

令和7年度 出前講座メニュー（令和7年4月18日更新）

	・・・新規講座
	・・・リニューアル講座

▼ 市役所の出前講座

分類	番号	講座名	内容等	担当課
市政等	1	はじめてみよう！市民活動	市民活動の事例や市の支援等を紹介します。	地域振興課 TEL53-5111
	2	みんなで乗ろう♪公共交通	乗合タクシー「まいちゃん号」や路線バスの利用方法、お得な乗りこなしのコツについて、わかりやすく説明します。	
	3	自治会のデジタル化	自治会館へのインターネット回線整備支援策を説明します。	デジタル未来推進課 TEL 53-5169
	4	空家について考えよう	空家の現状と課題、解決方法（活用、除却など）について一緒に考えてみましょう。	シティセールス課 TEL53-5140
	5	選挙に行こうよ	選挙全般についてのおはなし	総務課 TEL53-5168
	6	米原市の財政	予算の概要や財政の状況	財政課 TEL53-5165
	7	「ともにつながり ともに創る 住みよさ実感 米原市」のまちづくりについて	自治基本条例、総合計画、行政経営改革、まち・ひと・しごと米原創生総合戦略などの取組について	政策推進課 TEL53-5162
	8	身近な税金の話（市税編）	個人市民税、固定資産税のあらましと課税の仕組みなど	税務課 TEL53-5115
	9	地籍調査事業	地籍調査事業（最新の測量技術により土地境界を正確に測量し、現地と合致した図面を作成する事業）の紹介と説明	建設課 TEL53-5143
	10	みんなで学ぼう！障がい福祉	障がい者理解を深めよう	障がい福祉課 TEL53-5123
	11	介護従事者向け手話の体験学習	聴覚障がいの理解と対応について	
	12	手話の体験学習	きこえない人の暮らしと手話の体験	
	13	発達障がいってなあに	発達障がいの理解と対応について	障がい福祉課（発達支援センター） TEL53-5124
	14	介護保険ってなあに	介護保険のしくみと市の現状 （30分程度）	高齢福祉課 TEL53-5122
	15	防ごう高齢者虐待	高齢者の尊厳を守るためにみんなでできることをお伝えします。	高齢福祉課 TEL53-5120
	16	つくってみよう♪地域のお茶の間	地域での居場所づくりと支え合い活動を支援する地域お茶の間創造事業を紹介します。	社会福祉課 TEL53-5121
	17	国民健康保険ってなあに	国民健康保険制度の目的と内容、市の現状	市民保険課 TEL53-5114
	18	福祉医療ってなあに	福祉医療制度の目的と内容	
	19	後期高齢者医療制度ってなあに	75歳以上の医療制度の内容、保険料、医療機関での窓口負担など	
	20	農作業安全講座	農作業安全啓発DVDの視聴、優良事例などから地域での農作業の取り組み方について再確認をしてみましょう。	農政課 TEL53-5141
	21	豊かな農村の恵みを守る！農村まるごと保全向上対策	世代をつなぐ農村まるごと保全向上対策について制度の内容や取組事例について紹介します。	
子育て	22	子育てを楽しもう！	子どもと一緒に遊ぼう！ 子育てについて語ろう	保育幼稚園課 TEL53-5133
	23	子どもの元気な体づくり （①乳児編・②幼児編選択）	乳幼児期の子どもの発達とそれを支える食事について（30～40分）	健康づくり課 TEL53-5125
健康	24	やってみよう！まいばら体操	音楽療法士によるまいばら体操の紹介その他、楽器や歌で音楽を楽しみましょう。（回数制限があります）	高齢福祉課 TEL53-5120
	25	転倒予防	転倒予防について（説明と体操の紹介）	
	26	STOP！フレイル健康体操	フレイル（虚弱）予防のお話と椅子に座りながら手足を動かすなわとび体操を紹介します。	
	27	今日から始める認知症予防	認知症の原因や予防について、自分にできる予防を考える	
	28	あなたの血管元気ですか	健康に暮らすために大切な、生活習慣病予防について学びましょう。	健康づくり課 TEL53-5125
	29	若い頃から始めるがん予防	がんの現状とがん検診の案内、予防について （30～40分程度）	
	30	元気のみなもと！バランス食の秘訣	ちょうど良い食事の量は人それぞれ。自分に合ったバランスについて学んでみませんか？	

分類	番号	講座名	内容等	担当課
環境	31	皆で学ぼう！ごみの分別ルール(基本)	ごみの分別など、日常のごみ出しにおける基本的なルールを学びます。	環境政策課 TEL53-5112
	32	家庭でできる！地球温暖化対策	地球温暖化を防ぐためにわたしたちにできることを考えます。	
	33	ねえ知ってる！？伊吹山植生復元プロジェクト	伊吹山の現状と今後の植生復元プロジェクトについてお話します。	まち保全課 TEL53-5175
	34	環境学習～ぼたるのお話～	米原市のシンボルであるホテルのお話会を通して地域の身近な環境を学びます。	
	35	みんなで始めよう鳥獣害対策	ニホンザルやニホンジカ、イノシシなど鳥獣別に必要な対策および補助制度などについて説明します。	
	36	こうして届けられる水道水	上水道施設の見学	上下水道課 TEL53-5173
	37	下水道ってなんだろう	下水道施設の見学	
教育	38	図書館はこんなところ	本の探し方や使い方、知りたい情報、疑問などの調べ方など	山東図書館 TEL55-4554 近江図書館 TEL52-5246
	39	ブックトークでいろんな児童書に出会おう！	テーマに沿って本の内容を紹介します。	
観光	40	サイクルツーリズムを楽しもう！	市内のサイクリングルート、サイクリングのマナーなど	シティセールス課 TEL53-5140
人権	41	人権ワークショップ＆講話	差別に気づき・学ぶ 体験的参加型学習もしくは人権講話	生涯学習課 TEL53-5154
	42	人権尊重のまちづくり	身近な生活の中にある差別や偏見を学ぼう	人権政策課 TEL53-5167
	43	男女共同参画社会づくり	ともに築こう！男女のパートナーシップ	
文化歴史	44	米原市の歴史	縄文時代から現代までの米原市の歴史 入門編	生涯学習課 TEL53-5154
	45	米原の山と水	伊吹山・霊仙山・姉川・天野川の自然に抱かれたくらしについて	
	46	米原の道と交流	米原市を縦横に結ぶ街道と人々の交流の歴史について	
スポーツ	47	ニュースポーツを知ろう！	気軽に誰でもできるニュースポーツのルールを紹介します。	スポーツ推進課 TEL53-5155
防災・安全	48	最近の消費者トラブルと対処法	悪質商法の手口や被害に遭わないための方法をアドバイス(平日の昼間のみ)	地域振興課 TEL53-5110
	49	地域の災害特性と災害対策について ～日頃の備えを大切に～	地域の災害特性の確認、命を守る行動についての講座です。 (注意事項あり) ※申込を希望される場合は、事前に担当課へお問い合わせください。	防災危機管理課 TEL53-5161
	50	地域防災計画について ～自主防災組織の在り方～	地域が主体となって取り組む、地域防災計画と自主防災組織の在り方を一緒に考えましょう！(注意事項あり) ※申込を希望される場合は、事前に担当課へお問い合わせください。	
	51	地域で支えよう！ 避難行動要支援者の支援体制づくり	避難行動要支援者の避難行動支援計画(全体計画)と避難支援プラン(個別計画)づくりについて	社会福祉課 TEL53-5121
	52	住まいの地震対策	住宅の地震対策について	都市計画課 TEL53-5144
施設見学	53	議場見学	議場等の見学とあわせて、市議会の概要について説明をします。	議会事務局 TEL53-5134
	54	東部給食センターの見学	施設内見学と食育についての研修(施設使用料・必要)、給食の試食(自己負担金・必要)※10人～30人の団体を対象	学校給食課 TEL53-5196
	55	ルッチプラザの見学	舞台の裏側を見てみよう！ ルッチプラザの施設探検	生涯学習課 TEL53-5154
	56	本庁舎見学	米原市役所本庁舎の見学とあわせて、建物内の工夫や市役所の仕事内容を説明します。	契約管財課 TEL53-5166

▼その他、関係機関の出前講座 消防署や県などの講座です。

分類	番号	講座名	内容等	担当機関
施設見学	57	クリスタルプラザ・リサイクル学習	クリスタルプラザの見学(平日のみ)	湖北広域行政事務センター業務課 TEL0749-62-7143
	58	東北部浄化センターの見学	普段見る機会が少ない浄化センターを見学し、汚水がきれいになる過程を学ぶことが出来ます。	滋賀県北部流域下水道事務所 東北部浄化センター TEL0749-26-6634
	59	消防署の見学	消防署の見学	湖北地域消防本部 米原消防署(天満地先) ※新庁舎に移転しています TEL0749-53-4688
環境	60	ごみ処理物語	ごみが処理されていく全体の仕組みと分別の関係性について紹介します。分別アプリ、粗大ごみ戸別収集、持ち込み時の注意事項を紹介しします。	湖北広域行政事務センター業務課 TEL0749-62-7143
	61	知ってください！あなたのセンター施設	湖北広域行政事務センターの紹介とセンターで管理・運営する施設(クリスタルプラザやウィングプラザなど)を紹介します。	
	62	新施設ってなあに？	湖北広域行政事務センターが進める施設(ごみ処理施設・汚泥再生処理センター)の整備概要と今後のスケジュールについて紹介します。	湖北広域行政事務センター 施設整備課 TEL0749-62-7146
	63	環境学習の企画サポート	自然環境や水環境、地球環境など環境学習に関する企画、学習活動をサポートします。	滋賀県立琵琶湖博物館環境学習センター TEL077-568-4811
	64	食とエネルギー	食生活と環境のつながりをカードを使って考える参加型プログラム	滋賀県地球温暖化 防止活動推進センター TEL077-569-5301
	65	エコの種をとりもどそう ～昔の暮らしをふりかえって～	ワークショップで暮らしの電気使用量変化に気づき、自分にあった節電方法を見つけ出す	
	66	あっとホーム	ゲームを通じて家庭内のムダを見つけ出す	
	67	生きているびわ湖 ～フローティングスクール事前学習プログラム～	32個の大きなBOXを使って琵琶湖のすばらしさを発見しよう！	
	68	エコな食事メニューを考えよう！ ～自由研究講座～	グループワークを通してみんなでエコな食事メニューを考えよう！	
	69	地球温暖化ってなあに？	地球温暖化がどうして起こるのか。またその影響をパネルを使って理解する。地球温暖化を防ぐにはどのようにしたらよいのかを考える。	
	70	森とつながろう！ ～やまのこ事前学習プログラム～	木製品などとのふれあいを通して日々の生活と森とのつながりに気づこう	
	71	普段の暮らしに役立つ非常食を作ろう！	包装食袋(ハイゼックス)を使った調理や火を使わず簡単にできるメニューを体験していただきます。それ以外にも身近な物を活用した防災グッズの作り方もお教えします(材料費等は実費負担となります)。講座時間は約2時間です。	米原市赤十字奉仕団 TEL 0749-53-5154(生涯学習課)
防災・安全	72	消火器の取り扱い	あなたも初期消火の達人	湖北地域消防本部 米原消防署(天満地先) ※新庁舎に移転しています TEL0749-53-4688
	73	家庭での出火防止対策	住宅火災で多くの方が亡くなっています。過去の住宅火災の原因を基に、自宅の防火安全チェックや出火防止対策を考えます。	
	74	地震体験	地震！その場で守ろう身の安全	
救命	75	救命講習	心肺蘇生法やAEDの使用法などを学ぶ	
福祉	76	ストップ！！悪質商法 ～被害にあわないために～	悪質商法や、特殊詐欺の手法や対処法についての理解を深めます。	米原市社会福祉協議会 ボランティアセンター TEL0749-54-3100
	77	「避難所運営ゲーム(HUG)」	カードを避難者に見立て、図上(避難所)への適切な配置(配慮)や、発生するハプニングへの対応をゲーム形式で体験します。	
	78	「防災カードゲーム クロスロード」	災害時対応におけるジレンマをテーマにゲーム形式で話し合い、災害対応にも様々な考え方があることを学びます。	
	79	知って得する介護のコツ	介護技術指導、身体の負担を少なくする介護のコツをお伝えします。	
	80	ヘルパーさんってどんなことをしてくれるの？	ヘルパーができるサービスを説明します。	
	81	認知症 日頃の生活から考えよう！	クイズや寸劇、予防体操、紙芝居などを交えてボランティア等がわかりやすくお伝えします。(内容については要相談)	
	82	健康寿命をのばそう！～生き生きと健康に暮らすために～	身体と頭を使う体操やゲームを紹介します。 体操(20～30分)と認知症についての話や頭の体操(20～30分) ※申請は開催希望日の前月20日までにお願いいたします。 ※月～金の午後の時間帯が派遣し易くなっています。土日祝日、午前の時間帯については調整が難しく、要相談となります。	
	83	成年後見制度ってどんなもの？	認知症、知的障がい、精神障がい等で自分で判断することが不十分になっても、財産が守られ、自分らしい暮らしができるように支援する制度についてお伝えします。	
	84	子どもの未来アクション	貧困をはじめとする子どもの問題を、地域の身近な問題として考えます。	
	85	よくわかる在宅医療とケア	在宅で受けられる医療やケアについて ・在宅で受けられる医療と看護 ・介護サービスの利用の仕方 ・どんな準備をしたらいいの？ ・いざというときの備え ※「よくわかる在宅医療と介護」冊子を配布します。	長浜米原地域医療 支援センター TEL0749-65-2755
	86	自分らしく生きるための「人生会議」について ～エンディングノートと人生会議～	望む医療やケアを大切な人と話し合うこと＝人生会議 ・元氣なうちからの人生会議 ・どんなことを考えたらいいいの？ ・考えを書き留めておくこと ※オリジナル「大切な人へ伝えたいノート」を配布します。	
	87	もしものときの望む医療やケアを考えてみよう	もしものための話し合い「もしバナゲーム」を体験 ・自分が何を大切に過ごしたいか、カードゲームをしながら、みんなで楽しく考えるきっかけとなります。	

分類	番号	講座名	内容等	担当機関
生活	88	認知症ってなあに ～思いを理解して関わるために～	紙芝居、もしくはスクリーンを用いて認知症について理解を深めます。(紙芝居、スクリーン選択可)	社会福祉法人ひだまり TEL0749-55-3131
	89	認知症を予防しよう ～脳を元気にいきいきと～	紙芝居、もしくはスクリーンを用いて認知症の予防について理解を深めます。(紙芝居、スクリーン選択可)	
	90	みんなで知ろう介護保険について ～ケアマネジャーから話を聞こう～	介護保険についてケアマネジャーにお話ししていただきます。	
	91	地域密着型サービスってなあに ～ケアマネジャーから話を聞こう～	グループホームや小規模デイ、小規模多機能サービスについて説明します。	
	92	サロンで活用できるゲームや体操 ～介護予防の実践～	A. 身体も心も、いきいき運動 B. みんなで協力オセロゲーム～白・黒チームに分かれて、白黒つけよう～ C. 高齢者いきいき体操～音楽に合わせて楽しく体を動かそう～ D. 歌いながら、なるこを鳴らそう～オンチでも、なるこを鳴らせば聞こえない！歌って鳴らしてストレス発散～ ※A～Dの中から選択できます。	
	93	知っておきたい健康講座 ～血圧や生活習慣病について～	看護師が伺って、血圧や生活習慣病についてお話しします。	
	94	季節の健康豆知識	看護師が伺って、春～夏には、脱水のサインと対策、秋～冬には、感染症や脳卒中予防についてお話しします。	
	95	施設見学コース	地域密着型の介護事業所を見学いただき説明します。	
	96	チェアヨガを活用し介護予防、廃用症候群予防につとめましょう	チェアヨガインストラクターによる膝や腰のトラブル対処方法を椅子に座ったまま出来るヨガで紹介し、介護予防につなげます。	
	97	転倒を予防して、元気に暮らそう	理学療法士・作業療法士が伺って、転倒予防についてアドバイスいたします。	
	98	正しい姿勢を学んで痛みを軽減しよう！	理学療法士・作業療法士が伺って、正しい姿勢の取り方により痛みを軽減できるようアドバイスをいたします。	
	99	元気づくり出前講座	「運動」・「栄養」・「社会参加(人との関わり)」3つのキーワードでまだまだ元気に過ごせます。理学療法士がわかりやすく元気づくりを解説します。	
	100	みんなの健康教室 ～痛みのお悩み相談～	普段からお困りの身体の痛みについて原因と予防法を理学療法士がわかりやすく解説します。	
	101	自分の身体は何歳？体力年齢を知ろう	簡易的な運動機能テストを実施。その結果をもとに日常生活に関するアドバイスを理学療法士が行います。	
	102	お口から元気に！～お口の健康アップ～	口腔ケアや口腔体操など、お口の健康について紹介します。お口の健康から身体の健康に繋がっていきましょう。	
	103	出張「ちょっと相談所」	専門職がサロンやお茶の間へ出向き、介護や福祉のお悩みに対応します。	特別養護老人ホーム 坂田青成苑 TEL0749-55-3511
	104	高齢者の栄養管理と食中毒予防教室	管理栄養士による、高齢者の栄養管理と食中毒予防を理解する教室です。あわせて食べやすさに配慮した調理の工夫も学びます。	
	105	誤えん予防体操でおいしく食べよう	いつまでもご飯をおいしく食べていくために誤えんを予防する体操を紹介します。	
	106	体験型を取り入れた施設見学コース	①介護老人福祉施設や介護老人保健施設のサービスの理解を深めます。②デイサービス等の運動訓練や機能訓練や特浴等での入浴体験が可能です。③昼食(普通食、キザミ食、ソフト食)の試食も可能です。	
	107	ホームの利用者と交流事業 (小学生対象)	小学生と、①作成した絵の紹介②昔の生活や遊び紹介③利用者による手作り料理教室への参加④ピアノによる合唱などで交流します。	
	108	高齢者施設で働く専門職ってなにをするの？	専門知識を有する職員(看護師、PTOT、管理栄養士、薬剤師、ケアマネジャー等)はどんな仕事をしているのかを学びます。	
	109	わかりやすい介護保険講座	日頃から様々な相談を受けている専門職がわかりやすく介護保険制度を説明します。	
	110	高齢者疑似体験	体験装置を装着し、日常動作を擬似的に体験することで加齢による身体的な変化を知り、高齢者の気持ちやコミュニケーションの取り方を学びます。	
	111	どうして年を取ると忘れがちになるの？	小学生高学年を対象に簡単な講義や予防的な運動を教えることにより、高齢者への理解を深めます。	
	112	認知症ってどんな病気？	簡単な講義や認知症の検査方法や予防のための運動を体験します。	
健康	113	くすりを安心・安全に使用するためにかかりつけ薬局・薬剤師を持ちましょう	薬局は「地域の健康ステーション」。有効に利用して健康維持・増進や疾病の治療に役立てましょう。お薬手帳の活用や在宅訪問、かかりつけ薬剤師の活用や在宅訪問、かかりつけ薬剤師制度などについてお話しします。	どんぐり薬局近江店 TEL0749-51-1736
	114	くすりの正しい飲み方・使い方	薬の役割や服用するタイミングとその理由、外用薬の使い方、飲み合わせなどについてお話しします。	
	115	くすりの整理や管理を上手に行う方法	残った薬はどうしたらいい？薬がたくさんあってわからなくなってしまう…、飲み忘れをなくすには？などの困りごとを解消します。	
	116	くすりの正しい知識	薬の知識を深めて正しく使しましょう。ジェネリック医薬品、一般用医薬品などについてお話しします。	
	117	検察庁ってどんな仕事をしているの？	刑事事件における手続の流れと検察の役割 ・検察庁の業務内容の説明、質疑応答 ・裁判員制度の説明、質疑応答	大津地方検察庁 TEL077-527-5144

分類	番号	講座名	内容等	担当機関
生活	118	滋賀県の経済・産業の魅力	財務省が行っている景気調査の結果について紹介します。その他、景気調査の中で取材した滋賀県の企業の特徴的な取り組みなどを紹介するメニューも用意しています。	近畿財務局大津財務事務所 TEL077-522-3765
	119	財務大臣になって予算を作ろう！	財務大臣になって、「みんなからどのようにお金を集めて、どの様に使えば、国の未来を良くできるのか」を考えてもらいます。小・中・高の子供のレベルに合わせたメニューを用意しています。	
	120	子育て世代のためのマネー講座	子育て世代が知っておきたいお金の知識や生活設計、お金の貯め方のコツなどを紹介します。小さいお子様と一緒にでの参加も可能です。	
安心・安全	121	マイカーによる運転技術診断 (オブジェクト講習)(交通安全教室)	マイカーを運転してもらい、運転者の運転行動を車や頭、足に取り付けたセンサーとGPSで計測し、コンピューターで運転技能を評価し、運転者のクセや欠点を確認し、今後の安全運転に繋げてもらいます。(1人当たりの講習は約1時間です。) ※65歳以上の高齢者対象、機器準備のため、約1か月前の予約をお願いします。	滋賀県米原警察署 交通課 TEL0749-52-0110
	122	映像シミュレーターによる危険予測トレーニング (交通安全教室)	映像シミュレーターを見ながら、運転者が危険を感じた場面で手元のボタンを押してもらい、危険を予測し、その結果について、警察官がアドバイスをしない、受講者の交通事故防止に繋げてもらいます。(1講習は1時間程度、20人までの参加となります)	
	123	VRゴーグルによる交通事故の疑似体験(交通安全教室)	VRゴーグルを着用してもらい、自動車を運転している人の視点から道路を走行する際によく起こる可能性のある事故の怖さや危険性を疑似体験してもらい、交通安全意識を高めてもらいます。なお、体験中の映像をスクリーンに映し出し、参加者全員が学習することができます。(1回当たり50分程度、運転免許保有者対象)	
健康、福祉・介護	124	健康で長生きの秘訣	元気で長生きするために効果的な健康法や体操を紹介させていただきます。	社会福祉法人 大樹会 きらめきデイサービスセンター TEL0749-52-8816
環境、安全・安心、科学	125	SDGs リサイクルガラスアート	廃材をつかって、ガラスアートを作ります。 SDGs6項目を実施します。 (材料費は別途かかります。)	一般社団法人フォトガラス アート協会(滋賀支部) TEL090-5011-1023
福祉・介護	126	健康寿命を延ばそう	生活習慣病等に関するクイズ、頭の体操	社会福祉法人 近江薫風会 TEL0749-54-8200
	127	認知症について	認知症を理解し、どの様に関わっていくか等	
	128	介護技術	車椅子等の使用方法について	
	129	いつか来る介護の生活	その時、どう向き合うのか、制度の活用やお気持ちに寄り添ったお話をさせていただきます。	
	130	高齢者の衣服選びについて	ご高齢になられても、日々を元気で楽しく過ごすための衣服の選び方についてお話しします。	

※No.49とNo.50の予約は1か月以上前をお願いします。また、末尾に概要があるのでご参照ください。

▼出前講座に登録された市民講師「まなびサポーター」の講座です。

	・・・新規講座
	・・・リニューアル講座

分類	番号	講座名	詳細内容	対象
自然科学	S1	野外自然観察(観察、採集、飼育)	地域の里山を散策して生き物の観察、飼育をしてみよう！	どなたでも
	S2	郷土の自然学習	郷土の自然、生き物を学びます。(オオムラサキの飼育指導など)	どなたでも
教育等一般	S3	おはなし会	紙芝居や絵本などの読み聞かせ、ブックトーク(本の紹介)など	どなたでも
	S4	英会話	小・中学生対象に英語の指導を行います。	小・中学生
	S5	学習補助(英語・数学)	中学生を対象とした英語・数学の学習補助、成人については、英語学習の復習・英会話の指導を行います。	中学生・成人
芸術・文化	S6	茶道(裏千家)	茶道の実演を行います。茶道を通じて日本の和の心、日常生活におけるマナーを学んでみませんか。	どなたでも
	S7	音楽指導	ピアノ伴奏や発声からの合唱指導や、教材作成、音楽行事のサポートを行います。	どなたでも
	S8	演奏指導(ハンドベル体験)	ハンドベルで演奏体験をしてみよう！	どなたでも
家庭生活 趣味健康	S9	フラワーアレンジメント(生花)	四季や空間にあわせて様々な花を選んで作り上げるフラワーアレンジメントの魅力に触れてみませんか。	小学生以上
	S10	ガーデニング(鉢物)	自然を身近に感じることが出来るガーデニング、季節感を実感して自然をたのしみませんか。	小学生以上
	S11	短歌、俳句、冠句	短歌、俳句、冠句に触れ、楽しみ、学習します。あなたの感性を言葉に乗せて表現してみよう。	小学生以上
スポーツ レクリエーション	S12	気軽にやってみよう！ニュースポーツ講座	屋外スポーツから、集会場でもできる屋内スポーツまで、楽しくからだを動かしてリフレッシュ！	どなたでも
	S13	高齢者 健康講座	からだの健康づくりを中心に教室、講義、講演を行います。	高齢者
	S14	Let's Enjoy! モルック	ユニバーサルスポーツとして最近注目されている、モルックを体験してみよう！	どなたでも
芸術・文化	S15	手話・手話歌	手話や手話歌をとおして、ろう者の皆さんと一緒に手話をはじめてみませんか。	どなたでも

まなびサポーターは、市に登録されたボランティア講師の皆さんです。講座内容については、事前に講師とよく相談し、実施してください。講座の活動条件、講師料や教材費の有無、事前申込期限等は講師によって異なりますので、直接生涯学習課へお問合せください。

令和7年度 出前講座 防災危機管理課講座概要

番号・講座名	「No. 48」地域の災害特性と災害対策について～日頃の備えを大切に～
説明	地域の災害特性の確認、命を守る行動についての講座です。
内容	防災危機管理課職員が講師となり、地域や企業など団体に対して防災に関するメニューの中から講座を開催します。おもに米原市で起こりうる災害や事象を説明し、理解していただくとともに、命を守る行動をとっていただけるように説明いたします。 (1) 説明のメニュー ①「風水害、土砂災害」 防災ハザードマップを中心に、該当する地域の災害状況や避難対策などを説明します。 ②「地震、原子力災害」 南海トラフをはじめとした地震災害の状況や、原子力災害について、また、その対応、対策などを説明します。 ③「その他気象災害」 米原市や滋賀県を中心とした気象状況の説明、冬季積雪の状況やその対策などを説明します。 (2) 時間について ①30分コース（上記メニューのうちどれかひとつ説明） ②60分コース（上記メニューのうちどれかひとつを詳しく説明） ③60分コース（上記メニューのうちどれかふたつを説明） (3) 説明資料 ①パワーポイントによる説明 ②紙資料による説明 ③ハザードマップによる説明（必要であれば配布します。）
注意事項	(1) 現地開催の場合 ・参加人数は、10人以上 (2) 市役所開催の場合 ・参加人数は、5人以上 (3) 予約、申請方法 ・1日あたり1講座となります。 ・先着となりますので、事前に防災危機管理課へ日程の調整と予約を行ってください。 ・講座開催日の1ヶ月前までに、生涯学習課に申請してください。 (4) 開催時間 ・平日 午前9時から午後9時まで ・休日 午前9時から午後5時まで（夜間は開催しません）

令和7年度 出前講座 防災危機管理課講座概要

番号・講座名	「No. 49」地域防災計画について ～自主防災組織の在り方～
説明	地域が主体となって取り組む、地域防災計画と自主防災組織の在り方を一緒に考えましょう！
内容	地域防災計画の作成、見直しについての相談や、意識向上のワークショップなどを行います。一方的な講義というより、参加された方の意見を取りまとめ、進めていく方式です。 (1) 説明のメニュー ①地域防災計画の策定について ②地域防災計画の見直しについて ③自主防災に関するワークショップ (2) 時間について ①60分コース（上記メニューのうち①、②） ②90分コース（上記メニューのうち①、②） ③120分コース（上記メニューのうち③） (3) 説明資料 ①パワーポイントによる説明 ②紙資料による説明 ③ハザードマップによる説明（必要であれば配布します。） (4) 意見交換・ワークショップ ・1班4～6人を3班～6班程度の人数で、意見交換、ワークショップを開催します。市職員は、司会、助言になります。 ・必要に応じて防災士の方に参加していただく場合があります。
注意事項	(1) 現地開催の場合 ・参加人数は、10人以上 (2) 市役所開催の場合 ・参加人数は、5人以上 (3) 予約、申請方法 ・1日あたり1講座となります。 ・先着となりますので、事前に防災危機管理課へ日程の調整と予約を行ってください。 ・講座開催日の1ヶ月前までに、生涯学習課に申請してください。 (4) 開催時間 ・平日 午前9時から午後9時まで ・休日 午前9時から午後5時まで（夜間は開催しません）