

# 『西都市生涯学習さわやか出前講座』メニュー



## 開催時間

平日の午前9時から午後9時まで、1回の学習時間は2時間以内です。  
(国民の祝日及び年末年始の休日を除きます。)

## 講師料

無料ですが、会場使用料や材料費、その他講座に要する費用は主催者側で負担してください。

## 申込方法

講座日の1ヶ月前までに、社会教育課へ申込書を提出してください。

## お問い合わせ

教育委員会社会教育課 (TEL 43-3479) までお問い合わせください。

No.	講座名	講座の内容	担当課 (令和2年3月現在)
1	生涯学習で生きがいを見つけよう	市の生涯学習事業を説明します。	社会教育課
2	家庭教育サポートプログラム	参加者同士が交流しながらともに活動することを通して、親としての役割や子どもとのかかわり方、地域の親子の支援の仕方について気づきを促します。	
3	西都原古墳群の謎を探る	西都原古墳群について、テキスト・マップ及びビデオなどを用いてわかりやすく説明します。	
4	日本遺産南国宮崎の古墳景観について聞いてみよう!	平成30年5月、西都原古墳群を含む南国宮崎の古墳景観が日本遺産に認定されました。これらの古墳群の魅力についてお話しします。	
5	障害福祉制度	障害福祉サービスを中心にわかりやすく制度の説明をします。	福祉事務所
6	生活習慣病予防講座	10名以上のグループ・団体に対して、健康講話(健診結果の見方と日常生活の注意点、健康食について等)を実施します。希望に応じて、味噌汁の塩分濃度測定、試食、調理実習等も実施します。*健診結果があればお持ちください。(30分~2時間)	健康管理課
7	こころの健康づくり講座	こころの健康づくりについて、講話を行います。(30分~1時間)	
8	介護保険制度	介護保険制度をわかりやすく説明します。	
9	介護予防出前講座	10~20名の高齢者を含む団体に対して、高齢化や介護の現状説明及び百歳体操体験等を実施します。その他、運動・栄養・お口の健康・認知症予防などに関する講話と実技を要望に応じて行います。	
10	後期高齢者医療制度	後期高齢者医療制度について、わかりやすく説明します。	消防署
11	認知症サポーター養成講座	認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指し、認知症に対する正しい知識や理解を持つ「認知症サポーター」を養成します。(90分程度)	
12	あなたもできる応急手当	人工呼吸や心臓マッサージなどの応急手当実技を行います。3時間の普通救命講習になります。	
13	消防署及び本部見学	消防車や救急車の機能や役割を説明します。	生活環境課
14	ごみの分別について	ごみの分別・リサイクルについてお話しします。	
15	安全・安心なまちづくり	消費生活における諸問題(特殊詐欺、悪質商法、契約に関するトラブル等)・地域の安全(防犯対策、犯罪防止、少年非行抑止等)についてお話しします。	市民協働推進課
16	男女共同参画社会づくり	男女共同参画について登録講師がわかりやすくお話しします。人数の制限および費用の補助等がありますので、催しをする日の2ヶ月前までに、直接、市民協働推進課(43-1204)へお問い合わせください。	
17	市民協働の地域づくり	『市民協働とは』『地域コミュニティがなぜ必要なの』『私たちは何をすればいいの』等をわかりやすく説明します。	
18	わたしたちと市議会	市議会のしくみ、役割、本会議と委員会についてお話しします。	議会事務局
19	西都市の財政について	西都市の財政状況についてお話しします。	財政課
20	災害に備えましょう	地震や風水害など、災害に対する備えについてお話しします。災害時における応急手当等の実技につきましても、ご要望に応じて対応します。	危機管理課
21	木造住宅耐震化講座	大地震に備えた木造住宅の耐震化の重要性や補助制度の内容等についてお話しします。	建築住宅課