

# 土浦いきいき出前講座



申・問生涯学習課(☎826-1111 内線5115)

いきいき出前講座では、市民の皆さんが必要なこと、聞きたいことを気軽に学んでいただくために、各種メニューを用意しています。グループ・地域・企業の学習会や学校の授業などにご利用ください。  
なお、受講料については無料ですが、講座によっては材料費などが必要となる場合があります。

## ■いきいき出前講座とは

市民の皆さんの要請に応じて、ご希望の日時、場所に市の職員などが出向き、行政の仕組みや事業の内容などについてお話しします。講座内容の詳細については、ホームページをご覧ください。

## ■開催日

毎日(祝日および12月29日～1月3日を除く)  
※業務の都合により、ご希望の日時に職員を派遣できない場合があります。その場合、日程を調整させていただきますのでご了承ください。

## ■時間と場所

開催時間は、午前9時から午後9時(日曜日は午後5時)までです。会場は、市内の公民館や各地区の集会所などで、受講者がご用意ください。

## ■利用できる方

市内に居住または通勤・通学しているおおむね10人以上で構成された団体やグループ

## ■申込方法

開催希望日の20日前までに、担当部署または生涯学習課に申し込みください。利用申込書は、各中学校地区公民館・生涯学習課の窓口や、ホームページから入手できます。

※いきいき出前講座は、皆さんの学習の場です。苦情や要望はご遠慮ください。

※政治・宗教・営利活動にはご利用できません。

●いきいき出前講座のほかにも、市民の方が講師となつて教える「人材バンク制度」があります。登録者の活動内容や利用方法については、生涯学習課へお問い合わせください。

No.	講 座 名	担当部署
生 活	1 市民課に届けるのはどんな時?	市民課 (☎内線2286)
	2 工夫してみませんか? 広報紙のつくり方	広報広聴課 (☎内線2331)
	3 知っていますか?あなたの市民税	課税課
	4 なるほど、わかった! 固定資産税の仕組み	(☎内線2239)
	5 市税の納付方法と滞納処分のお話	納税課 (☎内線2359)
	6 知っておきたい選挙の知識	選挙管理委員会 (☎内線2010)
	7 土浦の花火を百倍楽しむ方法	商工観光課
	8 ジオパークってなーに?	(☎内線2705)
	9 水道水はどうつくられるの?	水道課 (☎821-6237)
	10 知つ得と安心なるほど講座 ～成人編～	
	11 知つ得と安心なるほど講座 ～新成人編～	消費生活センター (☎823-3928)
	12 知つ得と安心なるほど講座 ～お年寄り編～	
	13 ネットトラブル注意報 ～中・高校生編～	
	14 シルバー人材センターは 何をするところ?	シルバー人材センター (☎824-8281)

No.	講 座 名	担当部署
環 境	15 見てみませんか?ごみの行く末1 ～清掃センター見学～	清掃センター (☎841-3427)
	16 見てみませんか?ごみの行く末2 ～一般廃棄物最終処分場見学～	
	17 ごみSOS ～ごみ減量とリサイクルのすすめ～	環境衛生課 (☎内線2445)
	18 みんなで守ろう霞ヶ浦! ～霞ヶ浦の現状と水質浄化～	環境保全課 (☎内線2364)
	19 STOP! 地球温暖化 ～はじめよう未来へのアクション～	
	20 廃ガラスアート工作	環境保全課 (☎内線2327)
	21 発泡スチロールで手形作り	
	22 エコドライブのすすめ	
福 祉	23 知っていますか?障害者福祉サービス ～ノーマライゼーションの実現～	
	24 障害者差別解消法について	障害福祉課 (☎内線2470)
	25 障害者計画と障害福祉計画	
	26 ゲートキーパー養成講座	
	27 児童福祉アコレ	こども政策課 (☎内線2281)
	28 よく分かる!子ども・子育て新制度	
	29 子育てQ&A	こども包括支援課 (☎内線2511)
	30 あなたと家族のお役に立ちます 介護保険	高齢福祉課 (☎内線2501)

No.	講座名	担当部署
31	認知症サポーター養成講座	
32	「人生会議」から始める地域包括ケア	
33	ご存知ですか? ～地域包括支援センター～	高齢福祉課 (☎内線2501)
34	あなたの身近にひそむ高齢者虐待	
35	国民健康保険のしくみ	
36	大丈夫ですか?あなたの年金	国保年金課 (☎内線2406)
37	後期高齢者医療制度のしくみ	
38	ボランティア活動あれこれ ～もっと気軽にボランティア～	
39	地域の拠点「ふれあいきいきサロン」をつくろう	
40	インスタントシニア体験 ～高齢者疑似体験～	
41	社会福祉協議会ってなーに?	
42	地域共生社会づくりとは! ～深化するふれあいネットワーク事業のその後～	社会福祉協議会 (☎内線3100)
43	地域福祉活動計画とは	
44	みんなで学ぼう!～成年後見センターのしくみと活用法～	
45	障害のある方の相談支援について ～障害者虐待、差別解消のしくみと対応とは～	
46	健康講座～乳幼児編～	こども包括支援課 (☎内線2511)
47	健康講座～思春期編～	
48	健康講座～成人編～	
49	健康講座～高齢者編～	
50	健康講座～たばこと健康編～	
51	健康講座(運動)～ストレッチ編～	
52	健康講座(運動) ～おでがる筋力チェック編～	
53	健康講座(運動)～認知症予防編～	健康増進課 (☎内線7502)
54	おいしく楽しい食生活 ～生活習慣病予防編～	
55	おいしく楽しい食生活 ～こどもの元気ごはん編～	
56	おいしく楽しい食生活 ～土浦市版食事バランスガイド編～	
57	おいしく楽しい食生活 ～低栄養予防編～	
58	あなたの体力は何歳?	スポーツ振興課 (☎内線5123)
59	こうして守ろう! わがまち・わが家族	防災危機管理課 (☎内線2009)
60	あなたの命と財産を守る! 防犯教室	生活安全課 (☎内線2490)
61	交通事故に遭わないために	
62	覚えよう!とっさの時の応急手当 ～基礎救命講習～	
63	覚えよう!とっさの時の応急手当 ～普通救命講習Ⅰ～	
64	覚えよう!とっさの時の応急手当 ～普通救命講習Ⅱ～	
65	覚えよう!とっさの時の応急手当 ～普通救命講習Ⅲ～	消防本部 警防救急課 (☎821-0119)
66	覚えよう!とっさの時の応急手当 ～上級救命講習～	

No.	講座名	担当部署
防災・安全	67 覚えよう！とっさの時の応急手当～応急手当普及員養成講習～ 68 覚えよう！とっさの時の応急手当～救命入門コース～ 69 火の用心！住まいの防火 70 身近な危険物を安全に使いましょう 71 自然災害への備え！ 今、私たちにできること	消防本部 警防救急課 (☎821-0119)
まちづくり	72 なるほど・ザ・つちうら ～土浦市総合計画～ 73 土浦市の将来の姿～10年後の土浦 はどうなっているのか?!～ 74 自分らしく生きよう男女共同参画 社会～第3次土浦市男女共同参画 推進計画(後期計画)～ 75 地域コミュニティってなーに？ 76 協働ってなーに？ 77 ハロー！ニイハオ！こんにちは！ ～国際交流事業アレコレ～ 78 姉妹都市「パロアルト市」はこん なところ	政策企画課 (☎内線2205) 財政課 (☎内線2451) 市民活動課 (☎内線2506) 市民活動課 (☎内線2456)
	79 生活道路が整備されるまで 80 都市計画って何だろう？ ～都市計画のあらまし～ 81 バリアフリーとは 82 公共交通を利用しましょう 83 きれいにしよう！みんなの公園 84 市街地再開発によるまちづくり 85 土地区画整理事業で住みよいまちを 86 中心市街地の活性化	道路建設課 (☎内線2357) 都市計画課 (☎内線2361) 都市計画課 (☎内線2382) 都市整備課 (☎内線2258) 都市整備課 (☎内線2266)
産業	87 土浦のレンコンは日本一！ 88 イノシシについて考えてみよう！	農林水産課 (☎内線2709) 農林水産課 (☎内線2712)
教育	89 青少年の健全育成アレコレ 90 大切です！家庭教育 91 明るい社会を目指して ～いろいろな人権課題を通して～ 92 くらしや仕事に役立つ！ 図書館の活用法 93 絵本を楽しもう	生涯学習課 (☎内線5114) 生涯学習課 (☎内線5163) 市立図書館 (☎823-4646)
文化	94 こうしてできる学校給食 95 ふるさとの歴史再発見 96 古代人の技術に挑戦 ～勾玉づくりの体験～ 97 遺跡から学ぶ土浦の歴史	学校給食センター (☎846-2601) 市立博物館 (☎824-2928) 上高津貝塚ふる さと歴史の広場 (☎826-7111)
行政財政	98 わがまちの行財政改革を考える 99 市のサイフをのぞいてみれば 100 わかりやすい議会の仕組み	政策企画課 (☎内線2371) 財政課 (☎内線2213) 議会事務局 (☎内線2277)