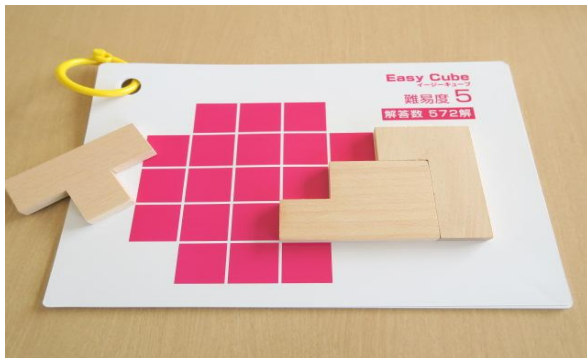
川畑式 イージーキューブライト

パズル レベル ★☆☆☆☆



川畑式 新イージーキューブ

パズル レベル ★★☆☆☆



川畑式 タングラム

パズル レベル ★★☆☆☆



川畑式 片付けパズル

パズル レベル ★★☆☆☆



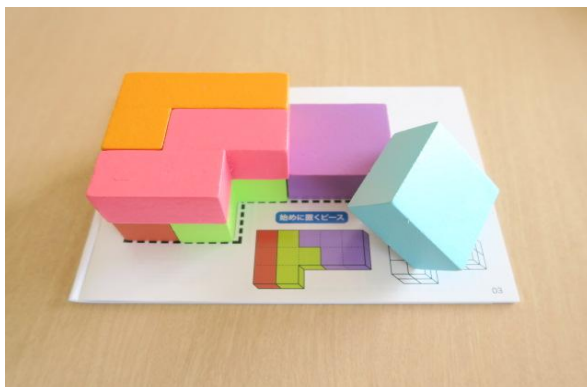
川畑式 片付けパズルアボロ

パズル レベル ★★☆☆☆



川畑式 二階建てパズル

パズル レベル ★★★★★



川畑式 ウォームアップカード
(個別貸出になります)



コトバンク



絵合わせカード



コグタン



RSCT

※貸出要予約

※個人で購入することもできます。社協に購入申込書があります。

脳トレ・その他



《じゃんけんペタンコ》



《十二支ビンゴ》



《しりとりにブロックくずし》



《フォーティワンゲーム》



《ケンコースティックボール》



《にぎにぎボール》



《リハビリカルタ》



《童謡カルタ》



《唱歌カルタ》



《あいうえおカード》



《ハンドベル》



《絵手紙セット》



新規

《特大トランプ》

2サイズ

・17.5×12.5cm
・30×20cm

※個数に限りがあります。借用の際はご相談ください

貸出人気No1

数字のポケットにボールを入れるゲートボールタイプのゲーム



《スカットボール》

No 2

老人クラブの大会でも使用する公式版



《公式輪投げ》

No 3



《バスケットビンゴ》



《サークル輪投げ 大》



《パーソナルカラオケオンステージ》

高さ約1メートル



《巨大だるまおとし》

新 規

消音・軽量で室内でも安心!



《モルック (木製) 》



《モルック (段ボール製) 》



《eスポーツゲーム機》

あさぎり町社会福祉協議会

【備 品 貸 出 一 覧】

《ビデオ/DVD/CD》

令和7年4月現在

備品名	タ イ ト ル	
DVD	九代目 入船亭扇橋	落語名作選集
DVD	三代目 三遊亭圓歌「西行」「中澤家の人々」	落語名作選集
DVD	五代目 春風亭柳昇「結婚式風景」「里帰り」	落語名作選集
DVD	五代目三遊亭圓楽「愀気の火の玉」「長命」	落語名作選集
DVD	八代目 橘家圓蔵「死神～火焰太鼓」	落語名作選集
DVD	桂 歌丸「厩火事」「お見立て」	落語名作選集
DVD	十代目 桂 文治「蛙茶番」「掛取り」	落語名作選集
DVD	嬉懐かし旅どころ1～5	青い山脈他15曲 からたちの花 他15曲 故郷他15曲高原列車 は行く他15曲 十五夜お月さん 他15曲
DVD	予防しようロコモティブシンドローム	
DVD	いきいきクラブ体操	
DVD	笑点 大博覧会 全3巻	
DVD	昭和のお笑いの名人芸 全10巻	
DVD	天台寺法話集 瀬戸内寂聴 全10巻	
DVD	ギター和尚のおげんき説法	曹洞宗 大悲山 向陽寺 住職 渡辺 紀生（上天草市松島町）
DVD	綾小路きみまろ 爆笑！（65分）	エキサイトライブビデオ第3集
DVD	綾小路きみまろ 爆笑！	最近ライブベストセレクション
DVD	うめぼしのうた元気体操	歌いながら、グーパー体操できる
CD	ご当地版 ラジオ体操第1	号令が様々なご当地の方言で流れる
CD	長生き音頭（振付・楽譜付き）	力武杏奈
CD	クリスマスソング、演歌、ポップス他	活動中に流せる曲

《活動に利用できる本》

備品名	タ イ ト ル	
本・DVD・CD	思い出のうたで高齢者イキイキ体操32曲	DVD付で見ながらできる
本・CD	高齢者のための元気になる音楽レクレーション	お年寄りとコミュニケーションが深まる
本	歌あそび・歌体操	介護予防＋認知症予防プログラム
本	球磨・人吉の昭和	写真が語る故郷の足跡、写真アルバム

《その他、脳トレ問題集活用ください》

備品名	タ イ ト ル	
問題集	楽しく解けてアタマが喜ぶパズル	脳活ドリル100日間
問題集	脳のための毎日テスト	チコちゃんのまちがいさがし
問題集	懐かしのまちがいさがし	大人の点つなぎ
問題集	昭和のまちがいさがし	物忘れ脳活ドリル
問題集	運転力アップ脳ドリル	きいちのぬりえ

《その他》

テレビ	32インチ型	1台
DVDプレーヤー	DVD再生専用	2台
CDラジカセ	CD・カセットの再生用	1台
ハンズフリーマイク	ヘッドセットマイク、有線タイプの拡声器	1台
プロジェクター	DVD、ビデオなどの映像を映し出すのに用いる。※スクリーン併用	1台
携帯スクリーン	※プロジェクター併用（サイズ610mm×810mm）（サイズ1,720mm×1,080mm）	2台

※サロン事業内容の件でアイデアが欲しい方、
脳トレ問題集等もコピー致しますのでご相談下さい。