

令和8年度 「生涯学習 楽・学講座」 令和8年4月1日 改訂

No	講座名	内 容	担当課
1	可児市政の概要と重点方針 ～「住みごころ一番 可児」「若い世代が住みたいと 感じる魅力あるまち」を目指して～	・可児市政の現状と課題	秘書政策課
2	可児市の財政状況を知ろう	・財政状況について	財政課
3	「K検定」で可児市を知ろう！	・K検定とは？ ・実際の問題に挑戦！ など	広報情報課
4	選挙に行こう	・選挙の大切さについて	選挙管理委員会事務局
5	可児市の情報公開・個人情報保護について	・可児市の情報公開・個人情報保護条例の説明と手続き方法について	総務課
6	備えあれば憂いなし ～知っておきたい防災の基礎知識～	・地震や風水害などの災害に関する基本的な知識や、各家庭で行っておきたい防災対策についてお話しします	防災安全課
7	楽しく学ぼう！交通安全	・受講生の年代に合わせて、紙芝居や寸劇などを交えた楽しい内容です ・交通事故に遭わないように、命を守る学習をします	
8	救命講習～はじめの一歩～	・周りの人が急に倒れたとき、あなたにできることは？ ・基本的な心肺蘇生法を学んで、いざというときに備えましょう！	
9	外国から来た生き物たち ～特定外来生物～	・外来生物とは？ ・なぜ問題なの？ 被害を広げないために	環境課
10	可児市の希少な植物と生物多様性の保全について	・可児市に生育している希少な植物について ・生物多様性の保全について	
11	みんなでごみを減らそう	・可児市のごみ、リサイクルの現状や家庭から出るごみを減らす方法、分別の仕方などについて説明します	
12	ストップ！地球温暖化！ 環境にやさしい生活を知ろう	・普段の生活をちょっと変えるだけでできる省エネのポイントなどを伝えます	
13	だまされない力をつけよう！ ～あなたの契約大丈夫？～	・悪質商法、クーリングオフ、ネット通販によるトラブル、各種架空請求、キャッシュレス決済のしくみ、多重債務などの現状や対処法をお話しします	商工振興課
14	みんなで支えよう！地域の福祉	・第3期可児市地域福祉計画について	高齢福祉課
15	介護が必要になったら	・介護保険制度のあらましや、介護が必要になった時に使えるサービス等について説明します	
16	「K（ケイ）体操」で毎日健康！ ～「簡単」「健康」「可児市」のオリジナル介護予防体操～	簡単に誰でも続けられる可児市のオリジナル介護予防体操「K体操」を体験しましょう。3種類の「K体操」の中から、ご要望に応じてご紹介します。 ・「K体操」（身体を使った簡単健康体操） ・「頭のK体操」（頭と身体を使った脳トレ体操） ・「お口のK体操」（お口の機能を高める口腔体操） ※市職員以外の講師が伺うことがあります。	
17	認知症サポーター養成講座	・認知症についての基本的な知識（疾患・治療・予防や認知症の方への対応、相談窓口の紹介など）を学び、「認知症の人を支援します」という意思を示す目印が渡されます。	健康増進課
18	試してみよう！ ノルディックウォーキング（体験版）	専門のポールを両手にもって歩く「ノルディックウォーキング」の体験版です。足腰の負担が少なくシニア世代に最適です。 ・ノルディックウォーキングとは ・ポールを使ったストレッチング ・歩き方の実技体験（ポールは貸し出します） ※市職員以外の講師が伺うことがあります。	
19	お口の健康（歯科衛生士）	・乳幼児期のむし歯予防 ・歯周病予防について など	
20	家庭で伝える性教育	・性について子どもに話すタイミング ・自己肯定感を育てる性の伝え方 ・自分で自分の体を守る方法 など	
21	子どもの健康（保健師）	・乳幼児期の生活リズム ・乳幼児のスキンケア ・事故防止 など	
22	「歩こう可児302」で健康づくり ～1回30分週2回のウォーキングのすすめ～	・「歩こう可児302」の概要 ・ウォーキングの大切さ ・市内ウォーキングコース紹介 など ※市職員以外の講師が伺うことがあります。	
23	食生活のはなし（栄養士）	・妊娠期～高齢期にかけて注意したい食生活のポイント ・調理実習 など	
24	メタボリックシンドロームってなあに？ ～中高年のための生活習慣病予防～	・健診の受け方や日常生活での注意事項	
25	輝く女性のセルフケア講座	・子宮頸がん、乳がん、骨粗しょう症、更年期障害など女性特有の病気について	
26	ほんとに怖い！たばこの害	・身体に及ぼすたばこの害について（禁煙の方法 など）	
27	糖尿病を予防しよう！ ～糖尿病を正しく知って今日から予防！～	・若いうちを知っておきたい予防法 ・糖尿病の人もそうでない人もこれから健康に過ごすためにできること	保育課
28	楽しく食べて心と体を育てよう！ ～子どもの食生活～（栄養士）	・乳幼児期の食生活 ・調理実習	

令和8年度 「生涯学習 楽・学講座」 令和8年4月1日 改訂

No	講座名	内容	担当課
29	子育てドライブ「きっすナビ」	・可児市で実施している子育て支援について説明します。 (保育園・幼稚園、児童センター、キッズクラブ、各種サロンなど)	子育て支援課
30	体罰等によらない子育てのために ～みんなで育児を支える社会に～	・体罰等によらない子育てのための工夫のポイント ・しつけと体罰はどう違うの？ ・子どもが持っている権利	
31	里親って何？～里親を知ろう～	様々な理由により家庭で暮らせない子どもたちを迎え入れて育てる里親制度や家庭的養護が求められている背景などについて知ってもらうためのお話をします	
32	国民健康保険制度について	・国民健康保険制度について	国保年金課
33	後期高齢者医療保険制度について	・後期高齢者医療保険制度について	
34	身近なゲートキーパーになろう	「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気付き、声をかけ、話を聞いて、適切な支援につなぐことができる人のことです。 特別な資格はいりません。日常生活の出来事で、誰にでも起こり得ること。そんな変化に気付き、声をかけていくため、社会全体で取り組むことが重要です。 正しい知識を学び、相談できる機関があることを知ることができます。	福祉支援課
35	安全・安心・楽しい 公共交通機関を利用してみよう	・市内公共交通に関することを、要望に応じてお話しします。 【内容例】 ・さつきバス・電話で予約バスの利用方法 ・日曜日・祝日運行バス「おでかけしよKar」の利用方法 ・名鉄広見線について ・市の公共交通の現状と今後について など	都市計画課
36	都市計画ってなあに？	・都市計画のしくみ ・魅力ある「景観まちづくり」について ・都市計画に基づいた可児市のまちづくりルールについて など	
37	木造住宅の耐震化について	・地震による被害について ・いまずく始めよう耐震診断・耐震改修！	建築指導課
38	可児市の上水道	・水道施設について ・会計状況について ・水道料金等水道に係る事項	水道課 上下水道料金課
39	下水道のはなし	・下水道のしくみと役割 ・可児市の下水道	下水道課
40	多文化共生を進めよう	・可児市の多文化共生について	地域協働課
41	男女共同参画について	・可児市の男女共同参画の取り組みについて説明します	
42	Kマネー事業について ～みんなで地域の支え愛を～	・市が発行している地域通貨Kマネーのしくみや、ボランティアをすることによってポイントがもらえる、地域支え愛ポイント制度について説明します。	
43	わいわい軽スポーツ	・各種軽スポーツの講習指導（2時間程度）	文化スポーツ課
44	可児市の文化財・歴史について	・文化財についての講座、古墳や建築物などの史跡の現地解説 ・可児の歴史について、可児市史を読み解く講座など	歴史資産課
45	年齢別ブックトーク（本の紹介）	・対象年齢にあわせてお薦めの本の紹介 ・絵本の魅力 ・読み聞かせのしかた	図書館
46	議会制度と可児市議会のあらまし	・議会制度について ・可児市議会の運営について	議会事務局
47	ボランティアについて	・ボランティアをはじめよう！（気軽にはじめるボランティア） ・可児市のボランティア活動の現状について	社会福祉協議会
48	やってみよう福祉体験	・車イスの操作方法を体験 ・視覚障がい者介助体験 ・高齢者擬似体験	
49	地域福祉活動について	・地域福祉活動について ・地域の居場所“ふれあい・いきいきサロン” ・可児市の地域福祉活動の現状について	
50	人権とは何か	人権啓発センターの取組み 他	人権啓発センター
51	ぬくもりを感じられる人づくり （人権意識を高めるための活動）	・学校での人権啓発のありよう ・人と人との心をつなぐ言葉 ・相手の心に寄り添うということ ・心のビタミン ・自分らしさを大切に 他	
52	環境研修	ささゆりクリーンパーク エコサイクルプラザの見学とリサイクルガラスを使ったトンボ玉づくりやサンドブラストを体験できます。 ＜所要時間＞ 約2時間30分 ＜参加費＞ 1人500円（税込） ※10人以上35人以下の団体に限ります。2カ月前までにお申し込みください。 研修スケジュールは個別に調整させていただきます。 ※35人以上の場合は人数に応じてグループを分けさせていただきます。	わくわく体験館