〈追加〉

4－2 出前講座メニュー【包括連携協定締結企業】

宮城県司法書士会 （先着3団体まで）				
No.	講座名	内　　容	時間	対象
10	不動産の相続登記について	不動産の相続登記義務化の概要、相続登記の重要性など	60分	壮年・高齢者
11	遺言書、エンディングノート、終活について	遺言書、エンディングノート等の終活の方法、重要性について	60分	
12	身近な法律問題に関する法律講座（消費者金融、マルチ商法等）	これから社会人になる高校生、大学生等を対象とした、身近な法律問題について学ぶ講座	60分	青年
大塚製薬株式会社 （8月中に先着2団体まで）				
No.	講座名	内　　容	時間	対象
13	熱中症対策講座	熱中症を予防するための正しい知識を身につけて、暑い夏を元気に過ごすポイントを紹介します。	40分	少年・青年 壮年・高齢者

5 マナビィ宅配便メニュー 【市民講師】

健康・スポーツ

※対象区分説明：幼児(0～6才)・少年(7～18才)・青年(19～30才)・
壮年(31～64才)・高齢者(65才～)

No.	テーマ	内　　容	講 師 名	※対　象	報 酬 等	指導できる曜日	指導できる時間
211	・暑熱順化教室 （5月～7月）	・レクレーション（簡単な脳トレ等） ・座学（暑熱順化とは？） ・エクササイズ（リズム体操・ストレッチ・筋トレ等）	NPO法人名取市スポーツ協会	少年・青年・壮年・高齢者	謝礼必要 1000円～ 2,000円	要相談	10時～16時
212	・寒冷順化教室 （10月～12月）	・レクレーション（簡単な脳トレ等） ・座学（寒冷順化とは？） ・エクササイズ（リズム体操・ストレッチ・筋トレ等）					
213	・スポーツ体験	・準備運動 ・種目についての説明（ルール等） ・実技指導（練習、試合） ※種目はご相談ください。					
No.	テーマ	内　　容	講 師 名	※対　象	報 酬 等	指導できる曜日	指導できる時間
214	明日から使える「けん玉」運動	けん玉には筋トレ効果、集中力アップ、バランス力アップ、気分転換など様々な健康効果があります。 皆さんもけん玉を使って健康になりましょう	なとり健康寿命コミュニティ	少年・青年・壮年・高齢者	500円	月・金・日 要相談	13時～18時