

令和8年度生涯学習のまちづくり

# 出前講座

## 行政編

### ①仮予約

・受たい講座、希望日、会場などが決まったら文化・スポーツ課へ連絡してください。講師との日程を調整します。

### ②申込書の提出

・開催日が確定したら、申込書を文化・スポーツ課へ提出してください。(郵送・FAX・メール可)(申込書は窓口・市HPにあります)

### ③受講の決定

・申込書受理後、文化・スポーツ課から受講決定通知書を郵送します。

### ④報告書の提出

・講座が終わったら、報告書を文化・スポーツ課へ提出してください。(郵送・FAX可)

### 出前講座とは…

この講座は、市民の皆さんへ学びの機会を提供することを主な目的とした講座です。

ご希望にあわせて、市職員・公共機関職員・市民サークル・企業等が講師となり、ご指定の会場へ出向いてお話をします。

地域3あい事業、老人クラブ、PTA 活動、家庭教育学級など、様々な集まりにお気軽にご利用ください。

#### ★ 講師料について

**講師料は無料です。**ただし、教材代が必要となる講座があります。

#### ★ 申し込みについて

申し込みができるのは、市内在住・在勤・在学の **10人以上**の団体です。**講座開催希望日の3ヶ月前の初日から14日前**までに仮予約をしてください。

(※令和8年4・5月開催分のみ令和8年3月から受付開始、6・7月開催分は4月から受付開始。ただし、保健センターの講座は4月から受付開始。)

#### ★ 開催時間・会場

開催時間は午前9時から午後9時までの間です。

会場は**市内**に限ります。なお、会場の手配は主催者側でお願いします。

#### ★ その他

・講座の内容は講師の意向に沿ったものですので、ご了承ください。

・講師の都合により、開催日をご希望に沿えない場合があります。

・出前講座の目的に反する場合など、申し込みを受けられない場合があります。

・同じ講座を受講できるのは1年に1回までです。

問合せ先 文化・スポーツ課 事業推進係  
電話 0568-76-1166 FAX 0568-75-8283  
メール bunkasports@city.komaki.lg.jp  
市ホームページ内で「出前講座」と検索

※出前講座中の講師への質問は講座内容に関するものとさせていただきます。また開講にあたってはスムーズに行うことができるよう、ご配慮・ご協力をお願いします。

番号	講座名	内容	担当課	時間
1	SNS等を活用した小牧市の情報発信について	LINE やフェイスブック等を活用した小牧市の情報発信についてお話しします。	広報広聴課	30分
2	投票の模擬体験	選挙時に使用する投票箱その他の選挙用の資材を用いて、投票所における投票の流れを子どもたちに体験していただきます。(選挙期間中や選挙の準備期間中を除く)	選挙管理委員会事務局	30分
3	小牧市の財政状況等	市の財政状況等についてわかりやすくお話しします。(6月下旬～9月上旬のみ)	財政課	60分

番号	講座名	内容	担当課	時間
4	固定資産税のはなし	固定資産(土地・家屋・償却資産)にかかる市税のあらましについてお話しします。(6月～10月のみ)	課税課	30分
5	市の見どころと観光まちづくり	本市の観光資源や地域資源の紹介、本市の観光まちづくりについてお話しします。(土日祝および8月～10月を除く)	シティプロモーション課	45分
6	こまき総踊りレッスン	2019年に作成したオリジナルの総踊り振り付けを楽しく覚えることができます。(土日祝および8月～10月を除く)		30～60分
7	消費者トラブルを未然に防ごう	各種悪質商法対策など消費生活の諸問題についてお話しします。(平日10時～15時30分の間のみ)	市民安全課	60分
8	地域ぐるみで防犯対策	市の犯罪発生状況並びに住宅対象侵入盗対策及び特殊詐欺対策についてお話しします。(土日祝・夜間を除く)		60分
9	楽しい交通安全教室	交通安全に関わる全般的なお話をします。(土日祝・夜間を除く)		60分
10	消費・防犯・交通安全教室	上記3つの講座を合わせてお話しします。(平日10時～15時30分の間のみ)		90分
11	身を守る簡単護身術	護身術の心得、実技(主に離脱技の習得)、健康体維持のための訓練等を実施します。(平日9時～16時の間のみ)		60分
12	地域で楽しく防犯パトロール	防犯パトに同行し、ルートや見るべきポイントを一緒に考えます。(土日祝・夜間を除く)(10名程度まで)(防犯パトを実施している団体、今後実施を検討している団体向けです。)		60分
13	市の多文化共生事業について	市の多文化共生の状況と取り組みについてお話しします。	多文化共生推進室	60分
14	となりの外国人市民を知ろう!	外国の挨拶・文化・習慣及びやさしい日本語についてお話しします。		60分
15	【外国人向け】生活オリエンテーション	外国人向けに相談窓口・生活情報誌・多文化防災についてお話しします。No.19,48と合わせた受講がおすすめです。英語・スペイン語・ポルトガル語・ベトナム語の通訳付		15分
16	水生生物調査	市内の河川で水生生物を採取し、その生息状況から河川の水質を調査します。(親子対象)(5～10月のみ)(雨天及び熱中症警戒アラート発令時中止)	環境保全課	90分
NEW! 17	環境のはなし	地球温暖化などの環境問題や私たちにできる環境にやさしい行動についてお話しします。(土日祝・夜間を除く)	カーボンニュートラル推進課	30～45分
18	ごみのはなし	ごみに関する法体系やごみの減量・再資源化のために現在取り組んでいる施策、現状のごみ問題などを詳しく説明します。		45分
19	資源・ごみの分別講座	資源・ごみの分別や出し方の基礎や注意点まで詳しく説明します。		45分
20	ヤングケアラーについて知ろう!	ヤングケアラーの現状、抱える問題について学ぶ	子育て世代包括支援センター	45分
21	保健師によるフレイル予防講話	フレイルのお話や、質問票を使ったチェックを行います。(土日祝は応相談・夜間は除く)	健康生きがい推進課	60分
22	ためよう! こまき健康いきいきポイント講座	健康とお得をGETする方法を伝授します。(土日祝・夜間を除く)		30分
23	まちづくりと自治基本条例	まちづくりのルールである自治基本条例。なぜ必要なのか、どのようなことが書いてあるのかなどをお話しします。	支え合い協働推進課	30分

番号	講座名	内容	担当課	時間
NEW! 24	いのちの授業 ～地域版性教育～ (プレコンセプション ケア推進事業①)	胎児人形を用い命の始まりについてのお話をします。 (土日祝・夜間を除く)	保健センター ※同年度 1団体 2講座まで 受講可能。	60分
NEW! 25	今、注目の「プレコン」 ってなに？ (プレコンセプション ケア推進事業②)	月経に関する悩みや女性のがん等、ライフステージに沿った女性のこれからの健康を一緒に考えます。(土日祝・夜間を除く)		60分
NEW! 26	女性ホルモンとカラ ダのトリセツ (プレコンセプション ケア推進事業③)	更年期を含むからだの変化と上手に付き合う方法について、 ご紹介します。(土日祝・夜間を除く)		60分
NEW! 27	みんなで楽しもう！ 健康体操講座	大人も子供も参加可能な体操を楽しみながら行います。 (土日祝・夜間を除く)		60分
NEW! 28	骨盤底筋エクササイズ ～からだを整える ヒント～	骨盤底筋に効果的なエクササイズを行い、自律神経など、体の 調子を整えるヒントをお伝えします。(土日祝・夜間を除く)		60分
NEW! 29	生涯元気を目指そ う！「健康寿命」をの ばす食のヒント	健康寿命をのばす食事のポイントやフレイル予防についてご 紹介します。(土日祝・夜間を除く)		60分
30	糖尿病予防教室「どう する？ごはんの話」	糖尿病予防について管理栄養士が食事のコツをご紹介します。 (土日祝・夜間を除く)		60分
31	防ごう誤嚥性肺炎！ これであなたも 歯(し)あわせ講座	誤嚥性肺炎を予防するポイントや顔の筋トレ、ボイストレー ニングの方法や体操をご紹介します。(土日祝・夜間を除く)		60分
32	転ばぬ先の転倒予防 教室	転倒防止のポイントや筋トレ等についてご紹介します。 (土日祝・夜間を除く)		60分
33	～ゲートキーパー入門 ～優しい聴き方講座	コミュニケーション力を高めたい方必見！より良い人間関係を 構築するヒントをご紹介します。(土日祝・夜間を除く)		60分
34	生涯学習による まちづくり	これからの生涯学習のまちづくりについてお話しします。	文化・ スポーツ課	60分
35	なぜ、今、地域福祉が 必要なのか	地域における支え合いである地域福祉の重要性・必要性につ いてお話しします。	地域包括ケ ア推進課	30～ 60分
36	認知症サポーター 養成講座	認知症の人やその家族を温かく見守ってもらえるよう、認知症の 症状や、接し方などについてお話しします。		60～ 90分
37	認知症声かけ訓練	自分のいる場所が分からず、不安がっている方に、どのように声 をかけたらいでしょうか。声をかける体験をしてみませんか。		60～ 90分
38	自分らしさを再発見! わた史ノートの 使い方	「自分らしく生きていくための必要なこと」を考えるきっかけ として、わた史ノートの使い方についてお話しします。		60～ 90分
39	障がい者福祉に ついて	障がい者の福祉サービス利用制度についてお話しします。 (平日のみ)(4、6月～9月を除く)	障がい福祉 課	60分
40	介護保険制度に ついて	介護保険の仕組みやサービス内容についてお話しします。 (平日 17時まで)	介護保険課	60分
41	国民健康保険制度に ついて	国民健康保険制度のあらましについてお話しします。 (74歳までの成人・高齢者対象)(平日 17時まで。最終開始時 間は 16時)(4、6～7月を除く)	保険医療課	60分
42	福祉医療について	医療費の助成制度についてお話しします。 (平日 17時まで。最終開始時間は 16時)(4、6～8月を除く)		60分
43	後期高齢者医療制度 について	後期高齢者医療制度についてお話しします。 (平日 17時まで。最終開始時間は 16時)(4、6～8月を除く)		60分

番号	講座名	内容	担当課	時間
44	国民年金制度について	制度のあらましについてわかりやすくお話しします。 (平日 17 時まで。最終開始時間は 16 時) (4、7～8 月を除く)	市民窓口課	60 分
45	男女共同参画社会の実現に向けて	男女共同参画の基礎知識や小牧市の取り組みについてお話しします。 (第 3 火曜日およびその前日の月曜日を除く)	多世代交流プラザ	60 分
46	木造住宅の地震対策	地震時に倒壊のおそれのある木造住宅の地震対策や、地域の耐震化を進める取り組みなどをお話しします。	建築課	30 分
47	市の都市計画	都市の健全な発展と秩序ある整備を図る都市計画(法)について、市全体の概要をお話しします。	都市計画課	30 分
48	空き家になる前に対策を	空き家を放置しておくことにより生じる問題や自宅を空き家にしないためのポイントについてお話しします。		30 分
49	こまくる(こまき巡回バス)と公共交通	自分たちの地区のこまくるの行き先や乗り方、公共交通についてお話しします。	都市整備課	30 分
50	中心市街地活性化プロジェクト「マカ meet」について	プロジェクトの概要や取組についてお話しします。		30 分
51	東部振興構想のあらまし	東部まちづくりの行動のみちしるべ「東部振興構想」についてお話しします。	東部まちづくり推進室	30 分
52	水道のはなし	市の水道のあゆみ、水道事業の仕組みについてお話しします。 (平日 10 時 30 分～16 時 00 分の間のみ)	上下水道経営課	30 分
53	下水道のはなし	下水道の役割や仕組みについてお話しします。(平日 10 時 30 分～16 時 00 分の間のみ) (7 月～2 月下旬のみ)		30 分
54	小牧山のはなし	小牧山城で行っている発掘調査の成果と小牧山の整備計画についてお話しします。	小牧山課	60 分
55	心を育む本の選び方	お子さんの年齢に合わせた本の選び方をお伝えします。司書による読み聞かせのデモンストレーション付き。 (9 時～16 時まで)	図書館	30～60 分
56	〈続〉小牧ふるさとクオニクル	私たちが住んでいる今の小牧市が、どのように移り変わってきたのか。図書館秘蔵資料とともにご紹介いたします。 (9 時～16 時まで)		60 分
57	おうち de 図書館 ～司書が教える電子図書館入門講座～	これまで電子図書館を利用する機会がなかった方のための入門講座です。スマートフォンやパソコンから利用できる電子書籍の楽しみ方をわかりやすくお伝えします。(9 時～16 時まで)		60～90 分
58	議場見学	議会を知っていただくために、議場見学の受付をしています。社会見学や生涯学習行事に、議会の雰囲気を感じてみませんか。 (講師は議員又は職員)(議会の会期中や委員会開催日を除く)	議事課	60 分
59	救命入門コース	胸骨圧迫と AED の取り扱いを学ぶ短時間の実技講習です。 (10 歳以上対象、30 名まで。毎月 19 日と第 2 日曜日を除く)	消防署	90 分
60	普通救命講習	心肺蘇生(胸骨圧迫及び人工呼吸)と AED の取り扱いを学ぶ実技講習です。 (中学生以上対象、30 名まで。毎月 19 日と第 2 日曜日を除く)		180 分
61	暮らしの中の身近な税について	所得税や消費税など身近な税をわかりやすく解説します。(1～3 月を除く) (講師は税務署職員または税理士)(事業所・会社は申請できません)(成人対象)		60 分