

栃木市出前講座のご案内

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。

【出前講座の流れ】

1	令和6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 21-2491 / FAX 21-2690

栃木市出前講座メニュー

★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	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します。 ※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	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	60	
	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	★シェアサイクルで快適に移動！	・シェアサイクルの概要 ・シェアサイクルの利用方法 ・電動アシスト自転車に試乗 ※スマートフォン、クレジットカードが必要	60～90	市街地整備課
	13	環境講座	環境講座(地球温暖化、カーボンニュートラル等) (講話、工作など) ※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	環境課
	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 ・ごみと資源の分け方・出し方について ・ごみ分別ゲーム	60	クリーン推進課
	15	人権について考える	「人権とは?」、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	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	30～60	建築住宅課
18	★農地の権利設定が変わります～利用権の廃止と農地中間管理権への移行～	・権利設定の違い「利用権」「中間管理」「農地法3条」では何が違うの? ・今利用権設定されている農地はどうしたらいいの? ・中間管理権を設定すると協力金の対象に!?	15	農業振興課	
19	★人・農地プランから「地域計画」へ	・「人・農地プラン」と「地域計画」って何だろう? ・地域計画の策定について	15		
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と活動について	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	栃木市消防本部(消防署)
	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	

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としぎ～	・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 あったかとしぎ～	・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、スクリーンが必要	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、スクリーンが必要 ※大きな会場が望ましい ※開催時間は10時から16時まで ※申込みは1月以上前まで	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、延長コード、マイク、スクリーンが必要	60～ 90	
	31	介護保険 はじめの一步	・要介護・要支援認定申請の手続きについて ・介護保険サービスの紹介	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	やさしいとしぎのつくり方 ～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	★認知症を予防しよう	・認知症の予防について ・脳トレ・レクリエーション	60	
	38	高齢者向け筋力運動「あったかとしぎ 体操」	「あったかとしぎ体操」の説明と体験 ※椅子、タオル、飲み物が必要	90	
	39	★見直そう生活習慣！ ～いつまでも健康でいるために～	・生活習慣病とは？ ・栃木市の生活習慣病の現状 ・生活習慣病を予防するために ・としぎハート♡体操(運動実技)	60	健康増進課
40	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 ・としぎハート♡体操(運動実技)	60		
41	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		
42	糖尿病予防～血糖値を下げるコツ、お 伝えます！～	・糖尿病とは ・糖尿病の予防と改善(食事や運動等) ・としぎハート♡体操(運動実技)	60		
43	★こころの健康づくりをはじめよう ～自分と大切な人を守るゲートキー パーになろう～	・ストレスとこころの健康 ・こころの健康を保つ方法 ・栃木市の現状 ・「ゲートキーパー」になるために	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 【対象】小学校5年生向け ※パソコン、プロジェクターが必要	40	子ども家庭 センター	
税・保 険・年 金	45	市・県民税について	市・県民税について	60	税務課
	46	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	
	47	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
	48	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
	49	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	
50	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		
商工・ 観光	51	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
	52	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	
	53	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(ウェルワークとしぎ)の説明	30	
	54	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	

地域・まちづくり・市民活動	55	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
	56	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、また、それらの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	
	57	「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
	58	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	
	59	【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	
	60	【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(ミニヨシズまたはミニヨシ灯り)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200円は自己負担 ※最大20名まで	60～80	
	61	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
	62	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、ご説明します。	30	地域政策課
63	市民活動を後押し！「とちぎ夢ファール」(市民活動補助金制度)	栃木市独自の市民活動補助金制度「とちぎ夢ファール」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説明します。	30～60		
64	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などについて、ご説明します。	30～60		
教育・文化・スポーツ	65	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
	66	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(職場単位で受講することもできます。)	60～90	
	67	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	
	68	とっても大切！ すいみんの話	分かっていそうで分かっていない睡眠の大切さについて、解説します。よい睡眠を取るためのきっかけづくりになります。 ①睡眠クイズ ②よい睡眠の効果について解説 ③自分の睡眠を見つめ直し、具体的な解決策を考える	45～60	
	69	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	
	70	ポッチャを学ぼう！	ポッチャの講習 ※開催時間は平日の9時から16時まで ※会場は種目によって相談(室内が望ましい) ※運動ができる服装・飲み物・ホワイトボード等の得点記入板が必要 ※受講できるのは1団体につき年度内1回まで(出前講座とは別で無料貸出をしているのでご活用ください)	60～90	スポーツ課
	71	モルックを学ぼう！	モルックの講習 ※開催時間は平日の9時から16時まで ※会場は種目によって相談(室内が望ましい) ※運動ができる服装・飲み物・ホワイトボード等の得点記入板が必要 ※受講できるのは1団体につき年度内1回まで(出前講座とは別で無料貸出をしているのでご活用ください)	60～90	
	72	★プロスポーツチームと市の連携事業	市が連携協定を締結している4つのプロスポーツチーム(栃木シティフットボールクラブ、栃木ゴールデンブレイブス、宇都宮ブリッツェン、宇都宮ブレックス)の紹介及び連携事業について説明します。 ※実施日時は平日の9時から16時まで	60	
	73	美術鑑賞入門	・令和6年度の展覧会の紹介(60分程度) ・喜多川歌麿を中心とした浮世絵の紹介(60分程度) ・版木を使った体験と講座(7月から実施可能。60～90分程度、20人程度まで) ※3つのコースから1つ選んでください。ただし、3コースを連続講座として実施することも可能です。 ※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	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。