

# 出前講座メニュー

※講座に関する問い合わせは直接担当課(連絡先)へ ※電話番号はすべて 0848-xx-xxxx

分類	No.	講座名	内容	担当課 電話番号	
市政	1	「元気な三原」の実現に向けて ★	長期総合計画をはじめとした市政全般の概要	経営企画課 67-6270	
	2	選挙制度について	選挙制度についての説明や模擬投票体験	選挙管理委員会 67-6140	
健康	3	がん検診の受け方と生活習慣病の予防について ★	2人に1人がかかるといわれるがんを早期に発見し、治療につなげるための検診と、糖尿病・高血圧を予防・改善するための食事と運動について	保健福祉課 67-6053	
	4	ゲートキーパー養成研修 ★	悩み事を傾聴し、見守ることで自殺を減らすゲートキーパーの役割について		
	5	元気に過ごすための食育講座 ★	幅広いライフステージに応じた、より良い食生活を実践するための食育について		
	6	お酒との上手な付き合い方 ★	アルコールの適正量と、過度な飲酒が引き起こす、ご自身の身体と周りの人への影響について		
	7	フレイルを予防しよう ★	健康寿命を延ばすための方法(運動、口腔ケアなど)について		
	8	心の健康講座 ★	心の健康づくり・病気の予防について		
	9	熱中症予防講座 ★	熱中症の予防と対応について		
	10	すくすく子育て講座	育児、子どもの発達についてのはなしと、おやこのスキンシップ遊びなど		こども安心課 67-6061
	11	発達障害について ★	発達障害の理解と対応について		
	12	性と生の話	乳幼児の保護者や高校生を対象に、健康的な心と身体を育てるためのはなし	高齢者福祉課 67-6055	
	13	いきいき百歳体操体験講座 ★	身近な地域で取り組むことのできる体操を紹介		
	14	よくかんで、楽しい人生を	かむことの効果、歯の大切さについてのはなしと自分でできるケアの指導		
	15	はじめようACP「人生会議」について	自分らしい生き方(どのような医療や介護を受けて最期を迎えるかの計画を含む)を周りの人と共有する「アドバンスケアプランニング(ACP)」を学ぶ講座		
	16	認知症サポーターの養成 ★	認知症の理解・支援を地域や家庭で深める講座		
	17	乳幼児のための栄養・食生活講座	乳幼児の栄養についてのはなしと調理実習		こども保育課 67-6042
	福祉	18	作って食べよう子どもの食事	育ち盛りの児童・生徒の食事を作って食べる調理実習	学校給食課 68-0149
		19	みはらの障害福祉制度 ★	三原市の障害福祉制度についての説明	障害者福祉課 67-6060
	20	障害者差別解消法について ★	「不正な差別的取扱い」って何? 「合理的配慮」って何? 平成28年4月からスタートした「障害者差別解消法」について、事例を交えて説明します		
21	手話を学んでみよう	聴覚に障害のある人の現状や手話に触れ、日常生活で使う手話を体験します			
22	高次脳機能障害ってなに	高次脳機能障害は、脳の損傷によって日常生活や社会生活が困難になる障害であり、見た目には分かりにくいいため、その障害を理解するための講座			
23	障害のことを知っていますか	障害には様々な種別があり、見た目には分からない障害もあります。障害のある人や種別に応じた必要な配慮を正しく理解するための初歩的な講座			
年金保険	24	後期高齢者医療制度のしくみ ★	後期高齢者医療制度の内容についての説明	保険医療課 67-6056	
	25	介護保険制度のしくみ ★	介護保険の制度についての説明	高齢者福祉課 67-6240	
スポーツ	26	巡回スポーツ教室① (ビーチボールバレー)	ビーチボールバレーのルール説明と実技指導	スポーツ振興課 64-7219	
	27	巡回スポーツ教室② (グラウンド・ゴルフ)	グラウンド・ゴルフのルール説明と実技指導		
	28	巡回スポーツ教室③ (ベタンク)	ベタンクのルール説明と実技指導		
	29	巡回スポーツ教室④ (卓球バレー)	卓球バレーのルール説明と実技指導 (卓球台と椅子が用意できる会場が必要です)		
	30	巡回スポーツ教室⑤ (ディスコン)	ディスコンのルール説明と実技指導		
	31	楽しもうニュースポーツ	誰でも出来るニュースポーツの体験講座		
文化	32	1日で踊れるやっさ踊り教室	やっさ踊りの実技指導	観光課 67-6014	
	33	やっさ地方教室	やっさ踊りの地方の実技指導		
	34	民具でむかしばなし ★	三原市所蔵の民具を見ながら皆さんと語り合います	文化課 64-9234	
	35	みはらの文化財 ★	市内にある史跡などの文化財の紹介と解説		
	36	子ども文化財体験教室	現地見学などを通じて文化財にふれて学ぶ体験教室		
	37	蔵出し三原のお宝解説 ★	三原市所蔵の資料を使って、三原の歴史・文化を学びます		
	38	三原市のアーティスト ★	三原市にゆかりのある芸術家について紹介します		
	39	ニュージーランド(NZ)ってどんな国? ★	姉妹都市があるNZ出身の国際交流員が、NZの文化や歴史、マオリ族の歴史・言語、子育て、観光、環境保護、人権などについて紹介します		経営企画課 67-6270

分類	No.	講座名	内容	担当課 電話番号
自然科学	40	宇根山天文台 星のおはなし講座 ★	星や月など星空について興味や教養を深めるはなし	生涯学習課 67-6147
教育	41	子育てについて話ませんか	子育て中の身近なエピソードについて、楽しく話しながら「親の力」を学びましょう	
	42	コミュニティ・スクール制度について ★	三原市のコミュニティ・スクール制度についての説明	
人権	43	子どもの幸せを願って ★	子どもの権利条約から、子どもが幸せに育つためには何が必要かを考える講座	人権推進課 67-6044
	44	明るい職場をめざして ★	お互いに人権を大切にする職場づくりのための講座(企業の人権研修にご利用ください)	
	45	いつまでも輝き続けるために ★	高齢者が生きがいをもち安心して暮らすための人権講座	
	46	住みよいまちづくりをめざして ★	人権が尊重され笑顔であふれるまちづくりのための講座	
	47	私らしく暮らせるみはらへ ★	職場、地域、家庭など私たちの身近な生活の中にある“男女共同参画”について考える講座	
	48	インターネットと人権 ★	インターネット上の人権に関するモラルの啓発講座(学校向けも可能)	
	49	性の多様性と人権 ★	LGBTQ+をはじめとする多様な性について学ぶ講座	
	50	なかよしアニメ上映会	人権や平和に関するアニメ作品を使って、「人を思いやる心」について、楽しくわかりやすく学んでいきます	人権文化センター 66-1111
環境	51	正しいごみの出し方とリサイクル	正しいごみの出し方とリサイクルについての説明	環境施設課 63-1210
	52	知ってください三原のごみの現状	三原市のごみ処理の推移と各種制度の説明	
	53	みんなで知ろう、守ろう三原の環境	自然環境保全から身近な環境保全についてのはなし、写真などで解説	生活環境課 67-6194
	54	はじめよう! 地球にやさしいエコ活動	家庭でできる地球温暖化対策・エコ活動についてのはなし、エコグッズの紹介	
	55	環境なんでも相談	地球温暖化防止など環境全般について	
生活	56	うまい話にご用心! ★	振り込め詐欺などの特殊詐欺、悪質な訪問販売、電話勧誘などの被害に遭わないためにはなし※原則午前10時から午後5時までの間のみ実施	商工振興課 67-6072
	57	地域コミュニティ交通の導入 ★	地域主体での地域コミュニティ交通の導入について	生活環境課 67-6178
	58	杭を残して悔い残さず ★	土地トラブル防止、災害復旧に役立つ“土地の戸籍”地籍調査についてのはなし	農林水産課 67-6123
	59	鳥獣被害発生のメカニズム!	鳥獣被害発生のしくみについて	農林水産課 67-6081
	60	空き家の利活用(空き家バンク制度)について ★	三原市空き家バンク制度の説明	地域企画課 67-6011
	防災	61	防火座談会	消火器の取扱い訓練、住宅用火災警報器の説明、防火・防災講話
62		救急法講座	心肺蘇生法(AEDを含む)、人工呼吸法の講習と実技	
63		消防署一日体験入隊	消防諸制式で最も重要な礼節・規則についての実技指導	
64		消防署見学	消防署の仕事のしくみについての説明と施設の見学	
65		地域の防災力を高めよう	「防災・減災は予防から」「自主防災活動について」など	
特製メニュー	66	メニューにない講座は担当課と調整し、可能な範囲でご要望にお応えします。複数の講座を組み合わせて申し込むこともできます。こんな話を聞きたいというものがあればお気軽にご相談ください。		生涯学習推進本部 67-6147

## ■市以外の機関

分類	No.	講座名	内容	連絡先 電話番号
地域福祉	1	ふくしの地域づくり懇談会	地域の現状を共有し、支えあう地域づくりに向けた懇談会の開催	三原社会福祉協議会 63-0570
	2	ふれあい・いきいきサロン	住民が集い、交流する「サロン活動」についての説明	
	3	気に掛け合う 地域の見守り活動	孤立を防ぎ、気に掛け合い、支え合う住民主体の見守り活動の説明	
	4	地域で助け合う 生活支援活動	ちょっとした困りごとを住民同士で支え合う生活支援活動の説明	

★…オンライン講座 パソコンやタブレットを用いてオンライン上でも受講できる講座です。詳しくは担当課にお尋ねください。

## 生涯学習まちづくり出前講座のご利用方法

- 利用できる方  
市内に在住・勤務・通学している10人以上で構成された団体・グループなど
- 開催時間・会場  
開催時間は、午前10時から午後9時までの間の2時間以内とします。会場は、市内に限ります。講座によっては、日時、会場などに制限がある場合もありますので、ご確認ください。
- 会場の準備等  
この講座は、市民の皆さんのもとへ講師を派遣するもので、会場の確保、催しの周知などは申請者側でお願いします。
- 講師料  
講師料は無料ですが、講座によっては必要な材料などを事前に用意していただく場合があります。
- 申込方法・申込先  
講座を受講しようとする団体の代表者は、原則として開催希望日の2週間前までに、別紙「講師派遣申請書」を講座の担当課に直接提出、またはオンライン申請フォームから申し込んでください。  
なお、担当課の業務の都合等により、開催日時・曜日などのご希望にそえない場合がありますので、ご了承ください。
- 申し込みができない場合  
・公の秩序を乱し、または善良な風俗を阻害するおそれのあるとき  
・政治、宗教、または営利を目的とした催しなどを行うおそれのあるとき  
・その他出前講座の目的にそぐわないとき
- お願い  
説明に関する質疑や意見交換は行いますが、苦情や要望を聞く場ではありません。  
また、その場で説明できないこともありますのでご了承ください。

### ★オンライン講座について

出前講座メニューのうち、講座名よこに★マークがあるものは、オンライン講座を開設しています。オンライン講座では、講師は開催場所に出向かず、生涯学習まちづくり出前講座の配信を行います。お持ちのパソコンやタブレットを用いて、講座を受講することができます。オンライン講座に必要なPC機器、環境(パソコン、インターネット環境、メールアドレスなど)は申請者側でご用意ください。また、受講により発生した通信費などは、申請者でご負担ください。

### ■問合せ先

三原市生涯学習推進本部事務局 三原市教育委員会 生涯学習課  
〒723-8601 三原市港町三丁目5番1号 TEL 0848-67-6147 FAX 0848-67-5912



◀ 出前講座のオンライン申請はこちら

令和6年度

# 出前

## 生涯学習まちづくり

# 講座

生涯学習まちづくり出前講座は、市民の皆さんが  
知りたい、聞いてみたいと思う市の取り組み、事業な  
どのお話を、市職員等が講師となってお届けします。  
どうぞ利用ください。

