

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
生活	中学生可	昨年同様	防災講座 ～災害に日頃から備えるためには～	災害が発生した場合、その日その時を生き延びることが一番重要です。水害・地震に備えた日頃からの考え方・行動の仕方を学びましょう。地域の実状に合わせた防災・減災の備えについてお話します。講義形式の外、防災ゲームを通して学ぶ講座を行うこともできます。	消防防災課 (三和庁舎) 〒306-0198古河市仁連2065 電話 0280-76-1511 FAX 0280-77-1511
生活	小中学生可	昨年同様	「男女共同参画」ってどんなこと？	家庭や学校、職場など、身近な生活の場における「男女共同参画」について、国の動きや古河市の取り組みなどを踏まえて分かりやすくお話します。 (小学生の場合は高学年(5・6年生)を対象とします。)	人権推進課 (総和庁舎) 〒306-0291古河市下大野2248 電話 0280-92-3111 FAX 0280-92-3170
生活	小中学生可	昨年同様	人権について	「人権とは？」という基本的な説明や、解決していかなければならない様々な人権課題など、具体的にお話しします。 (小学生の場合は高学年(5・6年生)を対象とします。)	同上
生活	小中学生可	昨年同様	ダイバーシティ(多様性)社会の理解促進について	ダイバーシティの定義や、無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)の気付き等を学習します。 (小学生の場合は高学年(5・6年生)を対象とします。)	同上
生活	小中学生可	昨年同様	私達はだまされない！ ～消費者トラブルに遭わないために～	契約などの消費者トラブルの現状と対処法について事例をまじえてご紹介します。事例は、申込み団体に合ったものを取り上げます。 ◆実施日 月曜日～金曜日(祝祭日は除く) ◆時間 午前10時から正午、午後1時から午後5時(移動時間含む) ※業務の都合により、その他の実施日・時間については要相談とさせていただきます。	産業戦略課 (古河庁舎) 〒306-8601古河市長谷町38-18 電話 0280-22-5111 FAX 0280-22-5189

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
生活	中学生可	昨年同様	地震に強い住まいづくり ～耐震診断・耐震改修の促進～	昭和56年以前に建築された建物の耐震診断及び耐震改修の必要性について説明します。 【昭和56年5月以前の旧耐震基準で建築された建物は、十分な耐震性能が確保されていないおそれがあります。】	建築指導課 (三和庁舎) 〒306-0198古河市仁連2065 電話 0280-76-1511 FAX 0280-76-1594
生活		昨年同様	みなし道路の拡幅整備 ～良好な居住環境の確保と安全で快適なまちづくり～	住宅を建築する際のみなし道路拡幅整備を進めやすくするための整備費用の補助について紹介します。 【みなし道路とは、幅が4m未満の市道のうち建築基準法第42条第2項による道路として扱う道をいいます。】	同上
生活		昨年同様	みんなで創る多文化共生	日本人と外国人が共に協働して地域を支え合う「多文化共生社会」の実現に向け古河市の取り組みや古河市で活躍する 在住外国人支援センター 外国人アットホームin古河 外国人サポーター等の紹介をします。	企画課 (総和庁舎) 〒306-0291古河市下大野2248 電話 0280-92-3111 FAX 0280-92-3088
健康・福祉		昨年同様	ゲートキーパー養成講座 ～いのちを支える「門番」～	自殺についての現状と対策、自殺のサインに気づき、話を聞いて必要な支援につなげ見守ることのできるゲートキーパー（命の門番）養成の講座を開催します。	福祉推進課 (総和福祉センター 健康の駅) 〒306-0221 古河市駒羽根1501 電話 0280-92-5771 FAX 0280-92-7564
健康・福祉	小中学生可	昨年同様	障がいのある人の生活サポート	障がいのある人の生活を支援する福祉の仕組みについて ◎各種障害者手帳・障害福祉サービスについて説明します。	障がい福祉課 (総和福祉センター 健康の駅) 〒306-0221 古河市駒羽根1501 電話 0280-92-4919 FAX 0280-92-5594

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
健康・福祉		昨年同様	みんなで支える介護保険	介護保険制度や介護の認定申請方法、サービス利用の方法等介護保険全般について、わかりやすく説明します。	高齢介護課 (総和福祉センター 健康の駅) 〒306-0221 古河市駒羽根1501 電話 0280-92-4921 FAX 0280-92-5594
健康・福祉	小中学生可	昨年同様	認知症！？ あなたも、今日からサポーター (認知症サポーター養成講座)	認知症の人やその家族が地域で穏やかに過ごすためには、正しい知識を持って見守り支えることが大切です。認知症の症状や認知症の人の気持ちに寄り添った接し方などについて、分かりやすくお話しします。受講した方は、「認知症サポーター」となります。	同上
健康・福祉		昨年同様	高齢者虐待の防止で伝えたいこと	高齢者虐待などの現状、虐待のサイン、未然に防ぐためにはどうすればよいかなどについてご要望に合わせてお話しします。	同上
健康・福祉		昨年同様	高齢者福祉サービスのご案内	古河市では高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を送れるように、様々な高齢者福祉サービスを行っています。高齢者福祉サービスについて、わかりやすく説明します。	同上
健康・福祉		昨年同様	高齢者いきいき健康教室 ～今からはじめる、介護予防～	高齢者がいつまでも健康でいきいきと暮らすためのポイントを、ご要望に合わせて「フレイル予防」「認知症予防」「転倒予防」などをテーマにお話しします。	同上

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
健康・福祉		昨年同様	高齢者いきいき健康教室 ～守ろう、お口の健康!!～	おいしく食べて健康に暮らすために、噛むことの大切さやお口の健康について楽しく学びます。	高齢介護課 (総和福祉センター 健康の駅) 〒306-0221 古河市駒羽根1501 電話 0280-92-4921 FAX 0280-92-5594
健康・福祉		昨年同様	高齢者いきいき健康教室 ～しっかり食べて健幸長寿～	高齢期を元気に過ごすための食生活のポイントを、ご要望に合わせて「低栄養予防」「骨粗しょう症予防」「認知症予防」などをテーマにお話しします。	同上
健康・福祉		昨年同様	高齢者いきいき健康教室 ～介護予防レクリエーション～	いつまでも元気に過ごすために、頭と体を同時に鍛える介護予防レクリエーションを行ないます。介護予防サポーターと一緒に楽しくチャレンジしましょう。	同上
健康・福祉		昨年同様	運動で始める介護予防 ～シルバーリハビリ体操～	高齢者の介護予防のための運動を、シルバーリハビリ体操指導士と一緒に楽しく実践します。誰でもできる簡単で効果的な体操です。 ◆実施日 月曜日～金曜日(祝祭日は除く)	同上
健康・福祉		昨年同様	地域の声かけ・見守りで子どもの虐待防止	児童虐待の現状と、地域での声かけ・見守りにより虐待を防ぐことについてわかりやすくお話しします。	子育て包括支援課 児童相談係 (古河福祉の森会館) 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-6884 FAX 0280-48-6876

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
健康・福祉		昨年同様	DV（ドメスティックバイオレンス）とデートDVの防止に向けて	「DV（配偶者等からの暴力）」や「デートDV（交際相手からの暴力）」の現状と、被害者への様々な支援についてお話します。	子育て包括支援課 児童相談係 （古河福祉の森会館） 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-6884 FAX 0280-48-6876
健康・福祉	小学生可	昨年同様	楽しく食べる子どもに…食育	栄養の偏りや食習慣の乱れ、家族と食卓を囲む機会の減少により様々な問題が生じています。これらを改善するために、元気な体づくりや食の大切さについて説明します。	子育て包括支援課 母子保健係 （古河福祉の森会館） 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-6881 FAX 0280-48-6876
健康・福祉	小学生可	昨年同様	大きくな～れ ～早寝早起き元気な子～	生活リズムの乱れは、食生活の乱れにもつながり、発育発達に大きな影響を及ぼします。こころとからだの健全な成長を促すため、早寝早起きの大切さについて一緒に学びましょう。	同上
健康・福祉		昨年同様	発達が気になるお子さんを理解しよう	言葉が遅い、落ち着きがない、幼稚園や保育園に馴染みにくいなど、お子さんの気になることや関わり方について、説明します。	子育て包括支援課 児童発達支援センター （古河福祉の森会館） 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-7040 FAX 0280-48-6876
健康・福祉		変更	今からはじめる、働き盛りの健康づくり ～バランスのよい食事とお口のケア～	忙しい中でも手軽に実践できるバランスのとれた食事のポイントや歯周病予防のためのお口のケア等についてお伝えします。	健康づくり課 （古河福祉の森会館） 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-6883 FAX 0280-48-6876

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
健康・福祉		昨年同様	今からはじめる、働き盛りの健康づくり ～骨粗しょう症予防～	骨粗しょう症は若い年代からの予防が大切です。予防のポイントについてお伝えします。	健康づくり課 (古河福祉の森会館) 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-6883 FAX 0280-48-6876
健康・福祉		昨年同様	今からはじめる、働き盛りの健康づくり ～よい睡眠をとるには～	睡眠は心身の健康にとって欠かせないものです。健康づくりのための睡眠のポイントについて説明します。	同上
健康・福祉		昨年同様	今からはじめる健康づくり ～感染症の予防について～	最新の感染症情報とその予防法について、健康づくりのためのポイントをお伝えします。	同上
健康・福祉	小中学生可	昨年同様	たばことがん	がんとは何か、そしてがんの予防と治療について分かりやすく説明します。	古河福祉の森診療所 〒306-0044古河市新久田271-1 電話 0280-48-6521 FAX 0280-48-6627
健康・福祉	小中学生可	昨年同様	たばこと薬物	たばこの害について、手術写真などの映像とともに分かりやすく説明します。	同上

◆◆◆出前講座メニュー◆◆◆

分野	対象者	種別	講座名	講座の概要	メニュー担当課/連絡先
環境	小中学生可	昨年同様	今日から始めるカーボンニュートラル ～SDGsの推進に向けて～	「カーボンニュートラルとは」「私たちにできること」「温室効果ガス」「地球温暖化の仕組み」などを説明します。	企画課 (総和庁舎) 〒306-0291古河市下大野2248 電話 0280-92-3111 FAX 0280-92-3088
環境	小中学生可	昨年同様	古河市の家庭から出されるごみについて	古河市のごみ処理の現状や分別方法、市の取り組み等について説明します。	環境課 (三和庁舎) 〒306-0198古河市仁連2065 電話 0280-76-1511 FAX 0280-76-1663
行財政	中学生可	昨年同様	古河市の公共施設は今、そして未来は…	古河市の公共施設等を取り巻く環境を踏まえ、ファシリティマネジメントの必要性について説明します。	財産活用課 (総和庁舎) 〒306-0291古河市下大野2248 電話 0280-92-3111 FAX 0280-92-3088
行財政	中学生可	昨年同様	古河市の台所事情	古河市の財政状況などについて説明します。	財政課 (総和庁舎) 〒306-0291古河市下大野2248 電話 0280-92-3111 FAX 0280-92-4690