

令和元年度 「生涯学習 楽・学講座」 令和元年8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	総合政策課
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	選挙に行こう	・選挙啓発について	総務課
4	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	
5	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
6	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	
7	救命講習～はじめての一步～	・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！	
8	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
9	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	
10	今日からできる！エコライフ！	・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	
11	だまされない力をつけよう！ ～あなたの契約大丈夫？～	・振込め詐欺、悪質商法、クーリングオフ、各種架空請求、多重債務などの現状や対処法をお話しします	産業振興課
12	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
13	介護が必要になったら	・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	
14	「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いたします。 ・「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。	
15	住み慣れた地域でいつまでも	・高齢化率・要介護者率が年々増加しています。自身が要介護者になっても住み慣れた地域でいつまでも暮らしたいものです。暮らし続けるために必要なのは、地域での「支え合い」です。そんな「支え合いの地域づくり」についての説明をします。	介護保険課
16	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の「オレンジリング」が渡されます。	
17	みんなで支える介護保険	・介護保険制度のあらましについて説明します	
18	試してみよう！ ノルディックウォーキング（体験版）	専門のボ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 ・ボールを使ったストレッチング ・歩き方の実技体験（ボ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。	健康増進課
19	子どもの歯の健康（歯科衛生士）	・乳幼児期の虫歯予防 ・ブラッシング指導	
20	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	
21	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	
22	子どもの健康（保健師）	・乳幼児期のしつけや生活リズム ・事故防止	
23	「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 ・ウォーキングの基礎知識 ・ウォーキングのための身体づくり （簡単な実技：簡単筋力トレーニング、姿勢改善、簡単体力測定 など）	
24	おとなの歯の健康（歯科衛生士）	・歯周病予防について	
25	おとなの食生活（栄養士）	・青年期～高齢期にかけて注意したい食生活のポイント ・調理実習	
26	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	
27	女子カUP講座～女性のからだと健康～	・子宮がん、乳がん、骨粗しょう症、更年期障害など女性特有の病気の予防法	
28	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）	

令和元年度 「生涯学習 楽・学講座」 令和元年8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	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
31	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	
32	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。 【内容別】 ・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
33	都市計画ってなあに？	・都市計画のしくみ ・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	
34	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
35	可児市の上下水道	・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
36	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
37	多文化共生を進めよう	・外国人集住都市「可児市」の多文化共生について	人づくり課
38	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	
39	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。	地域振興課
40	可児市の文化財（文化財散歩）	・古墳等史跡や建築物など文化財の見学、解説とそれに伴うガイド派遣	文化財課
41	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
42	水辺の安全教室	・着衣泳やペットボトルを利用した浮遊体験の実践	
43	可児市史を読む	・可児の歴史について	文化財課 可児郷土歴史館
44	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
45	学校給食のあらし	・給食の使命と取り組み ・学校給食の現状	学校給食センター
46	議会制度と可児市議会のあらし	・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 ・視聴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	日常に見られる差別観	・人権の歴史観からの一言 ・人権の啓発と擁護について ・貧困の中の人権について	人権啓発センター
51	ぬくもりの感じられる人づくり、まちづくり	・家族のきずな ・心のビタミン ・あなたにもいじめの心は？ ・学校での人権教育のありよう	
52	リサイクル万華鏡作り	・使用しなくなった紙管やペットミラーを使って万華鏡を作ります。 <所要時間>約2時間（エコサイクルプラザの見学も含まれます） <参加費>1人300円（税込） ※10人以上のグループに限りです。1ヶ月前までにお申し込みください。 小学校3年生以下の方は保護者同伴をお願いします。	ささゆり クリーンパーク