

【令和8年度】 市民協働のまちづくり 市政出前講座



「市を知りたい」、「いろいろ知りたい」をあなたのもとへ
市政出前講座受講者募集中！！

講座には、くらしと生活に関するもののほか、健康づくり、まちづくり、産業振興など、さまざまなメニューを用意しています。

自治会や地域の団体での学習会、学校、事業所での研修などでぜひ一度、ご利用ください。

- 開催時間は、原則として平日の午前9時から午後9時までの間で、1講座2時間以内とします。
- 受講対象者は、市民または市内に勤務するおおむね10人以上の団体です。
- 職員の派遣費用は無料です(ただし、会場の確保や使用料などにかかる費用は団体の負担になります)。
- 申し込みは、開催しようとする日の20日前までに添付の「受講申込書」を総務秘書課または各支所へご提出ください。

【お願い】

・出前講座での陳情等はできません。また、政治、宗教、営利活動の集まりの中途や前後には、お伺いできませんのであらかじめご了承ください。

(問) 総務秘書課 ☎0957-73-6621

令和8年度 市政出前講座メニュー

<まちづくり>

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
1	広げよう国際交流の輪	・イタリアと外国文化に触れよう(言語・美術講座、料理教室、工作活動など) ・南島原の良さを世界に伝えよう(外国住民向けの活動、インバウンド観光客への対応方法やPR作成など)	小中高生・ 高齢者・ 一般市民	60分～90分	地域づくり課 ☎ 73-6631
2	世界遺産について	世界遺産「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」について	小中学生・ 一般市民	60分	文化財課 ☎ 73-6705
3	島原半島世界ジオパークとは	日本で最初に世界ジオパークに認定された、私たちのふる里島原半島のことを知ろう	小中学生・ 一般市民	60分	商工観光課 ☎ 73-6633
4	農林漁業体験民泊とは	農林漁業体験民泊について知ろう	一般市民	60分	商工観光課 ☎ 73-6633
5	九州オルレ南島原コースとは	九州オルレに認定された南島原コースを知ろう	小中学生・ 一般市民	60分	商工観光課 ☎ 73-6633

<くらしと生活>

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
6	知って得するインターネットトラブル	①インターネット・スマホのトラブルあれこれ ②インターネット・スマホと上手につきあう方法	中高生・一般市民	60～90分	消費生活センター (市民課) ☎ 82-3010
7	知って得する消費生活講座	悪質商法にご用心 ①最近の相談事例 ②被害にあったらどうするの? ③被害にあわないための心がけ	一般市民	60～90分	消費生活センター (市民課) ☎ 82-3010
8	身近な幸せ発見講座	男女がともに輝く社会をめざして ①男女共同参画って何? ②ワーク・ライフ・バランスについて ③女性力を活かして地域を元気に!	一般市民	60分	市民課 ☎ 73-6647
9	親子で学ぶ消費生活	私たちの暮らしを考えよう ①小学生もみんな消費者 ②事例で学ぶネットトラブル	小学生と保護者	60分	消費生活センター (市民課) ☎ 82-3010
10	地方税のしくみ	①市民税に関すること ②固定資産税に関すること ③軽自動車税に関すること	一般市民	90分	税務課 ☎ 73-6642

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
11	国民健康保険制度のしくみ	①国民健康保険制度のしくみ ②加入手続きについて ③給付について ④医療費について ⑤国民健康保険税について	一般市民	60分	健康づくり課 ☎ 73-6641 税務課 ☎ 73-6642
12	後期高齢者医療制度のしくみ	①後期高齢者医療制度の概要について ②給付について ③保険料について	一般市民(後期高齢者及びその家族)	30分	健康づくり課 ☎ 73-6641
13	国民年金のしくみ	①国民年金の概要について ②加入手続きについて ③保険料の減免制度について	一般市民(20歳以上国民年金被保険者)	30分	健康づくり課 ☎ 73-6641
14	水道のしくみ	①水道の水ができるまで ②水道メーターの検針から料金収納まで ③家庭でできる節水方法	小中学生・一般市民	①②③ 各60分	水道総務課 ☎ 73-6685 上下水道課 ☎ 73-6686
15	ごみの減量化とリサイクルのしくみ	廃棄物の減量化やリサイクル推進など資源循環型の南島原市づくりを目指す取り組みとそれぞれの役割や実践行動について	小中学生・一般市民	60分	環境課 ☎ 73-6644
16	みんなで止めよう温暖化	喫緊の課題となっている地球温暖化の問題とその解決に向けた取組について説明します	小中学生・一般市民	60分	環境課 ☎ 73-6644
17	下水道のしくみ	①下水道のしくみと役割について ②南島原市の下水道事業概要について ③下水道施設見学	小中学生・一般市民	60分	水道総務課 ☎ 73-6685 上下水道課 ☎ 73-6686
18	浄化槽のしくみ	浄化槽のしくみと役割について	小中学生・一般市民	30分	上下水道課 ☎ 73-6686
19	し尿処理施設について	し尿処理施設の見学と概要説明(講座は衛生センター庁舎内で行います)	小中学生	60分	衛生局 衛生業務課 ☎ 73-6645
20	親育ち・子育て講座	子どもの成長と子育て家庭を支援します「親が変われば子どもが変わる。子どもが変われば、親がまた変わる」	乳幼児期の保護者	60分	生涯学習課 ☎ 73-6703
21	【家庭教育支援講座】 家庭のルール・親の願い・親子関係	①子どもの自己主張に対してどう対応すべきか ②こんな子どもに育ててほしい ③家庭のルールづくり ※グループワーク中心	年少～小学校低学年の子を持つ親	70分	生涯学習課 ☎ 73-6703
22	【家庭教育支援講座】 子どもの心と体の成長	①乳幼児期の体と心の発達について ②小学校就学について考えて見ましょう ③思春期の体と心の発達について ※グループワーク中心	①2～3歳児を持つ親 ②小学校就学前の子を持つ親 ③小学校高学年～中学生の子を持つ親	90分	生涯学習課 ☎ 73-6703

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
23	【家庭教育支援講座】 しつけ・基本的な生活習慣・食育	①上手なほめ方・しかり方 ②早寝・早起き・朝ごはんの生活習慣 ③子どもの食生活を考えよう ④家庭学習の習慣をつけるために ※グループワーク中心	①年少～小学校低学年の子どもを持つ親 ②③④小学校入学前～小学校高学年の子を持つ親	70分～100分	生涯学習課 ☎ 73-6703
24	【家庭教育支援講座】 子どもを取り巻く環境について	①子どもを取り巻く環境 ②ゲームやテレビ等に費やす時間とその影響 ③子どもに本当に必要ですか?(ゲーム・携帯) ④携帯電話の所持と親の対応 ※グループワーク中心	①全家庭の親 ②③小学校入学前～小学校低学年の子を持つ親 ④小学校高学年～中学生の子を持つ親	70分	生涯学習課 ☎ 73-6703
25	【家庭教育支援講座】 父親のための家庭教育「お父さんのための3か条」	①家族で食事を楽しもう ②子どもと一緒に遊ぼう ③子どもとともに社会体験を心がけよう ※グループワーク中心	2歳児～小学生の子を持つ親	60分	生涯学習課 ☎ 73-6703
26	あなたを守る防災講座	予想される災害・備えについて	小中高生・高齢者・一般市民	60～90分	防災課 ☎ 73-6622
27	スマートフォンでできる 申込や申請(電子申請・公式LINEなど)	①スマートフォンでできる申込や申請とは? ②スマートフォンで申込や申請をしてみましょう(実習)	一般市民	60分	総務秘書課 防災課 ☎ 73-6622
28	eスポーツについて	①eスポーツについて知ろう ②eスポーツを体験してみよう	小中学生 一般市民	60分	防災課 ☎ 73-6622
29	おはなしとどけ隊	あらゆる人を対象に読み聞かせを行います	幼保育園・小中学生・一般市民	30～60分	生涯学習課 ☎ 73-6703
30	子ども会活動について	子ども会活動とは～どんな活動をすればいいのかわかりやすい方へ～	一般市民	30～60分	生涯学習課 ☎ 73-6703
31	高齢者講座	高齢者の生きがいや健康づくりに繋がる講座	一般市民	30～60分	生涯学習課 ☎ 73-6703
32	自治会公民館と地域力について	地域課題の解決や住みやすい地域づくり等についての講座	一般市民	30～60分	生涯学習課 ☎ 73-6703 地域づくり課 ☎ 73-6631
33	MINAコインについて	MINAコインとは 登録方法 利用方法 など	一般市民	60分	商工観光課 ☎ 73-6633
34	空き家バンクドナー制度とは	空き家バンクドナー制度について	一般市民	30～60分	地域づくり課 ☎ 73-6631

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
35	デマンド型乗合タクシー「チョイソコみなみしまばら」について	①チョイソコみなみしまばらの概要 ②利用方法	小中学生・高齢者・一般市民	60分	地域づくり課 ☎ 73-6631

<健康と福祉>

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
36	女性必見！講座～がんやからだの不調について知ろう～	①女性に多い病気について ②どうして検診が必要なの？ ③予防のためにできること	職場職域・一般市民	30～60分	健康づくり課 ☎ 73-6641
37	ひろがっています。受動喫煙対策	①どんな対策が始まっているの？ ②たばこの煙に何が入っている？ ③加熱式・電子式・紙たばこの違い	一般市民	30～60分	健康づくり課 ☎ 73-6641
38	障害者福祉制度について	障害者総合支援法の概要並びに障害者福祉制度全般について	一般市民	60分	福祉課 ☎ 73-6651
39	こころの健康づくり講座	①講話「うつ病予防について」 ②ストレス度チェック ③ゲートキーパー養成	一般市民	60分	福祉課 ☎ 73-6651
40	手話講座	初心者向けの手話 (簡単なあいさつや日常使う手話など)	小中学生・一般市民	60分	福祉課 ☎ 73-6651
41	わがまちの子育て支援事業	①保育園等が実施している地域子ども子育て支援事業の紹介 ②児童手当、福祉医療制度(乳幼児・ひとり親家庭等医療の助成)の紹介 ③要保護児童への関わりと対応	一般市民	60分	こども未来課 ☎ 73-6652
42	ハッピーベビーライフ	①赤ちゃんを迎えるために整えよう ②赤ちゃんの沐浴とスキンケア ③育児不安を解消しよう	一般市民	60分	こども未来課 ☎ 73-6652
43	からだが喜ぶ腸活術	①「腸活」を意識して生活習慣病を予防しよう ②フレイル～足りていますか？あなたの食事～	一般市民	40分	健康づくり課 ☎ 73-6641

NO	講座名	講座内容	対象者	時間	担当課
44	カラダからのメッセージ ～血管を守ろう～	①健診結果からわかること ②血管を守る生活習慣(※高血圧・糖尿病などから選択可)について	一般市民	60分	健康づくり課 ☎ 73-6641
45	元気の”ひけつ”はお口の健康から！	①南島原市のお口の現状 ②お口のことでどれくらい知っていますか？ ③お口の病気と予防について	一般市民	60分	健康づくり課 ☎ 73-6641
46	骨コツ講座	①骨のしくみ ②骨折(骨粗しょう症)について ③骨折予防のための食事・運動について	一般市民	40～60分	健康づくり課 ☎ 73-6641
47	介護保険制度について 介護保険入門講座	介護保険制度への理解を深めることを目的とした制度や仕組みについて(介護認定申請の手続きなど)	高齢者・一般市民	40分	福祉課 ☎ 73-6651 島原広域圏介護保険課
48	熱中症にご注意～島原半島の暑熱事情～	①島原半島の特徴 ②熱中症の要因 ③熱中症対策(暑熱順化、熱中症アラートの活用など)	一般市民	60分	健康づくり課 ☎ 73-6641
49	アプリで県内各所めぐりウォーキング体験～ながさき健康づくりアプリの使い方～	①アプリを使った健康づくり(血圧・体重・健診・ウォーキングなど) ②うれしい!!プレゼント獲得作戦 ③南島原市健康づくりポイント事業について	一般市民	60分	健康づくり課 ☎ 73-6641