

# 令和8年度

## い・ど・う市民セミナー

### ～ ガイドブック ～

い  
ど  
う

- 「いつでも（希望するときに）」
- 「どこでも（希望する場所で）」
- 「なずける（理解できるように）」

市の職員が説明します！



をモットーに、市民の  
皆さんに役立つセミ  
ナーを行います。



企画部市政情報課・各総合支所市民サービス課

(令和8年2月27日発行)

# 令和8年度 い・ど・う市民セミナー 申込受付中！

問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

問 各総合支所市民サービス課

「いつでも(希望するときに)」  
「どこでも(希望する場所で)」  
「うなずける(理解できるように)」  
をモットーに、市民の皆さんに  
役立つセミナーを行います。

市の職員が、市政、環境、福祉、産業、くらし、教育、市の将来のことなどについて、分かりやすく説明します。

市の仕事について、市民の皆さんに理解していただくとともに、地域の課題などについて意見交換を行い、意見を市政に反映させていきます。

気軽に申し込みください。

## セミナー開催の流れ

市民の皆さんが主催する集会等に、市職員を派遣する現地開催に加え、一部メニューでは、ウェブ会議システムを用いたオンライン開催にも対応します。

### 1. 申し込みできる方

申込者は、当日おおむね10人以上の出席が見込める集会等を主催する市民（市内に在住、在勤、在学する方）とします。※No.64のみ上限10人。



### 2. メニューを選びましょう

基本メニューからお選びください。

また、基本メニューにない内容を聞きたい場合は、要望に応じて設定することもできますので、事前にご相談ください。



### 3. 開催希望日時、開催方法を選びましょう

開催希望日時と開催方法を決めてください。

現地開催の場合は、集会等を開く会場（市内公共施設、地区集会所など）を確保してください。

※開催希望日時は、年末年始（12月28日から1月4日）を除く日で、午前9時から午後5時までの間とします。

※現地開催時の会場使用料、オンライン開催時のインターネット通信料は市民負担となります。



### 4. 申し込みをしましょう

「い・ど・う市民セミナー申込書」に必要事項を記入して、**開催希望日の1カ月前までに**、各総合支所市民サービス課または、市政情報課へ持参、ファクス、郵送等で提出してください。

※1回のセミナーで2つのメニューまで選択可能です。

※メニューの詳細や申込書は、企画部市政情報課、各総合支所に備え付けている他、市ウェブサイトからダウンロードできます。





### 5. セミナー開催の決定をお知らせします

承認・不承認を「い・ど・う市民セミナー開催承認・不承認決定通知書」でお知らせします。

現  
地  
開  
催

※以下、開催方法により流れが異なります

オ  
ン  
ラ  
イ  
ン  
開  
催

### 6. 事前の接続テストを行いましょ

決定通知書備考欄に記載の日時で、ウェブ会議システムの接続テストを行います。申込書記載の連絡担当者宛てに、セミナー担当課よりEメールで案内をお送りします。

なお、接続テストの日時について、都合が悪い場合はセミナー担当課へ連絡し、調整してください。

### 7. セミナーを実施しましょ

指定の日時、開催方法でセミナーを開催し、市の担当職員が説明を行います。セミナーでは、講師の説明だけではなく、意見交換の場も設けましょ。セミナーの中でいただいた皆さんからの意見を、市政に反映させていただきます。  
※現地開催の場合、市職員の派遣費用は掛かりません（ただし、実習費などは実費負担です）。

### 8. アンケートに回答しましょ

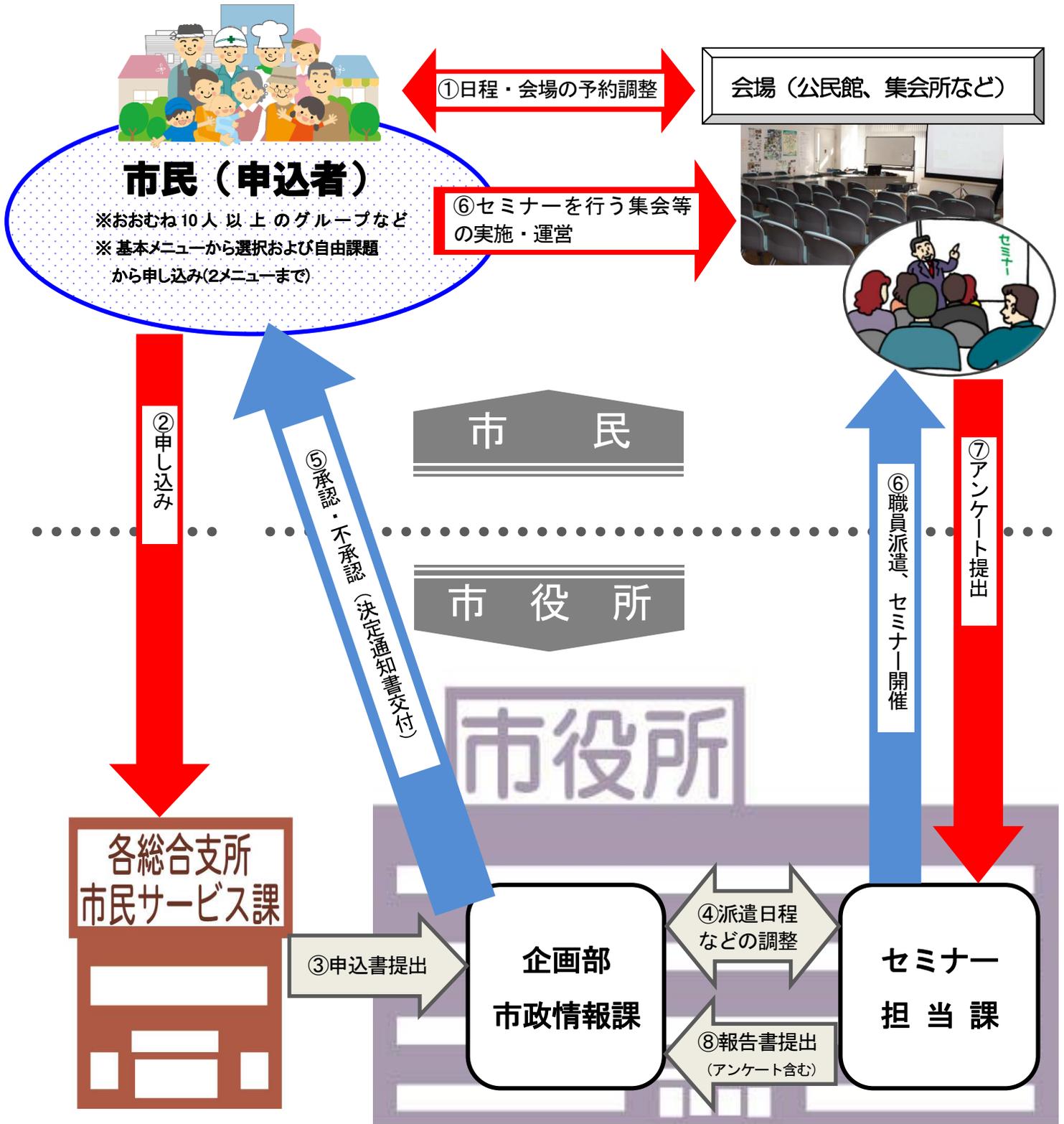
今後のセミナーメニュー、説明内容などの参考とするため、アンケート調査へのご協力をお願いします。アンケートは、市の担当職員に提出するか、後日最寄りの総合支所へ提出してください。

#### 【お願い・注意事項】

- 業務の都合で、日時など全ての希望に沿えない場合があります。
- あくまでも業務の説明を行うもので、苦情、要求、批判などは、原則受け付けできません。
- 会場の手配や、関係者へのお知らせなどは申込者をお願いします。
- 質問などの内容によっては、その場で即答できない場合もあります。
- 可能な限り時間内に終了してください。
- 政治・宗教活動や、営利を目的とするものなど、セミナーの趣旨に反すると思われる催しは、申し込みできません。



# 「い・ど・う市民セミナー」実施フロー図 (現地開催の場合)



# 「い・ど・う市民セミナー」実施フロー図 (オンライン開催の場合)



**市民（申込者）**  
※おおむね10人以上のグループなど  
※基本メニューから選択および自由課題から申し込み(2メニューまで)

市民  
市役所

市役所

各総合支所  
市民サービス課

②申込書提出

企画部  
市政情報課

③開催日程などの調整

セミナー  
担当課

⑧報告書提出  
(アンケート含む)

⑦甲申込み

④承認・不承認(決定通知書交付)

⑤接続テストの日程調整、接続テスト実施

⑥セミナー開催

⑦アンケート提出

# 令和8年度 い・ど・う市民セミナーメニュー 一覧表

## ①くらし

NO	メニュー名	講座時間
1	マイナンバーでもっと便利に！	40分
2	国民健康保険	60分
3	後期高齢者医療制度	50分
4	介護保険	60分
5	税金の申告	20分
6	固定資産税	50分
7	ごみを減らそう！	40分
8	ごみ処理施設の視察研修Ⅰ	90分
9	ごみ処理施設の視察研修Ⅱ	45分
10	し尿処理施設の視察研修	60分
11	水道水のできるまで	40分
12	栗原市の水道料金	40分
13	「水洗トイレ」で快適な生活を！	40分
14	消費者トラブルにご用心！	60分
15	栗原市の道路	60分
16	栗原市の公共交通	40分
17	栗原市コミュニティ組織一括交付金制度	40分
18	進めよう！男女共同参画	40分
19	栗原市パートナーシップ宣誓制度	30分

## ②安全・安心

20	放射能について	40分
21	危ないその火 火事のもと	60分
22	栗原市の防災	40分
23	わが家の災害対策	60分
24	木造住宅の耐震対策	60分

## ③健康・福祉

25	みんなで取り組む心の健康づくり	50分
26	地域ぐるみの健康づくり	60分
27	みんなで取り組む食育	60分
28	生活困窮者の相談支援のはなし	30分
29	知って防ごう高齢者虐待	30分
30	シニア世代のための健康づくり	60分
31	今こそ地域支え合い！	30分
32	障害者福祉サービス	40分
33	知って備えよう成年後見制度	30分
34	市立病院・診療所のあらまし	30分

## ④子育て・教育

NO	メニュー名	講座時間
35	出張します！おはなし会	30分
36	次代を担う子どもたちのためにⅠ	60分
37	次代を担う子どもたちのためにⅡ	60分
38	子どもの就学支援制度	30分
39	「ジュニア・リーダー」と遊んでみよう！	60分
40	栗原の歴史	60分
41	栗駒山麓ジオパークの推進	60分
42	平成20年岩手・宮城内陸地震と栗駒山麓ジオパーク	120分

## ⑤市政

43	市議会のしくみ	20分
44	市の広報・広聴活動	45分
45	市公式LINEを活用しよう	30分
46	栗原市のお金	60分
47	市有地等の売却はどのように？	30分
48	栗原市市民協働を進めるための基本指針・行動計画	40分
49	栗原市の総合計画と地方創生	30分
50	栗原市の定住促進事業	40分
51	栗原市の都市計画	60分
52	栗原市の空き家対策	30分
53	環境基本計画	20分
54	栗原市地球温暖化対策実行計画	New 20分
55	くりはらの魅力を紹介します！	60分
56	公共工事の入札はどのように？	30分
57	栗原市の行政改革	40分
58	選挙のはなし	40分
59	監査制度	30分

## ⑥農業

60	未来の農地を描く地域計画	New 40分
61	ほ場整備はどのように進めるの	60分
62	農林振興と畜産園芸振興！	60分
63	栗原の有害鳥獣対策	40分

## ⑦デジタル

64	スマートフォン出前講座	120分
----	-------------	------

※一部メニューについては、YouTube栗原市チャンネルで

動画を公開しています。

[URL][https://www.youtube.com/c/KuriharacityJp\\_miyagi](https://www.youtube.com/c/KuriharacityJp_miyagi)



※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ①くらし

No.1 説明時間 **40分**

### マイナンバーでもっと便利に！ 番号制度とコンビニ交付サービス

マイナンバーカードがあれば出来る「あれこれ」をわかりやすく説明します。

市民課



No.2 説明時間 **60分**

### 国民健康保険 わかりやすい国保のしくみ

国民健康保険制度の概要と国民健康保険税について説明します。

健康推進課・税務課



No.3 説明時間 **50分**

### 後期高齢者医療制度 75歳以上の方の医療制度

後期高齢者医療制度の概要から保険料まで説明します。

健康推進課



No.4 説明時間 **60分**

### 介護保険 住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように

介護保険の仕組みと介護サービスの内容をわかりやすく説明します。

介護福祉課



No.5 説明時間 **20分**

### 税金の申告 申告の種類と方法

所得税、市県民税の申告についてわかりやすく説明します。

税務課



No.6 説明時間 **50分**

### 固定資産税 あなたの所有する土地、建物等の固定資産税はこうして決まります

固定資産税制度の概要について、わかりやすく説明します。

税務課



No.7 説明時間 **40分**

### ごみを減らそう！ 資源循環型社会を目指して

地球資源及び緑豊かな栗原の環境を守るため、ごみの減量化・資源化、分別収集などについて説明します。

環境課



No.8 説明時間 **90分**

### ごみ処理施設の視察研修Ⅰ 栗原市クリーンセンター 編

栗原市クリーンセンターにおいて、ごみ処理について説明し、施設見学を行います。

栗原市クリーンセンター

※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ①くらし

No.9 説明時間 **45分**

### ごみ処理施設の視察研修Ⅱ 栗原市最終処分場 編

栗原市最終処分場において、埋立状況について説明し、施設見学を行います。

栗原市クリーンセンター

No.10 説明時間 **60分**

### し尿処理施設の視察研修 し尿処理について

栗原市衛生センターにおいて、し尿処理の現状について説明し、施設見学を行います。

栗原市衛生センター

No.11 説明時間 **40分**

### 水道水のできるまで 安全で安心な水づくりのために

水道水が水源から各家庭に、どのようにしてつくられ供給されているかを、分かりやすく説明します。

施設課

**オ**

No.12 説明時間 **40分**

### 栗原市の水道料金 よくわかる「水道料金」

料金制度と計算方法、水道事業の経営と会計のしくみを、分かりやすく説明します。

経営課

**オ**

No.13 説明時間 **40分**

### 「水洗トイレ」で快適な生活を！ 水洗化のはなし

快適な生活をおくりながら私たちの水環境を守ることができる、水洗化のための制度や助成、また、それをつなぐ下水道・浄化槽について、分かりやすく説明します。

経営課

**オ**

No.14 説明時間 **60分**

### 消費者トラブルにご用心！ 身の回りの消費者トラブルを解消

日常生活に潜む身近な消費者トラブルや悪質商法等に遭わないために、または、遭った場合の対処方法を分かりやすく説明します。

産業戦略課

**オ**

No.15 説明時間 **60分**

### 栗原市の道路 市民協働による道づくり

道路の役割やボランティアサポーター制度など、市民協働による道づくりについて、分かりやすく説明します。

建設課

**オ**

No.16 説明時間 **40分**

### 栗原市の公共交通 市民バス・タクシー利用助成で 快適・安全な移動を

市民バスの運行内容や、タクシー利用助成の仕組みと利用方法などを説明します。

市民協働課

**オ**

※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ①くらし

No.17 説明時間 **40分**  
**栗原市コミュニティ組織一括交付金制度**  
地域が自立的に生き生きと活動するために

自治会やコミュニティ推進協議会の創意工夫により自立的なコミュニティ活動ができるように分かりやすく「交付金制度」を説明します。

市民協働課

**オ**

No.18 説明時間 **40分**  
**進めよう！男女共同参画**  
男女(とも)につくる栗原

性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮できる社会、それが男女共同参画社会です。

男女共同参画について一緒に考えてみませんか。

市民協働課

**オ**

No.19 説明時間 **30分**  
**栗原市パートナーシップ宣誓制度**  
だれもが自分らしく生きることができる  
社会の実現にむけて

栗原市パートナーシップ宣誓制度について、わかりやすく説明します。

市民協働課

**オ**



※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ②安全・安心

No.20 説明時間 **40分**

### 放射能について 放射能を正しく理解するために

東京電力福島第一原子力発電所事故による放射能の影響と、市の対応状況について説明します。

放射性廃棄物等対策室



No.21 説明時間 **60分**

### 危ないその火 火事のもと 火災から家族と住まいを守ろう

火災への備えは、住まいを安全・安心な場所にするための第一歩です。  
しっかり火災予防対策をしましょう。

消防本部予防課

No.22 説明時間 **40分**

### 栗原市の防災 地域防災力の向上を目指して

災害に関する知識、避難行動、防災マップ等に関する知識について説明します。  
いざという時、適切な避難行動を取れるよう備えましょう。

危機対策課



No.23 説明時間 **60分**

### わが家の災害対策 いざというとき役立つ知識

災害発生時に役立つ知識について学びましょう。

消防本部警防課

No.24 説明時間 **60分**

### 木造住宅の耐震対策 大地震が発生した時、あなたの住まいは大切な命を守れますか？

木造住宅の耐震性について分かりやすく説明し、耐震対策事業の紹介をします。

また、気になるご自宅の耐震性について、簡単な診断をご自身でしてみましょう。

建築住宅課



※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

### ③健康・福祉

No.25 説明時間 **50分**

#### **みんなで取り組む心の健康づくり** 栗原市の自殺防止対策と取り組み

ストレスのセルフチェックや、悩み事の相談の仕方について説明します。

健康推進課



No.26 説明時間 **60分**

#### **地域ぐるみの健康づくり** 健康づくりはみんなの力で実践しましょう

地域で健康づくり事業を行う時の考え方や、市の協力体制、健康づくりの実践方法などを説明します。

健康推進課



No.27 説明時間 **60分**

#### **みんなで取り組む食育** 健康で心豊かな活力ある栗原の実現

第4期栗原市食育推進計画にもとづき、栗原の食の現状や、食育推進の目標、市民（個人・家庭）が主役となり、一人ひとりが取り組む内容について説明します。

健康推進課



No.28 説明時間 **30分**

#### **生活困窮者の相談支援のはなし** 相談の流れについて

生活困窮者の相談支援の内容について説明します。

社会福祉課



No.29 説明時間 **30分**

#### **知って防ごう高齢者虐待** 介護する方も介護される方も健やかに暮らしていくため

高齢者の虐待防止について、いっしょに考えてみませんか？

介護福祉課



No.30 説明時間 **60分**

#### **シニア世代のための健康づくり** 元気なうちから始めよう！

いつまでも、いきいきと自分らしく住み慣れた地域で元気に生活し続けるために、65歳からの健康づくりメニューを詳しく紹介します。

介護福祉課



No.31 説明時間 **30分**

#### **今こそ地域支え合い！** 住み慣れた地域で元気に暮らしていくために

住み慣れた地域で元気に暮らしていくために地域支え合いの重要性や介護予防効果を説明し、身近な地域での支え合い活動等を紹介します。

介護福祉課



No.32 説明時間 **40分**

#### **障害者福祉サービス** 障害者一人ひとりが意義ある生活を送るために

身体障害者、知的障害者及び精神障害者の方などに対する福祉サービスの種類や利用方法などについて説明します。

社会福祉課



※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

### ③健康・福祉

No.33 説明時間 **30分**

#### 知って備えよう成年後見制度

認知症の方や知的障害、精神障害のある方の暮らしを守るために

成年後見制度の概要や、成年後見人等の役割などを説明します。

介護福祉課

**オ**

No.34 説明時間 **30分**

#### 市立病院・診療所のあらし

市立病院・診療所を紹介します

市立3病院・4診療所の概要、医療のわかり方、市立病院の経営状況などを分かりやすく説明します。

医療管理課

**オ**

### ④子育て・教育

No.35 説明時間 **30分**

#### 出張します！おはなし会

絵本の読み聞かせて、  
心豊かな時間を過ごしませんか？

地域のイベントなどで、おはなし会を開催しませんか？幼児から高齢者まで、参加者に合わせたお話を、図書館司書が絵本の読み聞かせなどで紹介します。

栗原市立図書館

No.36 説明時間 **60分**

#### 次代を担う子どもたちのためにⅠ

市の子育て支援サービス

児童福祉サービス（児童手当、子育て応援医療費助成、すこやか子育て支援金など）と保育サービス（保育所入所、子育て支援センターなど）について説明します。

子育て支援課

**オ**

No.37 説明時間 **60分**

#### 次代を担う子どもたちのためにⅡ

子どもがSOSを発信しています

子どもを虐待から守るため、大人一人ひとりがまわりの子どもに関心を持ち自分にできることは何かを一緒に考えませんか？

こども家庭センター

**オ**

No.38 説明時間 **30分**

#### 子どもの就学支援制度

就学援助費

経済的な理由で就学等が困難な、栗原市内の小学生・中学生を対象とした市の支援制度を分かりやすく説明します。

学校教育課

**オ**

No.39 説明時間 **60分**

#### 「ジュニア・リーダー」と遊んでみよう！

みんなで楽しくレクリエーション活動体験

「ジュニア・リーダー」や活動内容について分かりやすく説明した後、実際にジュニア・リーダーと遊ぶ体験ができます。

社会教育課

No.40 説明時間 **60分**

#### 栗原の歴史

かけがえのない歴史遺産を後世へ

市内には国・県・市指定の文化財が200件以上、遺跡が約500か所あります。市内の文化財と保護について説明します。※ご希望のテーマがあればお問い合わせください。

文化財保護課

※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ④子育て・教育

No.41 説明時間 **60分**

### 栗駒山麓ジオパークの推進 ジオパークってなに？

栗駒山麓ジオパークの資源を防災や教育、観光など多目的分野に活用し、地域の活性化を図る取り組みについて説明します。

ジオパーク推進室



No.42 説明時間 **120分**

### 平成20年岩手・宮城内陸地震と 栗駒山麓ジオパーク

過去の災害をふりかえり、  
未来に備えるためには

過去の災害を例に、そこから学ぶ未来への備えについて、栗駒山麓ジオパークビジターセンターと藍染湖ふれあい公園、冷沢崩落地の現地視察を交えて分かりやすく説明します。

ジオパーク推進室

## ⑤市政

No.43 説明時間 **20分**

### 市議会のしくみ 議会について知りたい

議会の構成や運営、請願・陳情のながれなどについて説明します。

議会事務局



No.44 説明時間 **45分**

### 市の広報・広聴活動 栗原市の情報をチェック！

市の情報を受け取る手段、広報紙、ホームページ、各SNSについて説明します。

市政情報課



No.45 説明時間 **30分**

### 市公式LINEを活用しよう

市公式LINEの登録方法、各種機能を説明します。

※スマートフォンの操作方法を学ぶ講座ではありません。操作方法はNo.63で申し込みください。

市政情報課



No.46 説明時間 **60分**

### 栗原市のお金 知ってください、台所事情！

予算を中心に分かりやすく説明します。  
もちろん借金（市債）の事まで。

財政課



No.47 説明時間 **30分**

### 市有地等の売却はどのように？ 土地等売却の流れ

市が所有している土地等で、今後の利用が見込めない物件を売却するまでの流れについて説明します。

管財課

No.48 説明時間 **40分**

### 栗原市市民協働を進めるための 基本指針・行動計画 「市民が創る くらしたい栗原」に向けた ソーシャルデザイン

栗原市市民協働を進めるための基本指針と行動計画の内容を分かりやすく説明します。

市民協働課



※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ** が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ⑤ 市政

No.49 説明時間 30分

### 栗原市の総合計画と地方創生

栗原市の将来像と人口減少対策の取り組みを説明します

「第2次総合計画後期基本計画」の内容を説明します。

企画課



No.50 説明時間 40分

### 栗原市の定住促進事業

若者世代の移住・定住の推進に向けて

市が取り組んでいる定住促進事業について説明します。

定住戦略室



No.51 説明時間 60分

### 栗原市の都市計画

都市計画について勉強しよう！

まちづくりの基本となる都市計画制度と、栗原市の都市計画について、分かりやすく説明します。

都市計画課



No.52 説明時間 30分

### 栗原市の空き家対策

みんなで空き家の管理を考えよう！

空き家の管理や地域の対応など、空き家対策について分かりやすく説明します。

都市計画課



No.53 説明時間 20分

### 環境基本計画

人と環境にやさしい栗原市を目指して

栗原市の環境の現状と保全への取り組みについて説明します。

環境課



No.54 説明時間 20分

### 栗原市地球温暖化対策実行計画

ゼロカーボンシティの実現を目指して

二酸化炭素排出量を削減し、ゼロカーボンシティを実現するための栗原市全体の目標や取り組みについて説明します。

環境課



No.55 説明時間 60分

### くりはらの魅力を紹介します！

栗駒山や伊豆沼・内沼などの地域資源、観光客の入込状況、観光施策について説明しながら、「くりはらの魅力」をお伝えします。

田園観光課



No.56 説明時間 30分

### 公共工事の入札はどのように？

入札制度のしくみ

公共工事がどのように発注されているのか？その入札の仕組み・流れについて説明します。

管財課

※説明時間には、質問時間を含みます。

※ **オ**が付いているメニューは、オンライン開催対応です。

## ⑤ 市政

No.57 説明時間 40分

### 栗原市の行政改革 効率的な行政経営の実現に向けて

行政改革の必要性と今後の取り組みについて説明します。

デジタル行政推進室 **オ**

No.58 説明時間 40分

### 選挙のはなし 楽しく学ぶ選挙制度

選挙のしくみ、明るい選挙の推進など説明します。

選挙管理委員会 **オ**

No.59 説明時間 30分

### 監査制度 監査の役割としくみ

監査制度の概要・意義などについて説明します。

監査委員事務局 **オ**



## ⑥ 農業

No.60 説明時間 40分

### 未来の農地を描く地域計画 地域農業の将来について一緒に考えましょう！

これからの地域農業と農地利用の方向性を示した「地域計画」を、わかりやすく説明します。

農政園芸課

No.61 説明時間 60分

### ほ場整備はどのように進めるの ほ場整備事業の制度と概要

地域で描いた将来の営農構想の実現に向け、農地の集積や大区画化を行う“ほ場整備事業”について、制度や進め方をわかりやすく説明します。

農村整備課 **オ**

No.62 説明時間 60分

### 農林振興と畜産園芸振興！ 農林・畜産・園芸振興の制度や支援は？

農業（水稻・畜産・園芸・担い手）や林業について、地域の現状や補助（支援）制度などを中心に分かりやすく説明します。

農政園芸課・林業畜産課・農業委員会 **オ**

No.63 説明時間 40分

### 栗原の有害鳥獣対策

有害鳥獣の出没状況や防除に対する補助制度、各狩猟免許取得に対する補助制度について説明します。

林業畜産課 **オ**

## ⑦デジタル

No.64

**随時受付**

説明時間 **120分**

### スマートフォン出前講座

便利でかんたん 人にやさしい デジタルくりはら

基本的な操作方法や市公式LINE・防災アプリなどの使用方法、マイナポータルの活用方法などについて、受講者所有の端末または、貸出用端末を使用して操作説明をします。

また、スマートフォンを使い、マイナンバーカードの取得を支援します。

※申し込みは、参加者2人以上から受け付けます。

※定員の上限は10人です。日時や講座メニューは受講者の希望とレベルに応じて決定しますので、ご相談ください。

市政情報課

#### 【基本講座】

- ①電源の入れ方、操作の仕方
- ②電話のかけ方、カメラの使い方
- ③アプリのインストール方法
- ④インターネットの利用方法
- ⑤メールの利用方法
- ⑥地図アプリの利用方法
- ⑦LINEなどSNSの使い方
- ⑧スマートフォンを安全に使うためのポイント

#### 【応用講座】

- ①マイナンバーカードの申請方法
- ②マイナポータルの活用方法
- ③健康保険証利用の登録・公金受取口座の登録
- ④栗原市が提供するオンラインサービスの利用方法
- ⑤新幹線きっぷ購入方法  
(JR東日本協力)

☆基本メニュー以外のテーマでのセミナーも受け付けています。

企画部市政情報課または、最寄りの総合支所にご相談ください。



い・ど・う市民セミナー申込書【記入例】

開催希望日の1カ月前までに申し込みください。

申込年月日 令和8年5月29日（金曜日）

団体名		〇〇〇〇〇〇組合 築館支部			
代表者	氏名	栗原 一郎	電話	22-〇〇〇〇	
	住所	〒989-〇〇〇〇 栗原市築館〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇			
	Eメール アドレス	〇〇〇〇〇〇@〇〇〇〇.co.jp			
連絡 担当者	氏名	栗原 二郎	電話	090-〇〇〇〇-〇〇〇〇	
	住所	〒989-〇〇〇〇 栗原市築館〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇			
	Eメール アドレス	〇〇〇〇〇〇@〇〇〇〇.co.jp			
希望メニューの 番号、名称		第1希望	No.1	メニュー名	マイナンバーでもっと便利に！
		第2希望	No.64	メニュー名	スマートフォン出前講座
日 時	第1希望	令和8年 7月 3日（金曜日） 午前・午後 10時 00分から			
	第2希望	令和8年 7月10日（金曜日） 午前・午後 2時 30分から			
セミナー開催方法 (希望するいずれかに <input checked="" type="checkbox"/> を入れてください)		<input checked="" type="checkbox"/> 現地開催	会場名 〇〇〇集会所（電話番号22-〇〇〇〇） 住所 栗原市築館〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇		
		<input type="checkbox"/> オンライン開催	会場名 (電話番号 ) 住所		
参加予定人数		10人			

※同日開催希望

2つのメニューを一度に受講したい場合は、欄外に記入してください。

◎お申し込み及びお問い合わせは

〒027-2202 西原市築館薬師一丁目7番1号

TEL 0228-22-1126

FAX 0228-22-0313

Eメールアドレス koho@kuriharacity.jp

参加予定人数は、原則10人以上で  
お願いします。※No.64は除く。

市政情報課

市民サービス課

（ご記入の上、本庁又は各総合支所へ持参、FAX、郵送等でお申し込みください）

\* メニュー担当課の業務の関係で、実施日時等の変更等について、メニュー担当課からご相談又は調整させていただくことがありますので、ご協力をお願いいたします。

受付日時	年 月 日	受付番号	
備考			

※コピーしてご使用ください。

い・ど・う市民セミナー申込書

申込年月日 年 月 日（ 曜日）

団体名					
代表者	氏名			電話	
	住所	〒			
	Eメール アドレス				
連絡 担当者	氏名			電話	
	住所	〒			
	Eメール アドレス				
希望メニューの 番号、名称		第1希望	No.	メニュー名	
		第2希望	No.	メニュー名	
日 時	第1希望	年 月 日（ 曜日） 午前・午後 時 分から			
	第2希望	年 月 日（ 曜日） 午前・午後 時 分から			
セミナー開催方法 (希望するいずれかに <input checked="" type="checkbox"/> を入れてください)		<input type="checkbox"/> 現地開催	会場名 (電話番号 ) 住所		
		<input type="checkbox"/> オンライン開催	会場名 (電話番号 ) 住所		
参加予定人数		人			

◎お申し込み及びお問い合わせは

〒987-2293 栗原市築館薬師一丁目7番1号

TEL 0228-22-1126

・栗原市 企画部 市政情報課

FAX 0228-22-0313

・各総合支所 市民サービス課

Eメールアドレス koho@kuriharacity.jp

（ご記入の上、本庁又は各総合支所へ持参、FAX、郵送等でお申し込みください）

\* メニュー担当課の業務の関係で、実施日時等の変更等について、メニュー担当課から  
ご相談又は調整させていただくことがありますので、ご協力をお願いいたします。

受付日時	年 月 日	受付番号	
備 考			

※コピーしてご使用ください。

