

平成28年度版

生涯学習まちづくり出前講座

～暮らしのまなび・地域のまなびに役立てよう～

出前講座は、市民のみなさんの聞きたい・知りたい・学びたい内容に応じて市の職員などが直接お伺いし、市民生活や生涯学習の推進に役立つ情報をお届けするものです。暮らしの「？」を「！」に変える、生涯学習まちづくり出前講座をぜひご利用ください。

お申し込み
お問い合わせ

市教委 生涯学習課
(ルッチプラザ内)

☎55-8106

FAX 55-4556

市役所の出前講座 市役所の職員が講師になります。講師料は不要です。

分類	番号	講座名	内容等	担当課
議会	1	議会の役割ってなあに	市議会の概要について	議会事務局
市政等	2	職員いきます！プロジェクト地域担当職員制度	地域担当職員制度の仕組みと、これまでの派遣自治会の活動を紹介し	地域振興課
	3	選挙に行こうよ	選挙全般についてのおはなし	総務課
	4	情報公開について	情報公開制度とは	
	5	認可地縁団体について	地縁団体制度の仕組み	
	6	米原市の財政	予算の概要や財政の状況	財政課
	7	水源の里まいばらについて	「水源の里まいばら元気みらい条例」と集落の元気づくりについて	みらい創生課
	8	創造的な選択で元気な米原市へ	行財政改革大綱・実施計画の概要と各種取組について	政策推進課
	9	まちの憲法「自治基本条例」ってなあに	自治基本条例の概要、これからのまちづくりについて	広報秘書課
	10	使って便利 メール配信サービス	メール配信サービスの登録方法や利用方法をわかりやすく説明します	
	11	マイナンバーってなあに!?	マイナンバーとは？マイナンバーでどうなる？疑問にお答えします	
	12	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
	13	申請しよう！マイナンバーカード 	マイナンバーカードの申請方法を説明します。申請のための写真撮影も行います。	市民窓口課
	14	窓口業務アラカルト	各種届出の方法や証明書の請求申請について	
	15	【体験乗車付き】みんなで乗ろう！公共交通	新規導入中の低床型バスの体験乗車や、乗合タクシー「まいちゃん号」「カモン号」の体験乗車、利用方法等について	防災危機管理課
	16	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
福祉	17	みんなで学ぼう！障がい福祉	障がい者理解を深めよう	社会福祉課
	18	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	高齢福祉介護課
	19	介護保険ってなあに	介護保険の仕組みと市の現状	
	20	高齢者・障がい者の権利擁護	みんなで防ぐ虐待・成年後見制度とは	くらし支援課
	21	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	保険課
	22	福祉医療ってなあに	福祉医療制度の目的と内容	
	23	後期高齢者医療制度とは	制度の内容、保険料、医療機関等での窓口負担など	
	24	古民具を使った「昔ばなし」で楽しいサロン	伊吹山文化資料館に保管している民具でサロンのお手伝いをします	歴史文化財保護課
子育て	25	みんなで創るまいばらの子育て環境づくり 	放課後安心プランの取組、まいばらの子育て支援サービスのご紹介	子育て支援課・保育幼稚園課
	26	子どもと一緒に遊ぼう 	子育てを一緒に楽しみませんか	保育幼稚園課
	27	家庭の教育力 	子どもの自立を目指すために大切にしたいことをみんなで一緒に考えましょう	生涯学習課
	28	子どもの元気な体づくり(乳児編)  	乳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
	29	子どもの元気な体づくり(幼児編)  	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	30	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。	くらし支援課
	31	転倒予防	転倒予防について(説明と体操の紹介)	
	32	認知症ケアは十人十色 	認知症の基本的な理解や、最近のケアについての情報、考え方や接し方について	
	33	認知症を食い止める！～鍵を握る生活習慣病～	認知症予防に大きく関わる生活習慣病と生活改善のヒントの話	
	34	フレイル(虚弱)、サルコペニア(筋肉減弱症)を予防しよう！ 	フレイル、サルコペニアの予防策をわかりやすく説明(セラバンド体操もあります)	
	35	やってみよう！認知症予防プログラム	プログラムの説明(20分)、脳の健康チェック(50分) ※受講対象 65歳以上	健康づくり課
	36	やってみよう！歯とお口の健康づくり	歯科衛生士と一緒にむし歯予防から、認知症予防まで、お口の健康づくりと老化予防について学びます	
	37	若い頃から始める生活習慣病予防～血管を守るために～ 	体にとって大切なインスリンの働きと、インスリンを大切に使う食べ方について(30～40分程度)	
	38	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)	
環境	39	みんなで学ぼう！ごみの分別ルール	ごみの分別ルールを学びます	環境保全課
	40	まいばらの「水」のお話	身近な湧き水を知っていますか？私たちの暮らしと「水」とのつながりについて考えます。※映像上映有り。フィールドワーク可	
	41	伊吹山の自然を知ろう！	国の天然記念物に指定されている美しいお花畑をはじめとする豊かな生態系について	
	42	琵琶湖の自然を知ろう！	琵琶湖のお宝「ビワマス」をはじめとする豊かな生態系について	
	43	自然エネルギーで暮らそう	太陽、水、木など身近な自然の力を利用した暮らし方やエネルギー問題について考えます	林務課
	44	みんなで始めよう 森の整備	市内の63%を占める森林の役割、現状、適切な整備の必要性および補助制度などについて説明します	
	45	みんなで始めよう 鳥獣害対策	市内の鳥獣害の現状、必要な対策および補助制度などについて説明します	
	46	こうして届けられる水道水	上下水道施設の見学	上下水道課
	47	下水道ってなんだろう	下水道施設の見学	

申込方法

①メニューを選択

利用者(5人以上の市民・グループ団体など)は、メニュー表の中から希望する講座を選択します。

②お申し込み

実施希望日の
14日前
までに



③事務局で 日程調整

④調整結果を 申込者に連絡

⑤出前講座の実施

申込者が準備
した会場で講
座を開催



⑥終了後、講師に 報告書を提出

※「」マークのついた講座は、家庭教育で大切にしてほしいことをお伝えする講座です。

※他事業との重複や講師の都合等により、ご希望の日時に開講できないこともありますのでご了承ください。

※出前講座の申込書は市公式ウェブサイトからもダウンロードできます。

分類	番号	講座名	内容等	担当課
教育	48	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	図書館
	49	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	
観光	50	観光DEまちづくり	米原市観光振興計画を実現するための「しくみづくり」「人づくり」「魅力づくり」について	商工観光課
	51	はじめよう！農家民泊	修学旅行の受入など、地域資源を活用した交流活動は、地域活性化の起爆剤。あなたのまちで、はじめよう！	
人権	52	人権ワークショップ&講話	差別に気づき・学ぶ 体験的参加型学習または人権講話	生涯学習課
	53	人権尊重のまちづくり	人権啓発事業の事業説明・取組など、人権について	
	54	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	
	55	多文化共生のまちづくり	米原市の多文化共生に関する取組	
文化歴史	56	子ども歴史教室(一部材料費が必要)	伊吹山文化資料館で古代の火起こしや、まが玉づくり・ガラス玉づくりに挑戦	歴史文化財保護課
	57	地域のあゆみ	学区を単位にふるさとの歴史を知ろう	
	58	古代豪族息長氏・入門編	古代天皇家を支えた名族息長氏とその遺跡についての入門編	
	59	城のまち・米原の戦国時代	戦国時代の山城が多く、京極氏の本拠地でもあった米原の戦国史	
	60	伊吹山の歴史とくらし	伊吹山とその自然に抱かれた山麓地域のくらしについて	
	61	霊仙山の歴史とくらし	霊仙山とその自然に抱かれた山麓地域のくらしについて	
	62	湖岸地域の歴史とくらし	市内湖岸地域の歴史とくらしについて	
	63	米原の街道を歩こう	中山道・北国街道・北国脇往還の街道やまちなみを散策	
スポーツ	64	米原の文化的景観	重要文化的景観に選定された東草野の山村景観をはじめ、自然と人のくらしが育んだ米原の風景について	生涯学習課
	65	エンジョイ♪まいばらっこ	幼・少年期の子どもたちに遊びを通して体づくり、動きづくりの紹介(親子可)	
	66	気軽にやってみよう！ ニューススポーツ講座	簡単なルールで気軽に楽しめる“ニューススポーツ”でスポーツを身近に！	
	67	Let's Start♪ ノルディック・ウォーク	ノルディックポールを使った歩き方	
防災・安全	68	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
	69	地域の絆でまちを守る「自治防災組織」	地域の災害特性の確認、自主防災組織を活性化するポイントについて	
	70	日頃の備えを大切に	命を守るための減災対策や備蓄など、家庭での備えについて	防災危機管理課
	71	災害時の情報収集のポイント	新たな防災情報伝達システムの仕組みなど、防災情報を収集するポイントについて	
	72	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)と個別プランづくりについて	くらし支援課・防災危機管理課
	73	住まいの地震対策	住宅の地震対策について	滋賀県・米原市都市計画課
施設見学	74	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~40人の団体を対象	学校給食課
	75	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
	76	歴史・文化資料館の見学(5施設から選択)	伊吹山文化資料館・奥伊吹ふると伝承館・柏原宿歴史館・醒井宿資料館・近江はにわ館の見学	歴史文化財保護課
	77	コンポステーション息吹の見学	生ごみなどを堆肥化している施設の見学	環境保全課

出前講座は3種類

出前講座には、「市役所」・「関係機関」・「市民講師」の3種類があります。いずれも、生涯学習課が窓口になりますので、お気軽にご相談ください。

平成27年度は、地域や老人クラブの集会、学校の授業などへのご要望があり、269件の講座を開催しました。

昨年度の人気メニュートップ3

- 93番 始めよう！
元氣いきいき介護予防
- 33番 認知症を食い止めろ！
～鍵を握る生活習慣病～
- 65番 エンジョイ♪まいばらっこ

福祉の講座を充実

平成28年度の出前講座は、「関係機関の出前講座」(4ページに掲載)に新しい団体が講師として加わり、福祉分野の講座が充実しました。

また、家庭の教育力向上を目指し、家庭教育で大切にしてほしいことをお伝えできる講座をたくさん用意しています。地域の研修会や学校の授業などで、ぜひ出前講座をご活用ください。



市民講師になりませんか

市民講師として出前講座を行っていた「まなびサポーター」を随時募集しています。

みなさんがこれまでに培った経験や知識をいかして「学びあうまちづくり」を広げていきましょう。



関係機関の出前講座 消防署や県など、関係行政機関などの講座です。

分類	番号	講座名	内容等	担当機関
施設見学	78	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 ☎0749-62-7143
	79	東北部浄化センターの見学	きれいになる家庭の汚水	東北部浄化センター ☎0749-26-6633
	80	琵琶湖博物館 環境学習センター見学 NEW	自然環境や水環境、地球環境など9つの分野に関する環境学習講座を紹介します	琵琶湖博物館環境学習センター ☎077-568-4818
	81	滋賀県地球温暖化防止活動推進センター出前講座 NEW	「食とエネルギー」ワークショップや家庭の省エネなど、環境にやさしい暮らしや行動について	滋賀県地球温暖化防止活動推進センター ☎077-569-5301
	82	消防署の見学	消防署の見学	
防災・安全	83	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 ☎55-0108
	84	地震対策	地震！ その場で守ろう身の安全	
救命	85	救命講習	心肺蘇生法やAEDなどを学ぶ	
福祉	86	ストップ!! 悪質商法～被害にあわないために～	悪質商法の被害にあわないためにはどうすればいいの?(悪質商法の手口や対処法について)	米原市社会福祉協議会 ボランティアセンター ☎55-3933
	87	みんなで支えよう～認知症を理解する～	認知症キャラバンメイトによる、寸劇や人形劇を用いた認知症の理解を深める講座	
	88	サロンで活用できるレクリエーション講座	ボランティア向け講座、みんなで楽しめるレクリエーションや、簡単な材料でできる創作活動の紹介、体験	
	89	避難所運営ゲーム (HUG) NEW	ゲームによる避難所運営の疑似体験、理解を深める	
	90	防災カードゲーム クロスロード NEW	防災に関する取組にしばしばみられるシレンマをゲームで体験します	
	91	知って得する介護のコツ	介護技術指導、体の負担を少なくする介護のコツ、高齢者向けの食事の作り方(材料費実費負担)	
	92	まるわかり!! 介護保険講座	介護保険サービスの種類や内容、手続きの方法について	
	93	始めよう! 元氣いきいき介護予防	地域や家庭で手軽にできる介護予防体操	
	94	リメイク教室	着物のはぎれなど、リサイクル品を活用してのリメイク術(材料費実費負担)	
	95	心はぐくむ福祉体験講座(アイマスク体験編)	アイマスクを用い、視覚障がい者の理解を深める	
	96	心はぐくむ福祉体験講座(車イス体験編)	車イスの使用法、介助方法などについて学ぶ	
	97	“権利・財産を守る” 成年後見制度 NEW	法律面や生活面で支援する身近な仕組みの「成年後見制度」を紹介します	社会福祉法人ひだまり ☎54-2277 NEW
	98	私の思いをこれからのために「暮らし方ノート」講座	あなたの思いを家族に伝えるためのノートを作ってみませんか	
	99	「住み慣れた自宅での人生の最後を迎えたい」～高齢者の在宅療養を考える～	在宅看取りの実例を通して、今後の在宅医療のあり方を一緒に考えましょう	
	100	認知症ってなあに～思いを理解して関わるために～ NEW	紙芝居また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)	
	101	認知症を予防しよう～脳を元気にいきいきと～ NEW	紙芝居また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)	
	102	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～ NEW	介護保険についてケアマネジャーにお話しいただきます	
	103	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～ NEW	新しくできたサービスである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	
	104	サロンで活用できるゲームや体操～介護予防の実践～ NEW	A 体も心もいきいき運動 B みんなで協力オセロゲーム C 高齢者いきいき体操 D 歌いながら、なるこを鳴らそう ※A～Dの中から選択	
	105	知っておきたい健康講座～血圧や生活習慣病について～ NEW	血圧や生活習慣病についてお話しします	
	106	季節の健康豆知識 NEW	春～夏 脱水のサインと対策 / 秋～冬 感染症や脳卒中を予防しよう	
	107	施設見学コース NEW	地域密着型の介護事業所を見学いただき説明します	
生活	108	検察庁出前講座	検察庁の役割や業務の内容、裁判員制度についてわかりやすく説明します	大津地方検察庁 ☎077-527-5144
	109	お金にまつわるアドバイス	金融資産を守るための基礎知識など、ご要望に応じて	大津財務事務所 ☎077-522-3765
	110	滋賀県の経済情勢について	滋賀県経済の現状(産業規模・経済規模など)を簡潔に説明します	
	111	国の財政の現状と課題	日本が抱える財政赤字の問題点を挙げ、財政健全化に向けた取組について説明します	
	112	国有財産の利用状況等について	国有財産行政の当面の課題と国有財産の有効活用についてお話しします	

市民講師の出前講座 市に登録された市民講師「まなびサポーター」の講座です。

分類	番号	講座名	対象	分類	番号	講座名	対象
自然科学	113	野外自然観察(観察、採集、飼育)	どなたでも	芸術・文化	127	茶道(裏千家)	どなたでも
	114	郷土の自然学習	どなたでも		128	演奏指導(ハンドベル)	どなたでも
	115	伊吹山3合目を中心とした自然観察	小学生以上		129	音楽指導	どなたでも
	116	自然環境(野草、魚、野鳥、虫など)	どなたでも	家庭生活・趣味・健康	130	絵手紙	小学生／高校生以上
	117	ネイチャーゲーム	どなたでも		131	フラワーアレンジメント	小学生以上
歴史・社会	118	近江史跡探訪	小学生以上		132	ガーデニング	小学生以上
	119	歴史体験学習(まが玉づくり・ガラス玉づくり)	小・中学生		133	木工ペイント	小学生以上
教育等一般	120	おはなし会	どなたでも		134	俳句、冠句	小学生以上
	121	人権ワークショップ & 講話	中学生以上		135	遺言書、相続について	高校生以上
	122	児童英語、中学校英語の指導	5歳～中学生		136	認知症サポーターになりましょう	小学生(高学年)以上
	123	英会話	どなたでも	スポーツ・レクリエーション	137	気軽にやってみよう! ニューススポーツ講座	どなたでも
産業・技術	124	無線教室	小学生以上		138	高齢者 健康講座	高齢者
芸術・文化	125	粘土工芸(焼かない陶芸、樹脂粘土)	どなたでも		139	大道芸	どなたでも
	126	書道	小学生／高校生以上				

★市民講師の出前講座は、活動条件(曜日・時間)、講師料や教材費の有無、準備物などが、講師によって異なります。詳しくは、生涯学習課へお問い合わせください。