

市民の皆さんが、知りたい・聞きたい・学びたいと思っている市役所の仕事や仕組み・制度などについて、市職員が講師として出向く『出前講座』を行います。皆さんと職員がふれあいながら気軽に楽しく学んでいただきたいと思いますのでぜひご利用ください。

※「栃木市出前講座のご案内」及び「出前講座申込書」は生涯学習課、各公民館、各総合支所に設置してあります。また、市ホームページでもお知らせしていますので、ダウンロードしてご使用ください。

【受講にあたって】

申込対象 おおむね 10 名以上の団体・グループ・企業等

開催時間 平日(月～金曜日)の 9 時～21 時まで(日程は相談のうえ調整します)

※一部開催時間や期間が異なる講座がありますので、各メニュー一覧でご確認ください。

開催場所 市内(主催者である申込者をご用意ください)。

受講料 無料

申込方法 出前講座申込書に必要事項を記入のうえ、生涯学習課または各公民館にご提出ください。

※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は申込みを受付けることはできません。

また、集会の目的が趣旨に沿わないと判断した場合は、講座を中止することがあります。

その他 追加メニューは、広報とちぎや市ホームページ等で順次お知らせいたします。

お願い ①主催者は申込者になります。当日の会場設営、進行などは、主催者が行ってください。

②出前講座は市民の皆さんの学習の場であり、苦情や要望をお聞きする場ではないことをご理解ください。なお講座中の質問や意見等が趣旨から逸れた場合は、主催者が責任をもって本題に戻してください。

③講座を中止または会場等を変更する場合は、必ず講座担当課までご連絡ください。

④屋外やスポーツなどの講座で、怪我などの恐れがある場合は、各自保険に加入してください。

⑤十分な感染防止対策(マスクの着用・換気・消毒等)を講じてください。

【出前講座の流れ】

1	令和5年度栃木市出前講座メニューから希望する講座を選んでください。
2	会場と日時を検討してください。(日時に関しては、必ず第2希望までご検討ください。)
3	日程調整の都合がありますので、 開催希望日20日前まで に、出前講座申込書に記入し、生涯学習課(各公民館でも受付可)へ提出してください。
4	日程確定後に講座担当課から連絡いたしますので、講座の詳細を調整してください。
5	講座担当課が出前講座を実施します。
6	出前講座終了後、講座担当課に出前講座実施報告書を提出してください。

【問合せ・申込み先】

栃木市教育委員会事務局 生涯学習課 生涯学習係
 (栃木市役所本庁舎4階 4A-2番)
 電話 21-2486/FAX 21-2690

市職員出前講座メニュー

★は新しい講座

分野	番号	講座名	内容	時間(分)	主な担当課
行政	1	★第2次栃木市総合計画について	本市の最上位計画である第2次栃木市総合計画の概要について	30	総合政策課
	2	マイナンバーカードの申請、活用について	・マイナンバー制度の概要について ・マイナンバーカードの申請方法について ・マイナンバーカードの活用方法について	30	
	3	統計調査について	国勢調査の結果や各種統計データから栃木市を見る	30	
	4	知って納得！安心！情報公開制度と個人情報保護制度	情報公開制度のあらましや現状、市が保有する個人情報の取扱について	60	総務人事課
	5	ご存知ですか？自治基本条例	市民が主役のまちづくりを行うための基本ルールを定めた自治基本条例を解説	30	
	6	かんたんな予算の話	市の予算編成の流れ、財政のあり方・考え方	60	財政課
	7	栃木市の行財政改革について	第3次行財政改革大綱・財政自立計画の概要について	30	行財政改革推進課
生活・環境・農業	8	悪質商法から身を守るために最新の手口を知ろう！	栃木市消費生活センターに多く寄せられる相談事例から、悪質商法の手口や対策について、消費生活センター相談員がアドバイス ※開催時間は平日の9時から16時まで ※申込は希望日の1ヶ月前まで ※先着順	45～60	市民生活課
	9	交通安全に関する講話	交通事故の現状や、交通事故に遭わない・起こさないための講話 ※開催時間は平日(水曜日を除く)の9時から17時まで	60	交通防犯課
	10	特殊詐欺に関する講話	特殊詐欺(還付金詐欺・オレオレ詐欺・架空請求詐欺等)の現状や、詐欺に遭わないために気を付けることなどの講話 ※開催時間は平日の9時から17時まで	45	
	11	蔵タク・ふれあいバスを利用しよう！	蔵タク、ふれあいバスの利用方法	45	
	12	カーボンニュートラルのすすめ方	・カーボンニュートラルの取り組み ・気候変動の影響 ・地球温暖化の仕組み、カーボンニュートラル 等	60	環境課
	13	子供向け環境講座	・環境講座(30分) ・栃木版環境かるた(30分) ・工作活動(希望の場合のみ) ※工作を希望する場合、材料および工作用具は各自準備	60～90	
	14	ごみと資源の分け方・出し方について	・栃木市のごみの状況 ・ごみ分別ゲーム ・ごみと資源の分け方・出し方について ※開催時間は平日の10時から16時まで	60	クリーン推進課
	15	人権て何？	「人権とは何か？」について、身近なことから考える	30～60	人権・男女共同参画課
	16	男女共同参画って？ ～一緒に考えてみませんか？～	・男女共同参画社会について考える ・読み物教材を通して、楽しくワークショップ(40名以内)	30～50	
	17	栃木市の空き家対策について	・栃木市の空き家の現状 ・栃木市の空き家施策について	30～60	建築住宅課
18	栃木市の農業について ～農家戸数県内2位ってご存知ですか？～	栃木市農業の概要	45	農業振興課	
19	「人・農地プラン」について	今後の地域の農業・農地を地域ぐるみで話し合いまとめていく「人・農地プラン」についての概要	30		
20	★栃木市の水道・下水道について	・水道料金、下水道使用料について ・上下水道事業の経営について	60	上下水道総務課	
防災・安全	21	防災対策について	・台風や地震等の自然災害に対する事前の防災対策について ・ハザードマップの見方、活用について ・災害時の情報収集について ・避難行動について	60	危機管理課
	22	自主防災組織の設立について	自主防災組織の活動内容と立ち上げ方について	60	
	23	木造住宅の耐震化について	・栃木市における建築物の耐震化の現状 ・誰でもできる我が家の耐震診断(演習) ・住宅の耐震診断及び耐震改修の目標と支援制度	60	建築指導課
	24	防火講話について	・火災について(火災を起こさないために)	60	栃木市消防署(消防本部)
	25	住宅用火災警報器について	すべての住宅に設置が義務化されてから10年以上が経過した住宅用火災警報器の効果や設置場所、点検、交換時期などについて	30	

分野	番号	講座名	内 容	時間 (分)	主な 担当課
健康・福祉	26	栃木市再犯防止推進計画について ～自立更生の夢を育むあったかもちぎ～	・再犯防止推進計画の紹介 ・再犯防止の取組みの説明	30	福祉総務課
	27	地域福祉ってなんだろう？ ～共に考え 共に支え合う あったかもちぎ～	・地域福祉計画、地域福祉活動計画の紹介 ・地域福祉の推進に向けた市、市社会福祉協議会の取り組み ・地域福祉のためにできること	60	
	28	「障がい者の権利擁護」について	・「障がい」を知ろう ・障がい者の虐待防止について ・障がいを理由とした差別、合理的な配慮って何だろう？ ※机、電源、マイクが必要	60	障がい福祉課
	29	知ってほしいな！こころの病気	・こころの病気(精神障がい、精神疾患)について ・利用できる制度やサービスについて ・こころの病気のある方の生活や思いについて(ご本人がお話します。) ※机、電源、マイクが必要	60～90	
	30	手話体験講座	・手話言語条例について ・手話の歴史 ・初めての手話体験 ※机、電源、マイク、スクリーンが必要 ※60分程度でも可能	60～90	
	31	介護保険 はじめの一步	・介護保険の申請について ・介護保険サービスの内容について	45	高齢介護課
	32	★認知症になっても安心して暮らせる まちに	・認知症高齢者等SOSネットワークって何だろう？ ・見守りシール、安心見守りカプセルをご存知ですか？ ・認知症高齢者等個人賠償責任保険に加入できる方	30	地域包括ケア推進課
	33	終活について	・エンディングノートを書いてみましょう ・緊急医療情報カプセルについて	45	
	34	やさしいもちぎのつくり方 ～地域支え合い活動のすすめ～	・地域支え合い活動PR映像(DVD)の視聴(15分) ・地域支え合い活動の支援制度の説明(15分) ※DVDプレーヤーまたはパソコン、モニター(テレビなど)が必要	30	
	35	今日からさっそく介護予防	・地域包括支援センターの役割について ・介護予防の取組について	60	
	36	認知症サポーター養成講座	・認知症についての正しい知識 ・地域で支える方法について	90	
	37	高齢者向け筋力運動「あったかもちぎ 体操」	「あったかもちぎ体操」の説明と体験 ※椅子、タオル、飲み物が必要	90	
	38	早期発見！けんしんを受けよう	・健診を受診する必要性 ・栃木市の集団検診と個別健診について ・健康マイレージについて ・生活習慣病の予防について	60	
	39	ロコモってご存知ですか？ ～いつまでも自分の足で歩くために～	・ロコモって何？ ・あなたは大丈夫？ロコモチェック！ ・ロコモ予防(運動実技、食事に関する講話)	60	
	40	元気で長生き！ 今日から始める脳卒中 中予防	・脳卒中って何？ ・脳卒中の初期状況を知ろう ・栃木市の脳卒中の状況 ・脳卒中の予防法(食事や運動等)	60	
	41	高齢者の熱中症を予防しよう	・熱中症とは ・熱中症を予防するために	60	健康増進課
	42	身体機能の低下は口から！オーラル フレイルを予防しよう！	・誤嚥性肺炎を予防するために必要な口腔ケアと口腔トレーニング ・歯周病予防の口腔ケアの講話と実技指導 ・オーラルフレイルについて	60	
	43	★糖尿病予防～血糖値を下げるコツ、 お伝えします！～	・糖尿病とは ・糖尿病の予防と改善(食事や運動等)	60	
	44	小児生活習慣病を知っていますか？ ～子どもの未来の健康のために一緒に 考えてみましょう～	・小児生活習慣病とは？ ・小児生活習慣病の予防のポイント	40	
45	★離乳食教室	・離乳食の進め方 ・離乳食をはじめるサイン ・離乳食の与え方	30		
税・保険・年金	46	市・県民税について	市・県民税について	60	税務課
	47	固定資産税・都市計画税について	固定資産税・都市計画税について	40	
	48	租税教室	税金の仕組みや暮らしとの繋がりについて	60	栃木税務署
	49	国民健康保険制度のあらまし	・国民健康保険のしくみ ・国民健康保険の給付内容 ・国民健康保険の届出について ・特定健診について	30	保険年金課
	50	国民年金について	・国民年金の適用 ・国民年金の各種届出 ・国民年金保険料免除制度 ・国民年金の請求方法	30	
	51	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 ・後期高齢者医療制度の給付内容 ・後期高齢者医療制度の届出について ・健診について	30	

分野	番号	講座名	内容	時間(分)	主な担当課
商工・観光	52	栃木市の中小企業支援策について	中小企業者や創業者に対する栃木市の各種支援策(補助制度や融資等)についての説明	30	商工振興課
	53	栃木市中小企業・小規模企業振興ビジョンについて	栃木市の中小企業・小規模企業の振興に関する施策を、計画的かつ総合的に進めるための指針である「栃木市中小企業・小規模企業振興ビジョン」の説明	30	
	54	勤労者向け福利厚生について	栃木市勤労者福祉サービスセンター(ウェルワークとちぎ)の説明	30	
	55	栃木市の観光について	豊かな自然や歴史、文化溢れる栃木市を観光の視点から紹介	30～60	観光振興課
地域・まちづくり・市民活動	56	栃木市のこと、もっと知ってほしい～シティプロモーション～	・そもそもシティプロモーションって？ ・栃木市が取り組むシティプロモーションについて ・とち介や栃木市ふるさと大使の活用について ・一緒に栃木市の魅力を発信しよう！	60	広報課
	57	広報広聴事業について	・市の情報発信について(どのような方法で情報を発信しているか、情報の取得の仕方など) ・広聴事業について(広聴事業の案内、ご意見・ご提案・ご要望を伝える方法など)	30	
	58	「広報とちぎ」でお知らせしませんか	身近な話題を広報したい時の方法(広告、伝言板の活用法)	30	渡良瀬遊水地課
	59	知ってる？ 渡良瀬遊水地	渡良瀬遊水地の特長である治水・利水、自然、歴史、レジャー・スポーツについて	30	
	60	【渡良瀬遊水地】守ろう！貴重な生きものたち	国のレッドリストに掲載される生物が数多く生息する渡良瀬遊水地の保全について	30	
	61	★【渡良瀬遊水地】作ってみよう！ヨシ細工	渡良瀬遊水地の概要、自然環境について 講話後は、渡良瀬遊水地を代表する植物ヨシを使ったものづくりを通して活用方法を考えます。 ※開催時間は平日の9時から17時まで ※机が必要 ※材料費は自己負担	60～80	
	62	栃木固有の風情、たたずまいを活かしたまちづくり～歴まち計画について知ろう！～	栃木市の歴史まちづくりを推進する「栃木市歴史的風致維持向上計画」の概要について	30	蔵の街課
	63	ご存知ですか？「とちぎ市民活動推進センターくらら」	市民活動の拠点となる「とちぎ市民活動推進センターくらら」について、その役割や活動内容についての説明	30	地域政策課
	64	市民活動を後押し！「とちぎ夢ファーレ」(市民活動補助金制度)	栃木市独自の市民活動補助金制度「とちぎ夢ファーレ」について、その制度の特徴や実際に受けた活動内容などについての説明	30～60	
	65	★自治会の法人化について	自治会(地縁による団体)が法人格を得るための認可の申請について、制度や申請手続きの流れを説明	30～60	
教育・文化・スポーツ	66	生涯学習のすすめ	・生涯学習って何だろう？ ・生涯学習による生きがいづくり ・栃木市の生涯学習について	45～60	生涯学習課
	67	どうしたらいいの？親子の関係	良好な親子関係について参加者同士が話し合いを通じて学びあう参加型プログラム	60～90	
	68	地域の子ども、みんなの子ども～地域でできる子育てについて考えよう～	参加者同士が身近なエピソードやワークを通して話し合い、交流しながら地域課題解決について主体的に学ぶ、参加型の学習プログラム	60～90	
	69	★とっても大切！すいみんの話～よい睡眠を取るためのきっかけづくり～	分かっているようで分かっていない睡眠の大切さについての説明 ・睡眠クイズ ・よい睡眠の効果について解説 ・自分の睡眠を見つめ直し、具体的な解決策を考える	45～60	
	70	いいまちは、いい学校をつくる～とちぎ未来アシストネット～	とちぎ未来アシストネットって何だろう？地域ぐるみで未来を担う子どもたちの「生きる力」を育てるための取組について	60	
	71	いつか体力がモノをいう	握力、上体起こし等の新体カテストの実施 ※開催時間は9時から16時まで ※会場は体育館等の広い室内が望ましい ※運動ができる服装・運動靴・飲み物が必要	90	スポーツ課
	72	軽スポーツでハッスル！！	スマイルボウリング、ペタンク、モルックの実施 ※開催時間は9時から16時まで ※会場は種目によって相談 ※運動ができる服装・運動靴・飲み物・マット等の緩衝材・ホワイトボード等の得点記入板が必要	60～90	
73	美術鑑賞入門	・令和5年度の展覧会の紹介 ・市立美術館所蔵の喜多川歌麿の紹介 ・美術館活動の紹介 ※プロジェクター・パソコンが必要	60	美術・文学館課	
74	栃木市立文学館について	・栃木市立文学館の概要について ・旧栃木町役場庁舎について ・開催中の企画展について ・学芸員の仕事について ※プロジェクター、パソコンが必要	30～60		
議会・選挙	75	市議会の役割と仕組みについて	市議会の役割、仕組み、権限等に関する説明	45	議事課
	76	暮らしの中の選挙	選挙のしくみについて	30	選挙管理委員会事務局

生涯学習人材バンクをご利用ください

『生涯学習人材バンク』とは、趣味や教養など様々な分野でご活躍されている講師の方を生涯学習ボランティアとして登録し、市民の皆さんからの学びの要望に応じていただくものです。
「自治会やサークルの集まりに来て指導してほしい、技術を披露してほしい」などの要望がありましたら、ぜひご利用ください。
登録者の情報は、市ホームページや生涯学習課窓口などで確認することができます。