



# 中津川市 ふれあい出前講座一覧





令和8年6月現在

- 行財政・まちづくり
- 生活・環境
- 健康・福祉
- 商工観光
- 教育・文化・スポーツ

講座メニューを5つのカテゴリーに分けて記載しています。  
気になる講座を見つけたら、各講座の問い合わせ先にお気軽にお電話下さい。

行財政・まちづくり		
1	<b>議会を知ろう</b> 議会の仕組みと運営について説明します	 議会事務局 議会総務課(内線503)
2	<b>「認めあい支えあいまあるいこころ」男女共同参画社会の実現に向けて</b> 誰もが暮らしやすい男女共同参画社会の実現のために、私たちができることは何か、一緒に考えていきましょう。	 地域づくり協働課(内線4507)
3	<b>SDGsを実践しよう</b> 持続可能な社会に向けて、一人ひとり何ができるか、一緒に考えていきましょう。	 政策課(内線332)
4	<b>中津川市のまちづくりについて知ろう</b> 都市計画、景観まちづくり、都市計画に関するマスタープランなどの概要を説明します。	 都市計画課(内線205)
5	<b>市有財産（施設）運用管理マスタープラン説明会</b> 市有施設の再編方針についての概要を説明します。	 総務管財課(内線464)
6	<b>市内のリニア中央新幹線事業について</b> 市等が行うリニア関連事業の進捗状況等について説明します。	 リニア対策課(内線215)

生活・環境		
7	<b>水道水のできるまで</b> 水道水のできるまでを楽しく学びましょう。	 水道課(内線514)
8	<b>下水道の役割</b> 美しくきれいな水環境の維持・生活環境の改善について説明します。	 下水道課(内線525)
9	<b>合併処理浄化槽について</b> 浄化槽設置による快適な生活と水環境の保全について説明します。	 下水道課(内線525)
10	<b>木造住宅耐震化制度について</b> 耐震化診断、補強工事などの制度について説明します。	 建築住宅課(内線201)
11	<b>幼児向け交通安全教室</b> 交通指導員手作りの教材を用いて、交通安全に最低限必要な知識を学習します。	 防災安全課(内線166)
12	<b>小・中学生向け交通安全教室</b> 安全な自転車の乗り方と歩道の歩き方を学習します。	 防災安全課(内線166)
13	<b>高齢者向け交通安全教室</b> 交通事故被害者の半数以上が高齢者です。事故にあわないために必要なことを学びます。	 防災安全課(内線166)
14	<b>外国人向け交通安全教室</b> 短期・長期を問わず、日本で就労中の外国人の方に対し、日本の交通ルールを学ぶことができます。	 防災安全課(内線166)
15	<b>地域向け交通安全教室</b> お住まいの地域の実情に合わせた交通安全について、総合的に学習します。	 防災安全課(内線166)

16	<b>消費生活教室</b>	 消費生活相談室(内線167)
	悪質・巧妙化する振り込め詐欺や悪質商法などの被害にあわないために必要な知識や対処方法を学習します。	
17	<b>戸籍・住民票の取り方</b>	 市民課(内線103)
	本人確認が必要になったり、権利のない人は取ることができません。どのような方が取れるかを簡単に説明します。	
18	<b>応急手当講習会</b>	 消防本部 救急指令課(0573-66-2039)
	心肺蘇生法、AED、止血法、異物除去法などを学習します。	

## 健康・福祉

19	<b>「認知症サポーター養成講座」</b>	 地域包括支援センター(内線589)
	認知症について学びましょう。受講された方は「認知症サポーター」（認知症に理解をもつ人）と呼ばれます。	
20	<b>成年後見制度とは？</b>	 地域包括支援センター(内線589)
	認知症高齢者や障害により判断力が不十分になった方が、安心して暮らせる支援をする成年後見制度について学びましょう。	
21	<b>高齢社会を生きる</b>	 高齢介護課(内線584)
	高齢者が受けられる福祉サービスについて説明します。	
22	<b>介護保険制度とは？ ～介護が必要になった時のために～</b>	 高齢介護課(内線613)
	介護保険申請から介護サービスの利用までの流れや、介護サービスの内容などを説明します。	
23	<b>障がい者福祉についての説明会</b>	 社会福祉課(内線686・640)
	障がい者福祉に関する法令・制度の説明をします。	
24	<b>ヘルスアップ 健康出前講座</b>	 健康課(内線629)
	食事編・運動編・体のしくみ編・タバコ編・健口生活編など	
25	<b>病気を予防し健康寿命をのばそう！</b>	 中津川市民病院 看護部 (0573-66-1251)
	中津川市民病院の職員が多職種のお話をさせていただきます。テーマは、心臓疾患、糖尿病、認知症、その他（ご相談に応じます。）	

## 商工観光


26	<b>学生向け・若者向け「進路・スキル講話」</b>	 勤労者総合支援センター (0573-65-0988)
	社会人としての心構え、求められるものなど若者のキャリアデザインの講話をします。	
27	<b>求職者向け「就職支援セミナー」</b>	 勤労者総合支援センター (0573-65-0988)
	求職者を対象に就職に向けたノウハウ全般を講義します。	
28	<b>VPI職業興味検査</b>	 勤労者総合支援センター (0573-65-0988)
	自分がどのような職業に適しているか、その方向性を検査します。	
29	<b>ワーカーサポートセンターってなに？</b>	 勤労者総合支援センター (0573-65-0988)
	勤労者・求職者の相談窓口、ワーカーサポの概要について説明します。	
30	<b>子育てママ再就職応援セミナー</b>	 勤労者総合支援センター (0573-65-0988)
	子育て中のママさんがもう一度働きたいと思ったときのセミナーです。	
31	<b>魅力ある中津川市の商工業</b>	 商業課 (内線4266)
	地域の発展と商工業の発展について解説します。	

## 教育・文化・スポーツ

- |    |                                                                                                  |                                                                                                                 |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 32 | <b>知っていますか？発達障がいのこと</b><br>子どもとのより良い関係づくりについてお伝えします。                                             |  幼児教育課(内線4226)                 |
| 33 | <b>それ、児童虐待かもしれません</b><br>子どものSOSのサインに気づく視点から、虐待への理解を深め子どもの笑顔のためにできることをお伝えします。                    |  子ども家庭課・子ども家庭センター(内線647・649) |
| 34 | <b>ヤングケアラーとは？</b><br>ヤングケアラーに対する理解を深めることができるよう、気づきの視点や支援に関する相談窓口をお伝えします。                         |  子ども家庭課・子ども家庭センター(内線647・649) |
| 35 | <b>子ども計画を知ろう</b><br>令和7年度から5年間の「第一期中津川市子ども計画」の内容について説明します。                                       |  子ども家庭課(内線696)               |
| 36 | <b>こどもファミリー・サポート・センターについて</b><br>地域でできる子育て支援「こどもファミリー・サポート・センター」について説明します。                       |  子ども家庭課(内線696)               |
| 37 | <b>中津川市内の活断層と地震</b><br>活断層とは何か、断層と地震の関係等をわかりやすく解説し、市を南北に縦断する阿寺断層など、市内の活断層について紹介します。              |  鉱物博物館(0573-67-2110)         |
| 38 | <b>蒸気機関車の思い出</b><br>本町公園に展示してある「D51」機関車を現地で見て、触って、体験し、当時の活躍をわかりやすく説明します。                         |  文化課(内線4318)                 |
| 39 | <b>苗木城・苗木藩に関すること</b><br>苗木城跡、苗木藩について楽しく学習します。                                                    |  文化課(内線4318)                 |
| 40 | <b>東山魁夷作品鑑賞</b><br>東山魁夷心の旅路館では、より多くの子供たちに東山魁夷の作品鑑賞をして頂き、画家と中津川との繋がりを知って頂けるよう市内小・中学校への出張展示をしています。 |  文化課(内線4318)                 |
| 41 | <b>職場における家庭教育理解講座</b><br>事業所の従業員向けの研修として、職場で学ぶミニ出前講座。家庭と仕事のバランスをたのしく学ぶことができます。                   |  生涯学習スポーツ課(内線4309)         |
| 42 | <b>地域・団体でのスポーツ大会の企画に困っていませんか？</b><br>地域・団体でのスポーツ大会・教室の企画をスポーツ推進委員がお手伝いします。まずはお気軽にご相談下さい。         |  生涯学習スポーツ課(内線4305)         |
| 43 | <b>図書館の使い方講座</b><br>図書館の職員が図書館の使い方についてお手伝いします。                                                   |  中津川市立図書館(0573-66-1308)    |
| 44 | <b>出張！読み聞かせ講座</b><br>図書館の職員が読み聞かせの基本についてお伝えします。                                                  |  中津川市立図書館(0573-66-1308)    |
| 45 | <b>手作り絵本講座</b><br>図書館の職員が簡単な絵本の作り方についてお伝えします。                                                    |  中津川市立図書館(0573-66-1308)    |



上記メニュー以外で講座のご希望がありましたら、お気軽にご相談ください。

 生涯学習スポーツ課(内線4301)