

平成30年度版

栃木市出前講座のご案内

この講座は、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、市役所の職員が講師として出向いて行う講座です。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くことを目的としています。また、趣味や教養の分野について学んでいただくために、生涯学習人材バンク登録者による出前講座(市民出前講座)も行います。ぜひご利用ください。

出前講座メニューをご覧いただき、ご希望の講座等がありましたら出前講座申込書に必要事項を記入のうえ、栃木市教育委員会生涯学習課または各公民館に提出してください。

※「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利用ください。

【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時までの間 (日程は相談のうえ調整します。)

※開催時間等が異なる講座がありますので、講座メニュー一覧の※でご確認ください。

※市民出前講座のみ、土・日曜日の開催が可能です。

開催場所 出前講座の会場は、お申込みの方がご用意ください。

(市内であれば、個人宅、事業所等どこでも構いません。)

受講料 市職員出前講座：無料 (一部材料を用意していただく講座がございます。)

市民出前講座：材料費等の費用を負担していただく場合があります。

その他 メニューにない講座は、検討させていただきますので別途ご相談ください。

追加メニューは、広報とちぎ、市ホームページ等で随時お知らせします。

- お約束**
- ①この講座は、市民の皆様の学習の場です。苦情や要望をお聞きする場ではありません。
 - ②当日の会場設営・進行は主催者側で行い、時間内で終わるようにしてください。
 - ③質問・意見が内容から逸れた場合は、代表者または進行役が責任をもって本題に戻してください。
 - ④その場でお答えできない内容もありますので、あらかじめご了承ください。
 - ⑤日時・場所の変更及び取り消しの場合は、必ず講座担当課(者)までご連絡ください。
 - ⑥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。
 - ⑦集会の目的が趣旨に沿わない場合は、講座を中止することもあります。
 - ⑧屋外やスポーツなどの講座で、ケガなどのおそれがある場合は、各自保険に加入してください。

【申込みから実施までの流れ】

1	平成30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、開催希望日の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(者)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(者)が出前講座を実施します。
6	出前講座終了後、講座担当課(者)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 生涯学習部 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・2487 / FAX 21-2690



市民出前講座メニュー

以下の講座は、生涯学習人材バンク(※)にご登録いただいた市民講師が実施する出前講座になります。費用はすべて材料費や教材費等の実費分のみとなり、未経験者や初心者の方でも参加できるオススメの講座ばかりです。ご希望の講座がありましたら、ぜひご利用ください。

※生涯学習人材バンク

豊かな知識や経験・技術を持つ方にボランティアの市民講師として登録していただき、市民からの学びの要望にお応えいただく登録制度です。

登録者名簿や活動内容などは市ホームページからご覧いただけますので、ぜひご覧ください。

番号	講座名	内容	講師名	費用(円/人)	時間(分)
1	絵画教室	水彩画が初めての方でも気軽にできます。人物、静物、花、風景を透明、不透明絵具を使用して楽しく描きましょう。	亀山 知也	200	120
2	出前コンサート	エレキギターを使って、季節や聴いて下さる方の世代に合わせたプログラムでコンサートを行います。	強口 圭子	無料	60
3	はじめての相続・遺言	今のうちから備えておきたい相続・遺言について分かりやすく学べる講座です。	坂本 達也 中村 光男	1,000	120
4	楽しいオカリナの世界	オカリナの音色を楽しみましょう。	篠原 和之	500	90
5	縫わずにできるおサイフづくり	糸と針を使わずにおサイフを作ります。	須藤 彰子	1,500	120
6	お料理しよう!	お料理のレパートリーを増やしながら、基本から学べます。	関口 明美	1,000～2,000	120
7	シニアのための軽運動	ゆっくりしたリズムで動く脳トレを含む簡単な体操です。	高田 英子	無料	60
8	107歳まで歩こう! 脳足活体操教室	「きんさん・ぎんさん」の姉、「きんさん」は107歳まで歩き続けました。その「きんさん」の取組を、講話と実技を交えて行います。	高橋 洋樹	無料	90
9	ベビービクス&ママフィット withベビー	ベビービクス→親子の愛情と信頼を深めるベビーマッサージと赤ちゃんの発達段階に応じたベビーエクササイズ。 ママフィット→有酸素運動、ストレッチ、体幹トレーニングなど、産後の体を変えたいママのためのトータルエクササイズ。	富田 悦子	無料	90
10	写経体験と楽しいお話	写経～30分、お話～30分、質疑応答～30分	中島 清道	100	90
11	プリザーブドフラワーで作る季節のアレンジと仏様用アレンジ	母の日、ハロウィン、正月、ひなまつりなど、様々なアレンジが楽しめます。水やり等いらないので喜ばれます。	村上 翔子	4,200	90
12	クラフト教室	手軽にできて楽しめるクラフトです(アートプリント、イタリアンジュエリー、香りの花せっけん、キャンドルマスター、ガラスアート、シースルークレイ、タイルクラフト、リボンドール、アロマストーン、ヘリテージデコ、フレンチデコ、ポーセラーツ)。※費用は作品によって異なります。	森 政美	1,000～2,200	60～120
24	ウクレレ体験会	初心者を対象としたウクレレ体験会。	谷中 敦	無料	60
25	初めてでも簡単フラワーアレンジメント	生花またはプリザーブドフラワーなどで、楽しくフラワーアレンジメント。	渡邊 美樹	1,500	90

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	栃木市総合計画について	栃木市の最上位計画である栃木市総合計画の概要について	30	総合政策課	
	2	★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		
	3	ハートランド構想・ハートランドプランについて	渡良瀬遊水地の今後の方向性を示しているハートランド構想・ハートランドプランについて	30	遊水地課	
	4	かんたん予算の話	市の予算編成の流れ、財政のあり方・考え方	60	財政課	
	5	公共施設の再編について	・公共施設のあり方ガイドラインの概要について ・公共施設適正配置計画の概要について	60	公共施設再編課	
	6	情報公開・個人情報保護制度について	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り扱いについて	60	総務課	
	7	栃木市の行財政改革について	栃木市行政改革大綱・財政自立計画の概要について	30		
地域・まちづくり	8	栃木市自治基本条例について	市民を中心とした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	地域づくり推進課	
	9	市民も変わる！行政も変わる！ 栃木市の地域づくりについて	栃木市独自の地域づくり制度(地域会議、まちづくり実働組織等)について	30		
	10	自治会活動について	自治会活動を行う上でのポイント	30		
	11	市民活動してみませんか	市民活動の現状や実践に向けてのアドバイス	60	シティプロモーション課	
	12	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？ ・栃木市が行うシティプロモーションについて ・とち介や栃木市のふるさと大使の活用について	60		
	13	広報広聴事業について	・市の情報発信について ・広聴事業について	30	都市計画課	
	14	「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		
	15	とちぎの土地利用と法制度について	市街化区域及び市街化調整区域、非線引き都市計画区域における土地利用と地区計画を活用したまちづくりについて	60		
	16	とちぎの歴史を活かしたまちづくりについて	蔵等の歴史的な建物を活かしたまちづくりについて	60		
	17	とちぎの開発許可条例について	市街化調整区域における開発許可基準等について	60		
	18	栃木市の空き家対策 ～条例と利活用について～	栃木市の空き家条例及び助成制度等についての説明	30		住宅課
	19	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 ・誰でもできるわが家の耐震診断(演習) ・住宅の耐震診断及び耐震改修の目標と補助制度	60		建築課
20	とちぎの土地区画整理事業について	土地区画整備事業によるまちづくりについて	60	市街地整備課		
生活・環境	21	意外と簡単！ マイナンバーカードの申請！	・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	30	総合政策課 市民生活課	
	22	歳タク・ふれあいバスを利用しよう！	・歳タク、ふれあいバスの利用方法	45	交通防犯課	
	23	地球温暖化ってなんだろう？ わたしたちにできることは？	・地球温暖化のメカニズムと影響についてパワーポイントで説明 ・わたしたちにできる地球温暖化対策	60～ 90	環境課	
	24	ごみ減量・分別・リサイクルについて 学ぼう！	・栃木市のごみの現状、減量化、資源化と市のすすめる3R ・ごみ分別ゲーム ・自宅で少しでも生ごみを減らすには(生ごみ処理機の活用法)	60～ 90		
	25	廃油を利用しよう！	・一度使った油から石けんを作る ・一度使った油からろうそくを作る ※石けん作りかろうそく作りのどちらかを選んでください。材料が必要です。	60～ 90		
	26	動物愛護と狂犬病	・動物の終生飼養 ・狂犬病の予防について	60		
	27	水辺で遊ぼう！学ぼう！	永野川の科学実験と水生生物の採取調査から水質を判定する ※実際に河川に入るため、実施期間は6月～8月	90～ 120	遊水地課	
	28	★巴波川の水質について	・巴波川の水質の歴史 ・巴波川の水質実験	60～ 90		
	29	渡良瀬遊水地について	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		
	30	渡良瀬遊水地の絶滅危惧種の保全について	国のレッドリストに記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		
税・保険・年金	31	人権って何？	「人権とは何か？」について、講座と体験等を通じて身近なことから考える	60	人権・男女共同参画課	
	32	男女共同参画 ～身近なことから考えてみましょう～	男女共同参画に関する意識調査の結果から	60	栃木税務署	
	33	租税教室	税金の仕組みやくらしとのつながりについて ※実施時間は9時から17時まで	60		
	34	市・県民税について	市・県民税について	60		市民税課
	35	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		資産税課
	36	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		保険医療課
	37	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		
	38	国民年金について	国民年金の適用、各種届出、保険料免除制度、請求方法等	30		

分野	番号	講座名	内容	時間(分)	主な担当課
防災・安全	39	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予防対策及び災害が起こった時の応急対策等	60	危機管理課
	40	★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	
	41	防火講話について	・火災について ・地震について	60	消防署
	42	住宅用火災警報器の設置について	住宅用火災警報器は設置されていますか？法律により設置が義務化されている住宅用火災警報器の効果や設置場所、点検、電池などの交換時期についての説明	30	消防本部
	43	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 ※実施時間は9時から16時まで ※申込は希望日の1か月前まで	45～ 60	市民生活課
	44	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 ※実施時間は9時から17時まで ※水曜日は実施不可	60	交通防犯課
	45	特殊詐欺に関する講話	特殊詐欺の現状や、詐欺に遭わないために気を付けることなどの講話 ※実施時間は9時から17時まで	45	
健康・福祉	46	地域福祉ってなんだろう？～ささえあ うぬくもりあるまちあったかとちぎ～	・地域福祉計画、地域福祉活動計画の紹介 ・地域福祉のためにできること ・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	60	福祉総務課
	47	「障がい者の権利擁護」について	・「障がい」を知ろう ・障がい理由とした差別、合理的配慮って何だろう？ ・障がいのある人もない人も誰もが暮らしやすいまちづくり ・障害者の虐待防止	60	障がい福祉課
	48	「障がい福祉サービス」について	・サービス種類 ・サービスを利用するための手続きや流れ等 ・障がいに関する相談	30～ 60	
	49	めざせ！健康寿命の延伸 ～栃木市の健康づくりについて～	・あったかとちぎ健康都市宣言 ・栃木市の健康の現状と課題 ・軽体操 ・健康づくりについての提案(①栄養・食生活、②身体活動・運動、③喫煙、 ④こころの健康、⑤歯と口の健康、⑥健康診査・検診)	60	健康増進課
	50	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(運動実践・食事に関する講話)	60	
	51	★脱！脳卒中ワースト県民～脳卒中 を予防して健康寿命を延ばそう～	・栃木市の脳卒中の状況 ・脳卒中って何？ ・脳卒中の予防法(運動食事など) ・脳卒中の初期症状を知ろう	60	
	52	歯と口の健康について	・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	60	
	53	こどもの病気～夏編・冬編～	夏または冬に多いこどもの病気とその予防法について	40	
	54	小児生活習慣病予防教室	小児の生活習慣病予防のポイントについて ※パソコン・プロジェクターが必要です。	40	
	55	感染症からお子さんを守るために ～予防接種を受けましょう～	・予防接種制度について ・予防接種の受け方、スケジュールの立て方について	20	
	56	インフルエンザの感染を防ぐ ～「かからない」「うつさない」ために	・インフルエンザと風邪の違い ・かかってしまった場合の初期対応 ・どのようにして感染するのか ・個人でできる感染予防策	20	
	57	栃木市の新型インフルエンザ等 対策について	・「季節性インフルエンザ」「鳥インフルエンザ」「新型インフルエンザ」の違い ・新型インフルエンザ等対策とは？ ・栃木市の新型インフルエンザ等対策	20	
	58	これからの高齢福祉	・高齢福祉とは？栃木市の高齢者を取り巻く現状やこれからのことについて ・高齢者を地域で支える体制づくりや医療と介護の連携、地域包括ケアシステム構築に向けた取り組みについて ・終活について	60～ 70	
	59	介護保険 はじめの一步	・介護保険申請について ・介護保険サービスの内容等	45	子育て支援課
	60	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や介護予防の取り組み等について(運動実技も可)	60	
	61	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	
	62	こどもの発達とこころの理解	こどもの発達と成長にともなう特性と理解について ※パソコン・プロジェクター・ホワイトボードが必要です。	60～ 90	
商工農・観光	63	ファミリー・サポート・センターについて	ファミリー・サポート・センターの仕組みと利用のしかた	30	商工振興課
	64	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	
	65	栃木市制度融資について	中小企業向け資金メニューについて ・保証料補助金について 等	30	
	66	栃木市中小企業・小規模企業の 振興に関する条例について	中小企業・小規模企業の振興に関する基本理念、市の債務、関係機関等の役割を定めた本条例の説明及び現行の産業振興施策の説明	30	農業振興課
	67	「農業ビジョン」について	・農業ビジョンってどんなビジョンなんだろう？ ・市の農業について	30	
	68	栃木市の観光について	豊かな自然、伝統文化、多くの観光資源により、多様な魅力を有する栃木市を観光の視点から紹介	30～ 90	
教育・文化・スポーツ	69	栃木市コミュニティ・スクールに ついて	平成29年度より市内公立全小中学校に導入した「栃木市コミュニティ・スクール」について	30	教育総務課
	70	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	60	生涯学習課
	71	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	90	
	72	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」を育てるための取り組みについて	60	スポーツ振興課
	73	いつか体力がモノをいう	握力、上体起こしなどによる新体力テスト ※実施時間は9時から16時まで ※会場は体育館が望ましい	90	
	74	軽スポーツでハッスル！！	スマイルボウリングの実施 ※実施時間は9時から16時まで ※会場は体育館が望ましい	90	
	75	美術鑑賞入門	・開催中の展覧会について(鑑賞のポイント) ・学芸員の仕事について ・市所蔵の美術工芸作品の紹介 ※プロジェクト・パソコンが必要です。	60	文化課
選挙	76	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
	77	くらしの中の選挙	選挙のしくみについて	30	選挙管理委員会