

メニュー  
盛りだくさん



どこでも  
伺います

# まちづくり 出前講座

2023



市はどんな仕事  
してるの？

暮らしの中で  
できる環境の  
取り組みって？

福山の歴史って？  
どんな文化が  
あるの？

協働って  
どんなこと？

安心して  
暮らせる  
地域づくりを  
考えたい！！

子育ての  
取り組みを  
知りたい！！

福山市の取り組みや暮らしに役立つ情報を  
市の職員などが皆さんのところに出向いて  
分かりやすく説明します。



# まちづくり出前講座の申込方法など

## □申込できる団体

原則として市内に居住，通勤，通学している10人以上の団体やグループとします。

※次の場合は，出前講座の申込ができません。

- ・公の秩序を乱し，または善良な風俗を阻害するおそれのあるとき。
- ・政治，宗教または営利を目的とした催しなどを行うおそれのあるとき。
- ・受講申込の内容に虚偽があったとき。
- ・出前講座の目的に反するとき。

※感染症拡大状況や災害時など，その時の状況に応じて，オンラインでの開催や延期又は中止する場合があります。

## □申込方法

原則として開催する日の14日前までに，講座を主催する団体やグループの代表者の方が，直接講座担当課へ申請してください。

申込書は，まちづくり推進課，支所，地域振興課，交流館などにあります。（市ホームページにも掲載しています。）

また，電子申請システムによる申込みも受け付けています。

URL：

（電子申請システムが対応していない講座がありますので，ご了承ください。）

※申込みの際には，事前に講座担当課へご相談ください。

※講座担当課によっては，申込み期限が異なる場合がある場合や，所定の申込書がある場合がありますので，事前にご確認ください。

※手話通訳，要約筆記が必要な場合は，講座担当課へ申し出てください。

## □開催場所

開催場所は，市内に限ります。なお，会場確保や参加者への連絡は，主催者で行ってください。

## □開催期間・時間

開催期間は，期間限定の講座を除き，原則として通年とします。（年末年始は除きます。）

※土・日曜日及び祝日に予定される場合は，講座担当課にご相談ください。

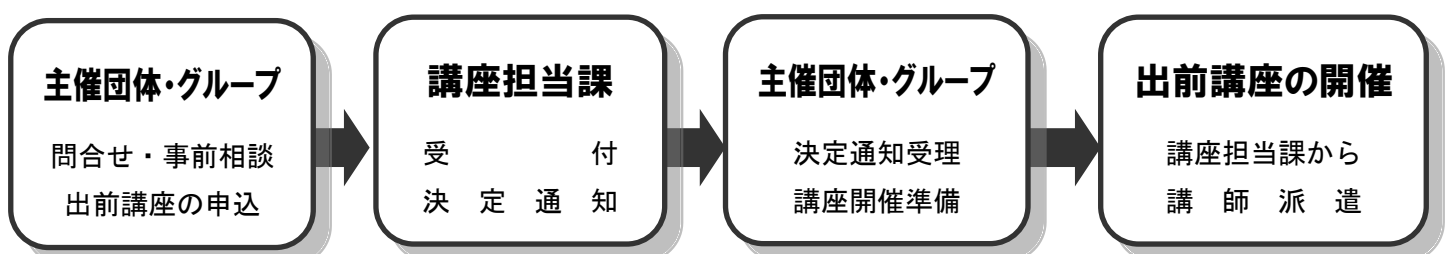
実施時間は，原則として2時間以内とします。（詳細は，講座担当課と調整してください。）

日程調整させていただくなど，ご希望の開催日時に添えないこともありますので，ご了承ください。

## □その他

- この講座は，担当業務など専門的な知識を活かし，市民活動や地域の課題解決を支援するもので，説明についての質疑や情報交換を含みますが，苦情や陳情を聞く場ではありません。
- 質問などでその場で回答できない場合は，後日回答します。
- この出前講座に係る講師謝礼は，一部の講座を除き，原則無料です。

## □申込から開催までの流れ



[様式1]

## 福山市まちづくり出前講座受講申込書

年 月 日

福 山 市 長 様

団 体 名

代 表 者 名

住 所

連絡先 (TEL)           —

福山市まちづくり出前講座を受講したいので、次のとおり申し込みます。

講座番号		講座名	
第1希望日時	年 月 日( ) 時 分 ~ 時 分		
第2希望日時	年 月 日( ) 時 分 ~ 時 分		
会場	会場名		
	所在地		
学習会等の 名称・目的	名称		
	目的		
参加対象者		参加予定人数	人
備考	※受講に当たり、特に要望等があれば記入してください。		

※講座担当課によっては、所定の申込書がある場合がありますので、ご確認ください。

(講座担当課)

主 務	次 長	課長補佐	課 長

※この受講申込書は、コピーをして活用してください。

〔様式3〕

## 福山市まちづくり出前講座変更・取消承認届出書

年 月 日

福 山 市 長 様

団 体 名  
代 表 者 名  
住 所  
連 絡 先 Tel

年 月 日付けで申込みました福山市まちづくり出前講座について、次のとおり変更・取消します。

	変 更 前	変 更 後
講 座 名		
日 時	年 月 日 時 分～ 時 分	年 月 日 時 分～ 時 分
会 場	会場名	会場名
講 座 内 容		
変 更 ・ 取 消 理 由		
備 考		

# 目 次

分類	講座番号	講 座 名	ページ
市政のしくみ	1	ふくやまの魅力って何だろう？	1
	2	「福山みらい創造ビジョン」について	1
	3	情報公開と個人情報保護	1
	4	市税・国保税出前講座	1
	5	戸籍・住民票について	1
	6	マイナンバー（個人番号）カードについて	1
	7	選挙制度について	1
教育・文化	8	青少年健全育成活動	2
	9	青少年健全育成指導者派遣事業	2
	10	野外活動指導者派遣事業【野外体験学習サポート】	2
	11	野外活動指導者派遣事業【ふれ愛自然体験サポート】	2
	12	読書活動について	2
	13	読み聞かせ講座	2
	14	二上りおどり講座	2
	15	福山市の歴史と文化財について	2
	16	福山の歴史講座	2
	17	美術展に出かけよう！	2
	18	福山市および近隣市町ゆかりの文学者について	2
くらし・環境	19	地産地消推進運動について～地産地消って何だろう～	3
	20	獣害STOPセミナー	3
	21	景観まちづくりのススメ！	3
	22	電子地図で見る2050年のまちの姿についてのおはなし会	3
	23	大切さ再発見！知って安心！上下水道	3
	24	環境出前講座	3
	25	備後のCO2削減『ベスト運動』	3
	26	スポーツデリバリーサービス	4
	27	福山市立動物園出前講座	4
	28	犬のしつけ方教室	4
	29	命の授業	4
健康・福祉・子育て	30	上手な医療機関のかかり方	5
	31	知っていますか？結核	5
	32	食からの健康づくり	5
	33	いのちを守る「ゲートキーパー」研修	5
	34	いきいき百歳体操について	5
	35	「フレイルとは？」と「楽しい脳トレ・体操」	5

## 目次

分類	講座番号	講座名	ページ	
健康・福祉・子育て	36	「フレイルとは？」と「ロコモ予防体操」	5	
	37	「フレイルとは？」と「元気印の食生活」	5	
	38	「フレイルとは？」と「歯とお口の健康」	5	
	39	「フレイルとは？」と「認知症予防」	5	
	40	受けよう！健診 確かめよう！健康	5	
	41	地域ですすめる福祉のまちづくり	6	
	42	社会福祉協議会って？	6	
	43	生活支援コーディネーターの活動について	6	
	44	住み慣れた地域で暮らしつづけるために ～社会福祉協議会 地域福祉活動計画～	6	
	45	参加してみませんか？ボランティア活動	6	
	46	高齢者等の見まもり活動のすすめ～私たちにできること～	6	
	47	福山市認知症ひとり歩きSOSネットワークについて	6	
	48	認知症などになった時の金銭管理，あなたならどうしますか？	6	
	49	知っていますか？成年後見制度	6	
	50	成年後見制度と市民後見人活動について	6	
	51	活用しよう！安心生活見まもりセンター	6	
	52	市民後見人が説明します。市民後見人活動	6	
	53	障がいのある人を虐待から守りましょう！	6	
	54	障がい者基幹相談支援センターについて	6	
	55	こんなときどうするの？	6	
	56	生活困窮者自立支援制度について	6	
	57	障がい者福祉制度	7	
	58	障害者差別解消法って？	7	
	59	手話ってなあ～に？	7	
	60	介護予防・生活支援	7	
	61	高齢者福祉制度	7	
	62	介護保険制度	7	
	63	後期高齢者医療制度について	7	
	64	子育て支援の概要について	7	
	65	児童虐待防止等について	7	
	66	「親の力」をまなびあう学習プログラム	8	
	安心・安全	67	地域における避難行動要支援者の避難支援	9
		68	消費者トラブルについて	9
		69	住宅の耐震対策	9
		70	交通安全	9
		71	防犯について	9

## 目 次

分類	講座番号	講 座 名	ページ
安心・安全	72	「地域安全マップ」づくり	9
	73	こども110番「不審者からの危険回避」	9
	74	防災のまちづくり	9
協働・人権	75	地域集会施設補助制度について	10
	76	自治会（町内会）などの地縁団体の法人認可制度について	10
	77	ばらづくり出前講座	10
	78	ばらのまちづくり	10
	79	ボランティア・NPO活動について	10
	80	協働のまちづくり	10
	81	人権尊重のまちづくり	11
	82	恒久平和の実現に向けて	11
	83	市内の戦争遺跡めぐり（フィールドワーク）	11
	男女共同参画	84	めざせ！コミュニケーションの達人！ ～家族のためのコミュニケーション能力UP講座～
85		今日からつかえる「ココロのつながる会話術」～きき上手は はなし上手～	12
86		ワーク・ライフ・バランスのすすめ ～見つけよう！仕事と家庭のベストバランスやってみよう！家庭のマネジメント～	12
87		ワーク・ライフ・バランス日分担表作りから見えてくる私の時間～	12
88		ストレス解消の隠し味！～知って試して今日から笑顔生活！！～	12
89		老若男女、あなたも私も不安とストレスに上手に向き合う ～セルフケアとその対策～	12
90		素敵な子育て～私が変われば家族が変わる～	12
91		「べきである」から解き放たれて笑顔の子育てを！！～不登校だって大丈夫～	13
92		「子育ての男女協働とはどんなこと？」曰妊娠期からみんなで考えてみよう～	13
93		これってもしかしてDV？～「助けて」っていえる力が生きる力に！～	13
94		絵本を見ながら話そう！性・s a y・生～わたしのいのち わたしのからだ～	13
95		「当たり前」という思い込み、見直してみませんか？ ～「アンコンシャス・バイアス」に気づこう①～	13
96		「当たり前」という思い込みをはずし、不毛な対立を乗り越えよう！ ～「アンコンシャス・バイアス」に気づこう②～	13
97		男の終活 女の終活～自分らしい終活でバラ色人生をゲット！～	13
98		高齢社会と団塊の世代「男の出番」が社会を変える ～家庭で 地域で 自分さがし 生きがいさがし～	14
99		紙芝居「超高齢社会を生き抜くために～劇的 定年夫（男性）のビフォーアフター と「おひとりさま」の幸せ人生プラン～	14
100		物忘れの経験ありませんか？～今日から始める認知症予防～	14
101		男女共同参画を意識する中で「老後」の過ごし方を考える	14
102		子どもも大人も高齢者も！男女みんなで笑って「健幸」づくり	14

# 目 次

分類	講座番号	講 座 名	ページ
	103	人生100年！新しいことに挑戦したいけど・・・モヤモヤ ～男女・年齢隔たりなくだれもが「やりたかったこと」をはじめるキッカケづくり～	14



## 市政のしくみ

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
1	ふくやまの魅力って何だろう？	福山の魅力を（再）発見し、福山をもっと好きになってもらえるよう、鞆の浦や福山城などの地域資源をわかりやすく説明します。	情報発信課 084-928-1135
2	「福山みらい創造ビジョン」について	新しい都市づくりの指針となる「福山みらい創造ビジョン」とビジョンに基づく重点政策（当年度特に重点化して進める施策）について、分かりやすく説明します。	企画政策課 084-928-1012
3	情報公開と個人情報保護	情報公開制度及び個人情報保護制度の考え方や、制度の利用方法について説明します。  ※ご希望により、情報公開か個人情報保護のどちらかに、重点を置いた講座内容とすることもできます。	情報管理課 084-928-1138
4	市税・国保税出前講座	税金のしくみについて、わかりやすく説明します。 （1）固定資産税のしくみ （2）個人市民税のしくみ （3）国民健康保険税のしくみ （4）市税の納付方法 （5）学生向け講座 ※実施期間は11月ですが、期間以外で受講希望の場合は、税制課へ相談してください。	税制課 084-928-1018
5	戸籍・住民票について	戸籍・住民票などについて、わかりやすく説明します。 ・戸籍、住民票の概要 ・登録型本人通知制度 実施期間 8月から12月 ※期間外で受講希望の場合は、市民課に相談してください。	市民課 084-928-1057
6	マイナンバー（個人番号）カードについて	マイナンバー（個人番号）カードについて、わかりやすく説明します。 ・マイナンバー（個人番号）カードの申請、受取方法、コンビニ交付など 実施期間 8月から12月 ※期間外で受講希望の場合は、市民課に相談してください。	市民課 084-928-1057
7	選挙制度について	選挙制度について、わかりやすくお話しします。 小・中・高等学校においては、模擬投票等も行います。 ※ただし、選挙期間中を除きます。	選挙管理委員会 084-928-1121

## 教育・文化

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
8	青少年健全育成活動	地域における青少年健全育成活動に関するお話や情報提供を行います。	若者・くらしの悩み相談課 084-928-1046
9	青少年健全育成指導者派遣事業	青少年の健全育成を目的とした地域や団体が行う講演会や研修会に講師を派遣します。	福山市 スポーツ協会 青少年育成課 (ふくやまふれ愛ランド) 084-952-1177
10	野外活動指導者派遣事業 【野外体験学習サポート】	5年生の野外学習のプログラムで実施されるキャンプファイヤー・星空観察等に講師を派遣します。 ※期間 2023年(令和5年)5月～ 2024年(令和6年)3月	
11	野外活動指導者派遣事業 【ふれ愛自然体験サポート】	小学校低学年を対象とした「自然とのふれあい」を目的として、豊かな自然体験をサポートするプログラムに講師を派遣します。 ※期間 2023年(令和5年)11月～ 2024年(令和6年)3月	
12	読書活動について	幼稚園及び小・中学校・義務教育学校の保護者の方を対象に、「読書活動」についてのお話をします。	学びづくり課 084-928-1183
13	読み聞かせ講座	絵本の選び方や読み方について、図書館司書がお話しします。(時間:1時間) ①家庭での読み聞かせ ②大人数への読み聞かせ のどちらかを選んでください。平日のみ実施。日程調整が必要になりますので、1か月前にご連絡ください。	中央図書館 084-932-7222
14	二上りおどり講座	「二上りおどり」は江戸時代中期から福山に伝わる情緒あふれる踊りです。 福山の伝統芸能である「二上りおどり」の踊り方を誰でも楽しく踊れるよう、わかりやすく伝える講座です。 ・四ツ竹の持ち方、鳴らし方 ・足運びの説明と練習 ・両手、両足を使って踊ってみます ・音楽に合わせて踊ってみます ・体が覚えて楽しく踊れるように繰り返し踊ります ※講師派遣にかかる費用が必要です。 (1回につき、5,000円)	観光課 084-928-1042 084-928-1043
15	福山市の歴史と文化財について	福山市の歴史と文化財についてお話しします。 ※実施日、時間、内容などについては、事前に文化振興課へお問い合わせください。3月は実施しません。	文化振興課 084-928-1278
16	福山の歴史講座	藩主の水野家・阿部家を中心に福山城と福山の歴史についてお話しします。	福山城博物館 084-922-2117
17	美術展に出かけよう!	ふくやま美術館で開催する展覧会の見所をわかりやすく解説します。	ふくやま美術館 学芸課 084-932-2345
18	福山市および近隣市町ゆかりの文学者について	井伏鱒二、福原麟太郎、小山祐士、木下夕爾、日野啓三など、ふくやま文学館が対象とする福山市および近隣市町ゆかりの文学者やその作品について紹介します。	ふくやま文学館 084-932-7010

# くらし・環境

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
19	地産地消推進運動について ～地産地消ってなんだろう～	地産地消の意義や取組について、学校や保育所、地域団体等を対象に分かりやすくお話しします。	農林水産課 084-928-1186
20	獣害STOPセミナー	近年多発しているイノシシ等の出没について、その生態や対策方法をわかりやすく説明します。市では「近づけない環境づくり」「侵入防止」「捕獲」を3つの基本対策として推進しており、特に重要である「地域ぐるみでの対策方法」について、参考事例を紹介しながら、各種補助制度も交えてお話しします。	農林水産課 084-928-1033
21	景観まちづくりのススメ！	地域の宝である景観を「守り・育て」、「見つけ・磨く」ことで、もっと魅力的なまちをつくっていく『景観まちづくり』の取組について紹介します。	都市計画課 084-928-1092
22	電子地図で見る2050年のまちの姿についてのおはなし会	地理情報システム（GIS）で将来の人口の分布状況を地図にしてみました。この地図をもとに将来のまちがどうなるのかを、わかりやすく説明します。	
23	大切さ再発見！ 知って安心！上下水道	普段何気なく使っている水道水や下水道について、水質の安全性や災害対策、料金のことなど、ご要望に沿った内容をわかりやすく説明します。	上下水道局 上下水道総務課 084-928-1525
24	環境出前講座	※要望に応じてオンライン講座可	環境総務課 084-928-1219
	○地球環境問題全般 ○ごみの減量や分別方法 ○3Rの推進 (リデュース・リユース・リサイクル) ○水と環境	みなさんの暮らしに関わるごみの減量・分別方法や3Rの推進、水環境や地球温暖化の話など、地球環境問題全般について、体験的な学習もあわせて学校や地域でお話しします。	
	希少野生動植物と外来生物	福山で共に生きている希少野生動植物（スイゲンゼニタナゴなど）・外来生物（アルゼンチンアリなど）の種類や注意すべきことについて、わかりやすく説明します。	
25	備後のCO2削減 『ベスト運動』	交通渋滞の緩和によるCO2排出量削減運動についてお話しします。	都市交通課 084-928-1161

講座 番号	講 座 名	内 容	講座担当課 連絡先
26	スポーツデリバリーサービス	(1)各種スポーツの講習会 (ニュースポーツ, フレイル予防運動, ストレッチング) (2)体力測定会 (3)その他, 子ども会, 学校 (PTC活動), 講師の派遣を行います。 (4)工作 (クラフト) 教室, ドミノ倒し, カプラ ※ニュースポーツ・体力測定に係る用具等は, 持参しません。 ※講師派遣に係る費用が必要です。 1事業8,000円～ ※工作の材料代が必要です。	福山市 スポーツ協会 (スポーツ推進課) 084-927-9912
27	福山市立動物園出前講座	教育普及活動の一環として, 教育機関や各種団体向けに動物園や動物に関する講演を実施しています。 ※事前予約は, 講座実施希望日の1ヶ月前まで	福山市立動物園 084-958-3200
28	犬のしつけ方教室	動物愛護センターでは, 「スワレ・フセ・マテ・コイ」等の基本的なしつけ方の教室を行っています。 子犬のころからのしつけが大切です。将来困らないためにも早いうちから始めましょう！ ◇開催日時 平日 10:00～12:00 (約2時間)	生活衛生課 動物愛護センター 084-970-1201
29	命の授業	動物愛護普及啓発の一環として, 福山市の現状を話します。人間の都合で捨てられる動物たちがいることを知り, 動物に対する人間の責任, 命の尊さを伝えます。 ◇対象 小学生～高校生	

## 健康・福祉・子育て

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
30	上手な医療機関のかかり方	休日夜間の受診先と調べ方や、かかりつけ医受診時の注意点や心構えとして、上手な医療機関のかかり方10か条や、かかりつけ医についてお話しします。	保健部 (保健所) 総務課 084-928-1164
31	知っていますか？ 結核	結核の病気（感染経路・症状・予防法など）についてわかりやすくお話しします。	保健予防課 084-928-1127
32	食からの健康づくり	朝食の大切さ、栄養バランスのとれた食事、減塩の工夫などについてわかりやすくお話しします。	健康推進課 084-928-3421 ※受付期間：実施 希望日のおおむね2 か月前まで
33	いのちを守る「ゲートキーパー」研修	ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ、見守る人のことで、特別な資格は必要ありません。自殺についての正しい知識や自殺の危険を示すサイン、声のかけ方などの対応方法についてわかりやすくお話しします。	
34	いきいき百歳体操について	いきいき百歳体操についてわかりやすく説明します。 実施時期：6月・9月・11月・2月	
35	フレイル予防講座 「フレイルとは？」と「楽しい脳トレ・体操」	「なぜ、フレイル予防が大切なのか」のお話と、楽しい脳トレ・体操を行います。	健康推進課 084-928-3421 ※松永・北部・東部・神辺各保健福祉課 ※受付期間：実施 希望日のおおむね2 か月前まで
36	フレイル予防講座 「フレイルとは？」と「ロコモティブシンドローム予防体操」	「なぜ、フレイル予防が大切なのか」のお話と、ロコモティブシンドローム予防の体操を行います。	※35～39は、1団体に つき、いずれか1 回/年
37	フレイル予防講座 「フレイルとは？」と「元気印の食生活」	「なぜ、フレイル予防が大切なのか」とシニア世代を元気に過ごすための食生活のポイントについて、わかりやすくお話しします。	
38	フレイル予防講座 「フレイルとは？」と「歯とお口の健康」	「なぜ、フレイル予防が大切なのか」と歯とお口の健康についてのお話や、お口の体操を行います。	
39	フレイル予防講座 「フレイルとは？」と「認知症予防」	「なぜ、フレイル予防が大切なのか」と認知症予防について、わかりやすくお話しします。	
40	受けよう！健診 確かめよう！健康	高血圧症、脂質異常症及び糖尿病等の生活習慣病やがんの早期発見・早期対応・早期治療を目的とした「特定健康診査」や「がん検診」等について、受診方法や健診結果の活用方法等をわかりやすくお話しします。	健康推進課 084-928-3421

講座番号	講座名	内 容	講座担当課 連絡先
41	地域ですすめる福祉のまちづくり	地域福祉を推進するために策定している「福山市地域福祉計画」について、わかりやすくお話しします。	福祉総務課 084-928-1045
42	社会福祉協議会って？	【社会福祉協議会事業】 社会福祉協議会についてわかりやすくお話しします。	福山市 社会福祉協議会 (総務課) 084-928-1330
43	生活支援コーディネーターの活動について	生活支援コーディネーターの活動についてわかりやすくお話しします。	
44	住み慣れた地域で暮らしつづけるために ～社会福祉協議会 地域福祉活動計画～	地域福祉活動計画をもとに「住み慣れた地域で暮らしつづけるために」私たちに何ができるかを考えてみませんか？	
45	参加してみませんか？ ボランティア活動	【社会福祉協議会事業】 ボランティア活動についてお話しします。	福山市 社会福祉協議会 (福祉のまちづくり課) 084-928-1333
46	高齢者等の見まもり活動のすすめ ～私たちにできること～	「見まもり支援員」インストラクターが、高齢者等の見まもり活動の大切さや「秘密を守る」「聴く技術」「さりげない見まもり方法」など活動にあたって知っておくこと等をお伝えします。	
47	福山市認知症ひとり歩きSOS ネットワークについて	認知症等の原因で行方不明となった場合に、市内の各警察署から連絡を受けて関係団体のネットワークで発見につなげる仕組みや事前登録について、わかりやすくお話しします。	
48	認知症などになった時の金銭管理、あなたならどうしますか？	【社会福祉協議会事業】 認知症などによる判断能力の不十分な方の金銭管理についてお話しします。	
49	知っていますか？ 成年後見制度	判断能力が十分でない方の権利と財産を守る「成年後見制度」について、わかりやすくお話しします。	福山市 社会福祉協議会 (安心生活見まもりセンター・権利擁護支援センター) 084-928-1353
50	成年後見制度と市民後見人活動について	新しい権利擁護の担い手「市民後見人」の意義についてお話しします。	
51	活用しよう！ 安心生活見まもりセンター	権利擁護支援・障がい者支援等、当センターが行う事業について、わかりやすくお話しします。	
52	市民後見人が説明します。 市民後見人活動	市民後見人活動は、身近な生活圏域における支えあいの活動として、成年後見活動に「地域福祉」「市民参画」の視点をもって取り組む活動です。この講座では、市民後見人が市民後見人活動についてご説明します。	
53	障がいのある人を 虐待から守りましょう！	障がい者虐待の現状や防止についてお話しします。	福山市 社会福祉協議会 (安心生活見まもりセンター・障がい者支援センター) 084-973-0968
54	障がい者基幹相談支援センターについて	障がい者基幹相談支援センターの事業や障がいに関することについてお話しします。	
55	こんなときどうするの？	福山市障がい者総合支援協議会が「障がい」の特性や、特性に応じた必要な配慮について説明します。	

講座番号	講座名	内 容	講座担当課 連絡先
56	生活困窮者自立支援制度について	生活困窮者自立支援制度の概要と、生活困窮者自立支援センター（愛称：すまいる・ねっと・ワーク福山）で実施している事業について、わかりやすく説明します。	福山市 社会福祉協議会 （生活困窮者自立支援センター） 084-928-1241
57	障がい者福祉制度	障がい者福祉制度について、わかりやすくお話しします。	障がい福祉課 084-928-1062 ※松永・北部・東部・神辺各保健福祉課、新市・沼隈各支所（保健福祉担当）
58	障害者差別解消法って？	障害者差別解消法について、わかりやすくお話しします。	障がい福祉課 084-928-1063
59	手話ってなあ～に？	聴覚障がいや手話について、ろう講師から学びます。実技の時間もある体験型の学習講座です。幅広い年齢層に対応します。 ※申込みは1か月前までとなります。 ※障がい福祉課所定の申込書等がありますので、そちらを提出してください。	障がい福祉課 084-928-1062
60	介護予防・生活支援	介護予防・生活支援，地域包括支援センターについて、わかりやすくお話しします。	高齢者支援課 084-928-1189 ※松永・北部・東部・神辺各保健福祉課，新市・沼隈各支所（保健福祉担当）
61	高齢者福祉制度	高齢者福祉制度について、わかりやすくお話しします。	高齢者支援課 084-928-1064 ※松永・北部・東部・神辺各保健福祉課，新市・沼隈各支所（保健福祉担当）
62	介護保険制度	介護保険制度について、わかりやすくお話しします。	介護保険課 084-928-1166 ※松永・北部・東部・神辺各保健福祉課，新市・沼隈各支所（保健福祉担当）
63	後期高齢者医療制度について	後期高齢者医療制度について、わかりやすくお話しします。	保険年金課 084-928-1411
64	子育て支援の概要について	ひとり親家庭等への支援制度についてお話しします。	ネウボラ推進課 084-928-1053
		ネウボラ相談窓口「あのね」における“妊娠，出産，子育てに関する切れ目のない支援”についてお話しします。	ネウボラ推進課 084-928-1252
		保育所や認定こども園などの保育施設の入所手続や一時預かり，休日保育，病児・病後児保育などについて，お話しします。	保育施設課 084-928-1140

65	児童虐待防止等について	子どもや家庭を取り巻く課題や児童虐待防止の取組等についてお話しします。	ネウボラ推進課 084-928-1258
66	「親の力」をまなびあう学習プログラム	子育て中の親やこれからおとなになる若い世代を対象に、生活の中での身近なエピソードをもとにした教材「『親の力』をまなびあう学習プログラム」を使用した講座を開催します。参加者は、悩みや不安を話し合いの中で出しあうことで、自ら気付き、学んでいきます。	まちづくり推進課 084-928-1243



## 安心・安全

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
67	地域における避難行動要支援者の避難支援	地域における避難行動要支援者の避難支援の方法等についてお話しします。	福祉総務課 084-928-1045
68	消費者トラブルについて	悪質商法やインターネット関連トラブルなど、身近な消費生活に関するトラブル事例や被害に遭わないために注意すること、被害に遭った場合の対処方法について説明します。 ※講座は、月～金曜日（年末年始・祝日を除く）の概ね9時～16時30分で企画してください。	消費生活センター 084-928-1188
69	住宅の耐震対策	30年以内の発生確率が70%～80%程度といわれる南海トラフ巨大地震、発生すれば本市に大きな影響が想定される長者ヶ原断層－芳井断層の地震などに対する、わが家の耐震対策の必要性について、スライドやビデオ説明、防災グッズの紹介などを交えながらわかりやすく説明します。	建築指導課 084-928-1167
70	交通安全	交通事故を防止するために、実技指導やDVDなどを用いた講座を行います。 ※事前に、電話による予約をしてください。	市民生活課 084-928-1077
71	防犯について	地域における犯罪のないまちづくりについて、わかりやすくお話しします。 ※事前に、電話による予約をしてください。	
72	「地域安全マップ」づくり	家庭や地域、学校等における「地域安全マップ」づくりに必要な用具類の貸出と必要に応じて指導者を派遣します。	
73	こども110番 「不審者からの危険回避」	こども110番事業を周知するとともに、不審者発生時を想定した学習や模擬訓練を行い、子どもの危険回避能力の向上を目的として実施します。 ※若者・くらしの悩み相談課所定の申込書がありますので、そちらを提出してください。	若者・くらしの悩み相談課 084-928-1046
74	防災のまちづくり	地域の特性に応じた防災対策を住民で考える防災ワークショップの開催や、防災情報、自助・共助の大切さの講話など、防災に関する様々な講座を実施します。 なお、講師には、市に登録された福山防災リーダーを派遣します。	危機管理防災課 084-928-1228

## 協働・人権

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
75	地域集会施設補助制度について	自治会（町内会）などの地縁団体（住民組織）が集会所などを整備する際の補助金交付制度についてお話しします。	まちづくり推進課 084-928-1051
76	自治会（町内会）などの地縁団体の法人認可制度について	自治会（町内会）などの地縁団体（住民組織）が、資産を登記するために法人認可を受ける際や、認可後の必要な手続きについてお話しします。	
77	ばらづくり出前講座	ばらの接ぎ木、せん定の技術や植え方等を習得するための講習会を実施し、家庭や地域等身近なところでばらづくりが推進できる人材育成を行います。 ※初めての学区（団体）等を優先します。1学区（団体）につき最大2回まで。接ぎ木講習会の場合はナイフの使用を伴うため、参加者がケガをしないよう見回りを行う安全対策員の配置（1人）が必要です。講座内容によっては別途材料費がかかります。	世界バラ会議推進室 084-928-1210
78	ばらのまちづくり	戦後復興のシンボルとして始まった福山におけるばらの歴史や市民と行政が一体となって進めてきたばらのまちづくりの取組、世界バラ会議福山大会についてお話しします。	
79	ボランティア・NPO活動について	ボランティア・NPOなどの市民活動や社会貢献活動についてお話しします。また、これらの活動を支える「まちづくりサポートセンター」についてご紹介します。	まちづくり推進課 084-928-1051
80	協働のまちづくり	「協働のまちづくり」についてお話しします。 ・「協働のまちづくり」について ・まちづくりを考えるワークショップなど ◇まちづくり推進課 084-928-1051 ◇中部地域振興課 084-932-7265 ◇南部地域振興課 084-980-7713 ◇松永地域振興課 084-934-5443 ◇北部地域振興課 084-976-9460 ◇東部地域振興課 084-940-2574 ◇神辺地域振興課 084-962-5026	左記を 参照してください

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
81	人権尊重のまちづくり	<p>「人権文化が根づいた地域社会の実現」, 「ユニバーサルデザインのまちづくり」, 「参加体験型人権学習について」など人権啓発に関するお話します。</p> <p>◇多様性社会推進課 084-928-1006</p> <p>◇中部地域振興課 084-932-7265</p> <p>◇南部地域振興課 084-980-7713</p> <p>◇松永地域振興課 084-934-5443</p> <p>◇北部地域振興課 084-976-9460</p> <p>◇東部地域振興課 084-940-2574</p> <p>◇神辺地域振興課 084-962-5026</p>	左記を 参照してください
82	恒久平和の実現に向けて	<p>「福山空襲の実相」, 「平和非核都市福山宣言の趣旨をふまえた福山市の取組」, 「恒久平和の希求と人権尊重」など平和に関する幅広い視点から, 戦争の惨禍を風化させることなく次世代へ継承し, 恒久平和を実現していくための講座とします。</p>	多様性社会推進課 084-928-1006
83	市内の戦争遺跡めぐり (フィールドワーク)	<p>風化しつつある戦争(空襲)の悲惨さや平和の尊さを継承していくため, 実際に市内に残されている「戦争遺跡・空襲遺跡」を訪ね, 戦争のない平和な社会の大切さについて学びます。</p> <p>※実施日, 時間, 内容などについては, 事前に人権平和資料館へお問い合わせください。</p>	人権平和資料館 084-924-6789

# 男女共同参画

講座番号	講座名	内 容	講座担当課 連絡先
	<p>【講座名】男女共同参画推進員出前講座</p> <p>【内 容】個性と能力が生かされる男女共同参画社会の実現を目的としたセミナー・研修会の講師として、男女共同参画推進員を派遣します。詳細はお問い合わせください。</p> <p>【講座番号】84～103</p>		
84	めざせ！コミュニケーションの達人！ ～家族のためのコミュニケーション能力UP講座～	「家族ってとても大切な存在！」と思っているけど、意外とコミュニケーションがうまくいかないと感じたことはありませんか？どこが問題なのか、どう対処すれば通じ合えるのかについて、体験も交えながら学ぶ講座です。	
85	今日からつかえる「ココロのつながる会話術」 ～きき上手は はなし上手～	「きき上手」であることは、会話の大切な要素です。老若男女、誰に対しても、よりよい「きき手」をめざして、支え合える地域づくり、人づくりに。	
86	ワーク・ライフ・バランスのすすめ ～見つけよう！仕事と家庭のベストバランスやってみよう！家庭のマネジメント～	現在の働き方や家庭・育児の関わり方を見直し、仕事と家庭・育児の両立だけでなく、より豊かな人生のためのワーク・ライフ・バランスについて考えてみましょう。そして、その中で見つけた小さな気づきや発見を、家庭のマネジメントに生かす工夫をしてみませんか？	
87	ワーク・ライフ・バランス ～分担表作りから見えてくる私の時間～	仕事と生活が両立しにくい現実の中でも、子育て・介護・家庭・地域啓発にかかる個人の時間を大切に、健康で豊かな生活を行うために日々で困っていることや身近なことで取り組んでいることを意見交換しながら学び、参加された方が簡単に取り入れられる時短アイデア等をご紹介します。	多様性社会推進課 084-928-1235
88	ストレス解消の隠し味！ ～知って試して今日から笑顔生活！！～	仕事・家庭・近隣との人間関係や、さまざまな情報社会のなかで、ストレスを感じて疲れていませんか？このイライラ・不安がどうすればおさまるのか。この講座は、ストレス解消法、物事の捉え方、コミュニケーションの技術・アサーション等を紹介します。	
89	老若男女、あなたも私も不安とストレスに上手に向き合う ～セルフケアとその対策～	激流ともいえる、めまぐるしく変っていく現在の社会状況の中、多くの方が不安やストレスを抱えながら生活をしています。不安やストレスをため込まない、セルフケアとその対策を知って上手に回避できるようになりましょう。	
90	素敵な子育て ～私が変われば家族が変わる～	日常を振り返り、明日からの活力を養うひとときを。あなたが幸せでいることが、子どもや家族にとっての幸せにつながります。みんなで楽しく情報交換をすることから始めましょう。	

講座番号	講座名	内容	講座担当課 連絡先
91	「べきである」から解き放たれて笑顔の子育てを！！ ～不登校だって大丈夫～	わが子たちの「不登校」は、それまでの私が抱いていた母親としての価値観をみごとにひっくり返してくれました。「こうあるべき」というひとつの形にとらわれたまま、しんどい思いをしていませんか。自身の子育てをふり返りながら「だいじょうぶだよ」を贈ります。	多様性社会推進課 084-928-1235
92	「子育ての男女協働とはどんなこと？」 ～妊娠期からみんなで考えてみよう～	「出産後2年以内に夫婦の愛情が急速に冷え込んでしまう状況」を産後クライシスと言います。これは、子どもが生まれたことで生活スタイルが大きく変化したために起こるものですが、その予防のために妊娠中から夫婦・パートナー・その家族で産後の生活について考えていきましょう。	
93	これってもしかしてDV？ ～「助けて」っていえる力が生きる力に！～	DV被害を誰にも相談出来なかった72.5%（2016年度福山市調査）という現実があります。なぜ被害者は相談出来ないのか。その背景を考えながら、解決のためにどのように相談窓口につながっていけばいいのか。どうやったら、あきらめないで解決に向かって歩けるのかを参加者とともに考えます。	
94	絵本を見ながら話そう！ 性・say・生 ～わたしのいのち わたしのからだ～	様々な絵本を紹介することによって「いのち」や「性」について親子で語れるきっかけを作ります。いのちの誕生や自分のからだの素晴らしさを知り、自分を大切に思う気持ちを育みましょう。「子育て」と「ジェンダーバイアス」の関わりについても考えます。	
95	「当たり前」という思い込み、見直してみませんか？ ～「アンコンシャス・バイアス」に気づこう①～	「アンコンシャス・バイアス」とは無自覚な偏見のことです。国などの調査をもとに、性別による役割分担意識をはじめとするアンコンシャス・バイアスの問題点について考えます。 「違い」があっても、その違いがあることで自分や周りが「豊かになる」と意識チェンジしていきましょう。	
96	「当たり前」という思い込みをはずし、不毛な対立を乗り越えよう！ ～「アンコンシャス・バイアス」に気づこう②～	「アンコンシャス・バイアス」の問題点について考えた後、心が通い合うコミュニケーションスキル（リスニングスキル、アサーションスキル、ネゴシエーションスキル）を体験してみましょう。 コミュニケーションスキルを通じて、意見が対立した時の前向きな解決方法を考えます。	
97	男の終活 女の終活 ～自分らしい終活でバラ色人生をゲット！～	自分の人生の主役は自分自身です。高齢社会における問題・不安を自分のことに置き換えて、今感じている不安を明確にし、これからの人生の目標・生きがいを見つけて1歩前に進むことで自分らしく生き活きとより良いバラ色の人生を送る「終活」について考えましょう。	

講座 番号	講 座 名	内 容	講座担当課 連絡先
98	高齢社会と団塊の世代 「男の出番」が社会を変える ～家庭で 地域で 自分さがし 生きがいさがし～	定年前、また、定年後の男性の「自立」と新しい「自分づくり」がキーワードです。女性の「暮らしの知恵」を男性も身につける大切さから地域への進出や力強く生きていくことについてお話しします。自分の人生を生きるヒントに気づくことができます。共に考え、一緒に楽しみましょう。	多様性社会推進課 084-928-1235
99	紙芝居「超高齢社会を生き抜く ために」 ～劇的 定年夫（男性）のビ フォーアフターと「おひとりさ ま」の幸せ人生プラン～	定年後の長い人生をどう過ごすのか、紙芝居をご覧いただき、男女共同参画の視点から、夫と妻の関係を考えます。お互いが自立し、自由を尊重し合って、明るくはつらつと過ごすためのヒントとして、“アッこれって家にも・・・”と思われる人もあるでしょう。	
100	物忘れの経験ありませんか？ ～今日から始める認知症予防～	物忘れが気になり「もしかして認知症？」と考えたことはありませんか？この講座は、年齢を重ねる事や若くても誰もが経験する『物忘れ』について学び、認知症の正しい理解、予備軍と言われるMCI（軽度認知障がい）から認知症へならない予防法の実践・家族の対応等をわかりやすくご紹介します。	
101	男女共同参画を意識する中で 「老後」の過ごし方を考える	人生には、学生、社会人時代など、いろいろな時期があり、その中で、定年退職後に訪れる「老後」は、学業、仕事、子育てなどを終えて、自分の時間が増え、本人次第でとても楽しく素敵なものになります。そんな第二の人生「老後」の生活を楽しむ方法を考えてみませんか。	
102	子どもも大人も高齢者も！男女 みんなで笑って「健幸」づくり	ストレス社会・高齢社会を生きる、私たち。いつでも、どこでも、誰でも出来る笑いヨガを日常に取り入れて、ストレスケア、そして一人ひとりが身体の健康と生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を営む「健幸」づくりをし、健康寿命を延ばしましょう！	
103	人生100年！新しいことに挑戦 したいけど・・・モヤモヤ ～男女・年齢隔たりなくだれも が「やりたかったこと」をはじ めるキッカケづくり～	人生100年。趣味の時間の使い方や働き方は多様化し、男女や年齢の壁はなくなりつつあります。長い人生をイキイキと過ごすために、日々の生活に「学び」を取り入れましょう。気軽に始められる学び方や、一歩踏み出し続けていくコツ、地域の交流への活用についてお伝えします。	



<発行>

2023年（令和5年）4月

福山市市民局まちづくり推進部 まちづくり推進課

〒720-8501 福山市東桜町3番5号

電話（084）928-1243（直通）

メール:machidukuri-suishin@city.fukuyama.hiroshima.jp