

## 令和8年度「しづかわ出前講座」メニュー 一覧

※講座名に（新）（リニューアル）とあるものは、令和8年度から追加び内容を変更したものです。

分野	No.	講座名	内容	所要時間	担当課
安全・安心・暮らし	1	食品ロスってなんだろう？	そもそも食品ロスってどういう意味だろう？なぜ食品ロスが発生するのか、食品ロスが起こす環境問題について分かりやすく解説します	60～90分	環境課
	2	渋川の今の環境について	渋川市が推進している環境政策、地球温暖化対策の取組及び環境状況について	60～90分	
	3	ごみの問題について	ごみの発生量と減量化対策について	60～90分	
	4	空き家対策	市内空き家の現状と空き家対策	60～90分	市民協働推進課
	5	防災のはなし	気象災害から自分の命や大切な人の命を守るためにはなし地域の災害リスクを知って、適切な避難行動を考える	60～90分	危機管理課
	6	学校防災のはなし	児童の学校管理下における安全確保について教職員の方々とともに検討します（教職員向け）	60～90分	
	7	（新）防災訓練について	地域で行う防災訓練について、内容を地域の方々とともに検討します	60～90分	
	8	防火講座	火災予防等に関する知識や対策について学びます	60～90分	渋川広域消防本部
	9	応急手当講座	病気やケガに対する応急手当のほか、水上安全など、不慮の事故に対応する知識や実技について学びます	60～90分	
	10	悪質商法から身を守るために	（一般及び高齢者向け）架空請求、還付金詐欺、点検商法、利殖商法など、悪質商法の手口やトラブル事例からその対処方法を学びます（学生及び若者向け）インターネットやSNSに関するトラブル、マルチ商法、アポイントメントセールスなど、若者が巻き込まれやすいトラブル事例からその対処方法を学びます	（一般向け等）90分 （児童・生徒向け）50分	危機管理課（消費生活センター）
健康・福祉	11	障害者福祉について	障害者（児）が日常生活又は社会生活を営むための福祉支援策について	60～90分	社会福祉課
	12	渋川の高齢者福祉について	高齢者の日常生活支援（在宅高齢者福祉サービス）について	60～90分	高齢福祉課（地域包括支援センター）
	13	成年後見制度について	成年後見制度や制度利用について	60～90分	
	14	（リニューアル）気づいていますか？高齢者の小さなSOSサイン	身近な事例から考える、高齢者虐待防止について	60～90分	
	15	あんしん見守りネットワークって何だろう	高齢者になっても、認知症になっても、安心して住み慣れた地域で生活していけるように、地域づくりについて一緒に考えましょう	60～90分	高齢福祉課（地域包括支援センター）
	16	認知症サポーター養成講座	認知症についての正しい理解を深め、認知症の方やその家族を見守り、応援するサポーターを養成します	60～90分	
	17	高齢者を支える地域助け合い活動について	高齢化や生活環境の変化に伴う地域助け合い活動について	60～90分	介護保険課
	18	介護保険制度について	介護保険制度のあらまし	60～90分	
	19	身体いきいき元気生活のコツ	高齢期をいきいきと過ごすための日常生活の工夫、筋力低下や認知機能低下を防ぐ生活の過ごし方について	30～60分	

分野	No.	講座名	内容	所要時間	担当課
健康・福祉	20	ボランティアのすすめ	福祉分野でのボランティア活動事例を紹介	60～90分	社会福祉協議会
	21	家庭での介護方法について	高齢者や障害者を家庭で介護するにあたり、基本的な介護方法について体験学習をします	60～90分	
	22	社会福祉協議会って？	社会福祉協議会の主要事業の説明	60～90分	
	23	渋川の子ども・子育て支援について	渋川の子ども・子育て支援について	60～90分	こども課
	24	子どもを病気や事故から守る	事故予防と応急処置、予防接種のうけかた	60～90分	健康増進課
	25	家庭でできる感染症予防	個人・家族の健康を守るために知っていて欲しい感染症の基礎知識と基本的な予防方法について	60～90分	
	26	ゲートキーパー養成講座	自殺は「誰にでも起こりうる」身近な問題です 悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、見守ることができる「ゲートキーパー」について学んでみませんか	60～90分	
	27	がん予防について	がんの知識と予防対策について	60～90分	
	28	女性の健康づくり	女性のライフスタイルに応じた身体と心の変化とその対応について また、女性の健康づくりとして日頃から気をつけたいことや子宮がん・乳がん予防などについて	60～90分	
	29	大切にしたい心の健康	気付いて欲しい心のサインとストレスとの上手なつきあい方について	60～90分	
	30	あなたの「食」は大丈夫？	生活習慣病予防と健康寿命をのばすための、健康的な食事のポイントについて	60～90分	
	31	乳幼児期の食事は未来の健康づくり	子どもの頃に身につけた食習慣は将来の生活習慣病の発症に影響します。「食べる力」が豊かに育つ3歳頃までの食生活について	60～90分	
	32	国民健康保険制度について	国民健康保険制度のしくみについて	45～60分	保険年金課
	33	後期高齢者医療制度について	後期高齢者医療制度のしくみについて	45～60分	
産業・都市基盤	34	(リニューアル) 渋川市の農林業のはなし	農林業振興全般について	60～90分	農林課
	35	農業委員会の仕事と役割	農業委員会の業務とその役割について	30～60分	農業委員会
	36	わが家の耐震診断	わが家は大地震に耐えられるのか。その不安を解消するため、簡易診断や対策について学びます	60～90分	建築住宅課
	37	都市計画について	渋川の都市計画について	60～90分	都市政策課
	38	水道事情について	上水道の現状と水質の安全性について	60～90分	水道課
	39	下水道について	下水道の役割やしくみ、働きについて	60分	下水道課
教育・文化	40	適正規模・適正配置から考える将来の学校のあり方	少子高齢化が進む渋川市において、どのようにしてより良い学校教育を行っていくか、学校の規模や配置（適正規模・適正配置）の視点から一緒に考えていきます	60～90分	教育総務課
	41	これからの学校教育	学校がめざすこれからの教育について	60～90分	学校教育課
	42	人権ってなんだろう？	人権教育、人権についての学習の入門講座	60～90分	生涯学習課
	43	生涯学習のすすめ	生涯学習情報について	60～90分	

分野	No.	講座名	内容	所要時間	担当課
教育・文化	44	青少年センターの活動について	青少年の健全育成・非行防止活動について	60～90分	生涯学習課
	45	なんでも遺跡教室	市内各所で見つかっている遺跡について、要望に沿った講座をします。地域や時代を限定した内容にも対応します。また、遺跡から出土した土器や石器の展示、実際に触れる機会の提供もします。学校への出前も大歓迎です	60～90分	文化財保護課
	46	榛名山噴火関連遺跡について学ぼう	古墳時代に起こった2度の榛名山の大噴火によって被災した遺跡「榛名山噴火関連遺跡」（金井東裏遺跡や黒井峯遺跡、中筋遺跡など）が市内には多数存在します。それらの遺跡の希少性、歴史的価値を学ぶ機会を提供します	60～90分	
自治・協働・行財政	47	市のPR動画を見てみよう	市のさまざまな情報を映像により発信しているPR動画を、みなさんと視聴して、市の魅力を再発見しましょう	60～90分	広報課
	48	渋川市が目指すまちづくり	本市が進めているまちづくりについて、総合計画や総合戦略を中心に説明し、市民のみなさんと共に、渋川市の未来を考えます	60～90分	総合政策課
	49	(リニューアール) ジェンダー平等について	性別等にかかわらず互いを認め合い、誰もが自分らしく生きられるまちに向けて、男女共同参画社会の実現のために一緒に考えましょう	60～90分	
	50	「共生社会実現のまち 渋川市」について	「共生社会」って何だろう？私たちみんなが住みやすくなるために、どんなことをしたらいいだろう？といったことについてお話をします	60～90分	
	51	(リニューアール) 渋川市公式LINE及び渋Payの活用方法について	様々な機能がある渋川市公式LINEについて、友だち追加の方法や各メニューの内容等を説明するほか、しぶかわ電子地域通貨渋Payの利用方法について説明します	60～90分	DX推進課
	52	国際交流講座	渋川市の国際交流への取り組みについて	60～90分	市民協働推進課
	53	渋川市の財政状況について	本市の財政状況を解説	60～90分	財政課
	54	選挙のはなし	選挙制度・運動について	60～90分	総務課
	55	市税のはなし	市税のしくみについて (市税の種類や課税、暮らしとのつながりについて)	60～90分	税務課
	56	納税のはなし	お手軽で便利な納税方法について 納税に困ったらそのままにしないで、すぐ納税課に相談しましょう！	60～90分	納税課
	57	議会について	地方議会のしくみ	60～90分	議会事務局
58	監査のしくみ	監査の役割と内容について	60～90分	監査委員事務局	



「身体いきいき元気生活のコツ」講座



「ごみの問題について」講座