

## 令和7年度 新居浜市出前講座

# ご利用ください出前講座

- \*対象\* 原則として市内に在住、通勤、通学している10人以上の団体など
- \*内容\* 【行政編】、【公共機関・公益企業編】、【市民・団体編】の3種類があります。
- \*開催時間\* メニュー表をご確認ください。  
(講座によっては時間の制限があります。)
- \*開催場所\* 市内に限ります。(場所の手配は申込者側でお願いします。)
- \*講師料など\* 【行政編】、【公共機関・公益企業編】は原則として無料です。  
【市民・団体編】は、講師料や材料費などが必要な講座もあります。  
メニュー表をご確認ください。
- \*申込方法\* 裏表紙をご覧ください。
- \*その他\* 新たな講座メニューの登録も可能ですので、登録していただける方は、地域コミュニティ課にご連絡ください。

### <申し込み・問い合わせ>

〒792-8585 新居浜市一宮町一丁目5番1号  
新居浜市市民環境部地域コミュニティ課(市役所2階西側)  
TEL: 65-1218 FAX: 65-1255  
E-mail: chiiki@city.niihama.lg.jp

メニュー表や申込書の  
ダウンロードはこちらから!

新居浜市 出前講座



## ～ 出前講座の申込方法 ～

### ①申込書の提出

受講したい講座が決まれば、「新居浜市出前講座受講申込書」に必要事項を記入し、地域コミュニティ課まで提出してください。直接来庁によるほか、郵送、メール、FAXでも受け付けています。

- 講座ごとに申込期限などが異なりますので、メニュー表でご確認ください。
- 開催日時などがご希望に沿えない場合がありますので、ご了承ください。
- 同一団体からの申し込みについては、月1回までなど、制限を設けさせていただく場合がございます。
- オンラインによる受講が可能な講座もありますので、ぜひご利用ください。



### ②ご希望の講座の調整

お申し込みがあった講座について、地域コミュニティ課が講師と日程調整等を行います。

### ③講座決定のご連絡

日程調整し講座の実施が決まれば、地域コミュニティ課から「新居浜市出前講座決定通知書」をお送りします。

### ④講座の受講

ご希望の講座を受講してください。

ご希望の日時での申し込みをお受けできない場合がございますので、ご了承ください。



## 出前講座メニュー【行政編】

| 分類 | 番号        | 講 座 名                                 | 担当課                   | 主な内容                                                                                        | 申込期限 | 平日の日中のみ     |
|----|-----------|---------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------|
| 市政 | 101       | SDGs 未来都市としての今後の取組について                | 総合政策課                 | SDGs に関する取り組みについて                                                                           | 2週間前 | ○           |
|    | 102       | NPOって何？                               | 地域コミュニティ課             | NPOの制度について                                                                                  | 3週間前 | ○           |
|    | 103       | 市民税と申告<br>(実施可能期間8～12月)               | 課税課                   | 所得税、住民税制度のあらまし、課税の仕組みについて                                                                   | 4週間前 | ○<br>平日PMのみ |
|    | 104<br>新規 | 固定資産税及び都市計画税の評価と課税について(実施可能期間5～9月)    |                       | 固定資産の評価から税額が決定されるまでのあらましなど                                                                  |      |             |
|    | 105       | にいはまの台所事情                             | 財政課                   | 本市の財政状況について                                                                                 | 4週間前 | ○           |
|    | 106       | 「男女共同参画」ってなに？                         | 男女参画・市民相談課            | 男女共同参画社会、男女共同参画計画などについて                                                                     | 4週間前 | 相談による       |
|    | 107       | DV(ドメスティック・バイオレンス)とは？                 |                       | DVの内容と防止、新居浜市の取組などについて                                                                      |      |             |
|    | 108       | 選挙啓発講座(主権者教育講座)                       | 選挙管理委員会事務局            | 選挙を身近なものに感じてもらえるよう、模擬投票やワークショップなど                                                           | 2週間前 | 相談による       |
|    | 109       | Hello! NEWって何だろう？<br>(市のプロモーションについて)  | シティープロモーション推進課        | 平成29年3月に策定した「新居浜市シティブランド戦略」に基づく取組などについて                                                     | 4週間前 | ○           |
|    | 110       | ふるさと納税について                            | 観光物産課                 | ふるさと納税の制度や仕組みをわかりやすく解説                                                                      | 4週間前 | ○           |
| 福祉 | 111       | 障がい福祉サービス等について                        | 地域福祉課                 | 障害者手帳に係る制度や障がい福祉サービスの制度や利用方法について                                                            | 4週間前 | ○           |
|    | 112       | 気になる！介護保険制度<br>(4～7月中旬は開催不能)          | 介護福祉課                 | 介護保険制度のしくみ・概要について                                                                           | 4週間前 | ○           |
|    | 113       | 認知症サポーター養成講座                          | 地域包括支援センター            | 認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター」の養成講座                                         | 4週間前 | 相談による       |
|    | 114       | 地域で安心して暮らしていくために                      |                       | 在宅医療や介護サービスなどについて                                                                           |      | 相談による       |
|    | 115       | 「もしものとき」について考えよう                      |                       | もしもの時の医療やケアについて(もしバナゲームやエンディングノートを活用)                                                       |      | 相談による       |
|    | 116       | 社会資源を活用して「わくわく生活」を続けよう                |                       | 公共交通機関(路線バス)の利用方法や移動スーパー、宅配等の社会資源を紹介                                                        |      | 相談による       |
|    | 117       | みんなで取り組む健康長寿のまちづくり                    |                       | 助け合い体験ゲームを通じて地域のつながりの大切さを学ぶ                                                                 |      | 相談による       |
|    | 118       | 後期高齢者医療制度の仕組みについて<br>(6～8月中旬は開催不能)    | 国保課                   | 後期高齢者医療制度の概要、保険料の仕組み、各種給付制度について                                                             | 4週間前 | ○           |
|    | 119<br>新規 | 児童虐待防止について                            | こども未来課                | 児童虐待防止についての基礎知識や子育て家族を支える身近な地域との連携などについて                                                    | 4週間前 | 相談による       |
| 環境 | 120       | ～新居浜のおいしい水を、子どもたちへ～<br>「新居浜水道事業」の取り組み | 企画経営課<br>水道課<br>施設管理課 | おいしい水、南海トラフ巨大地震等に備えた耐震対策、新水道ビジョン、災害時の応急給水について                                               | 4週間前 | 相談による       |
|    | 121       | わがまちの下水道                              | 企画経営課<br>下水道課         | ①公共下水道の目的・計画、整備状況、普及率など②排水設備工事の手続きや受益者負担金、下水道使用料等の計算方法③家庭から出た汚水が下水処理場で浄化される仕組み④持続可能な下水道経営など | 4週間前 | 相談による       |

## 出前講座メニュー【行政編】

| 分類 | 番号  | 講 座 名                                    | 担当課                          | 主な内容                                                         | 申込期限 | 平日の日中のみ    |
|----|-----|------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------|------|------------|
| 環境 | 122 | 正しい分別でゴミの減量に繋げよう！                        | 廃棄物対策課                       | ゴミの分別方法（プラスチック容器包装、古紙類、布類など燃やしやすいと間違いやすい分別）について              | 4週間前 | 相談による      |
|    | 123 | 生ごみたい肥化導入編<br>～ダンボールコンポストを利用して生ごみを減量しよう～ |                              | ダンボールコンポストを中心とした生ごみ処理容器による生ごみの処理（たい肥化）方法について実演               | 4週間前 | 相談による      |
|    | 124 | 生ごみたい肥化応用編<br>～据置型コンポストを利用して生ごみ減量しよう～    |                              | 据置型コンポストを中心とした生ごみ処理容器による生ごみの処理（たい肥化）方法について（条件を満たせば実演可）       |      |            |
|    | 125 | うちエコ！のすすめ～環境問題を自分ごととして捉えよう～              | 新居浜市地球高温暖化対策地域協議会（事務局 環境政策課） | 家庭から出る二酸化炭素の排出量と、お財布から出ていくお金の排出量（支出）を抑える「うちエコ」の取り組みについて      | 3週間前 | ○<br>相談による |
|    | 126 | 脱炭素社会に向けて～2050年までにカーボンニュートラル達成～          |                              | 地球温暖化の仕組みと暮らしへの影響、新居浜市の温室効果ガス排出量の状況、新居浜市の取り組み、私たちができる取り組みを紹介 |      |            |
| 健康 | 127 | すくすく子育て！応援講座<br>～親と子の絆づくり～               | 健康づくり推進本部（事務局 健康政策課）         | 乳幼児の子育て、食育、むし歯予防、スマホの害などについて                                 | 4週間前 | ○          |
|    | 128 | 始めよう！働き世代の健康づくり                          |                              | 主に企業向け、健診結果の見方、正しい生活習慣について（コース学習・ZOOMでの講座も可能）                |      | ○<br>相談による |
|    | 129 | 健康な身体づくりはバランスの良い食事から                     |                              | バランスの良い食事、嗜好品の取り方について（希望者にはベジチェックによる野菜摂取量の測定）                |      | ○          |
|    | 130 | 知っとる？高血圧                                 |                              | 高血圧についての正しい知識、血圧の測定方法、食事などについて（希望者にはベジチェックによる野菜摂取量の測定）       |      | ○          |
|    | 131 | はじめよう！フレイル予防                             |                              | 元気なうちから介護予防や住み慣れた地域で暮らし続けるためにできることについて                       |      | 相談による      |
|    | 132 | 感染症予防について                                | 保健センター                       | さまざまな病気の感染対策などについて                                           | 4週間前 | ○          |
|    | 133 | 気づいてください こころのSOS（Zoomでの開催可）              |                              | こころの健康・SOS、ストレス解消法、ゲートキーパーなどについて                             |      |            |
|    | 134 | 予防接種について                                 |                              | 予防接種の種類・効果的な受け方・必要性・注意事項などについて                               |      |            |
|    | 135 | お口から始まる健康づくり<br>～歯周病を予防して、めざせ！8020～      |                              | 歯周病の予防方法、セルフケア（歯磨き方法など）、学童・生徒・高齢者の口腔衛生などについて                 |      |            |
|    | 136 | 若い世代からの健康づくり～プレコンセプションケア～                |                              | 妊娠・出産に関する正しい知識、自身の健康管理などについて                                 |      |            |
|    | 137 | こどもまんなかクエスト<br>（グループワークによるロール・プレイング・ゲーム） | こども未来課                       | 1グループ5人構成で、主人公であるこどもやパパママとなり、スキルポイントを獲得し、こどもを成長させていく。        | 4週間前 | 相談による      |

## 出前講座メニュー【行政編】

| 分類     | 番号        | 講 座 名                           | 担当課          | 主な内容                                                              | 申込期限 | 平日の日中のみ            |
|--------|-----------|---------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------|------|--------------------|
| 安全消費生活 | 138       | 悪質商法にご用心<br>(高齢者・地域の見守りさん向け)    | 消費生活センター     | 高齢者が陥りやすい被害の実態や契約に関する基礎知識について                                     | 3週間前 | 原則<br>月・水・金<br>の日中 |
|        | 139       | 私たちのまわりの消費者トラブル                 |              | 消費者トラブル事例とその解決策などについて(ワークショップも可)                                  |      |                    |
|        | 140       | 多重債務に陥らないために<br>(金融関係トラブル 成人向け) |              | クレジット払いの仕組み、金利の話など安易に借金をしないための講座、多重債務の解決方法について                    |      |                    |
|        | 141       | 社会人の消費者トラブル<br>(企業研修向け)         |              | 社会人を対象とした多重債務やマルチ商法等の危険性について(ワークショップも可)※企業の利益等につながる講座は応じかねます      |      |                    |
|        | 142       | 若者に多い契約トラブル                     |              | 成年年齢引き下げによる契約から生じる責任や若年層による消費者トラブルについて                            |      |                    |
|        | 143       | 消費生活こんだん会<br>”ぼんぼんサロン”(少人数向け)   |              | 日常の消費者トラブルについて、相談員を中心に懇談会形式で話し合う                                  |      |                    |
|        | 144       | 住居表示・住所表示とは?                    | 市民課          | 住所の仕組みや住居表示・住所表示がどのようなものかわかりやすく説明                                 | 1週間前 | ○<br>平日PMのみ        |
|        | 145       | 交通安全教室                          | 危機管理課        | 基本的な交通安全のルールを再確認、受講者の世代に応じた講座(講話、脳トレ体操、DVD視聴、実技など)                | 2週間前 | ○                  |
|        | 146       | 防犯教室                            |              | 道路・公園・駐車場などで発生する自転車盗や車上ねらい等の街頭犯罪や特殊詐欺等、犯罪の防止について                  |      |                    |
|        | 147       | 空き家問題について                       | 建築指導課        | 空き家の現状・原因、所有者等による適切な管理の必要性、市の空き家対策、除却補助金の紹介について                   | 4週間前 | ○                  |
| 地域づくり  | 148       | イノシシの習性・行動から学ぶ被害対策              | 農林水産課        | 農作物被害をなくすための、イノシシの習性・行動の理解、正しい対策について                              | 3週間前 | 相談による              |
|        | 149       | ニホンザルの習性・行動から学ぶ被害対策             |              | 農作物被害をなくすための、ニホンザルの習性・行動の理解、正しい対策について                             | 2週間前 | 相談による              |
|        | 150       | 自治会活動について                       | 地域コミュニティ課    | 自治会活動、自治会法人化、交付金の説明、加入促進などについて                                    | 3週間前 | ○                  |
| 国際     | 151       | 地域運営組織について                      |              | 地域運営組織の概要、取り組みについて                                                |      |                    |
|        | 152<br>新規 | ベトナムについて知ろう                     |              | ベトナムの基本情報、文化、伝統、ゲーム、旅行先としての紹介などについて                               | 4週間前 | ○                  |
| 都市計画   | 153       | 新居浜市の都市計画                       | 都市計画課        | 新居浜市の都市計画の概要、立地適正化計画、景観計画について                                     | 2週間前 | 相談による              |
| 歴史文化   | 154       | 別子銅山産業遺産の保存活用の取組について            | 別子銅山文化遺産課    | 別子銅山産業遺産の保存と活用の取り組み状況を説明(旧広瀬邸、旧端出場水力発電所、住友山田社宅の現地説明も可 ※観覧料必要な場合有) | 4週間前 | 相談による              |
|        | 155<br>新規 | もっと知りたい!新居浜市の美術史                | 文化振興課<br>美術館 | 新居浜市美術館が所蔵するコレクション作品を中心に、新居浜にゆかりのある地域美術の歴史を紹介                     | 4週間前 | 相談による              |

## 出前講座メニュー【行政編】

| 分類       | 番号  | 講 座 名                                                                       | 担当課          | 主な内容                                                 | 申込期限 | 平日の日中のみ       |
|----------|-----|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------|------|---------------|
| 教育       | 156 | みんなで楽しむおはなし会                                                                | 図書館          | 年齢に応じた絵本の読み聞かせや紙芝居、ブックトークなど                          | 4週間前 | 相談による         |
|          | 157 | 読み聞かせボランティア養成講座                                                             |              | 絵本の選び方や読み聞かせのコツなど、実演を交えた講座                           |      |               |
| 人権       | 158 | 気づきから行動へ<br>～共に生きるために身近な人権課題を学びましょう～（3月対応不可）<br>（希望する方は直接人権教育課へ申し込みをお願いします） | 人権教育課        | 部落差別、こども、高齢者、障がいのある人、女性、外国人、インターネット上の人権侵害などの人権問題について | 2週間前 | 相談による         |
| 運輸<br>交通 | 159 | デマンドタクシーを利用しよう！                                                             | 地域交通課        | 『新居浜市デマンドタクシー（愛称「おでかけタクシー」）』の利用方法など                  | 2週間前 | 相談による         |
| 建築       | 160 | 木造住宅の耐震診断・改修工事と補助制度について                                                     | 建築指導課        | 木造住宅の耐震化の必要性、耐震診断・設計・改修工事費用の補助制度について                 | 4週間前 | ○             |
| 防災       | 161 | 消防・防火・救急講習会（訓練）                                                             | 消防署          | 防火訓練、通報、消火、避難訓練の実技指導や、応急手当や救命に関する体験型講習会などについて        | 4週間前 | 平日・休日の日中      |
| 議会       | 162 | 議会のしくみ<br>（議会開会中は除く）                                                        | 議会事務局<br>議事課 | 議会の役割と仕事、傍聴方法、請願などの提出方法について                          | 4週間前 | ○<br>議会開会中は除く |
| 施設<br>案内 | 163 | ごみはどうなるの？<br>（毎月29日～31日は除く）                                                 | 清掃センター       | 施設見学（センター紹介DVD視聴、現場案内、質疑応答）                          | 2週間前 | ○             |

# 出前講座メニュー【公共機関・公益企業編】

| 分類     | 番号  | 講 座 名                                   | 講師                  | 主な内容                                              | 申込期限   |
|--------|-----|-----------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|--------|
| 安全消費生活 | 201 | 交通安全教室                                  | 新居浜警察署<br>(平日の日中のみ) | 交通安全、交通事故防止に関するもの。約30分                            | 4週間前   |
|        | 202 | 特殊詐欺の被害に遭わないために                         |                     | 特殊詐欺から自らを守るための心構え等。具体的な事例を挙げて講話                   |        |
|        | 203 | 困ったら、1人で悩まず行政相談～行政相談出前講座(教室)～           | 愛媛行政監視行政相談センター      | 「行政相談制度・行政相談委員制度」について説明等                          | 4週間前   |
| 健康     | 204 | 心臓の病気になるための工夫について                       | 愛媛県立新居浜病院           | 病気をひきおこしやすい危険因子と対策の仕方について                         | 7～8週間前 |
|        | 205 | 糖尿病を克服しよう                               |                     | 糖尿病を中心に生活習慣病について                                  |        |
|        | 206 | 胃がん・大腸がんの治療                             |                     | 胃がんと大腸がんの標準治療について分かり易く説明                          |        |
|        | 207 | 脳卒中について                                 |                     | 脳卒中の最新の診断、治療、予防について                               |        |
|        | 208 | 足の血は流れてますか？足の疼痛、潰瘍の治療について               |                     | 心臓血管外科医師、足の血液循環不全による疼痛や潰瘍に対する外科治療とその進歩について        |        |
|        | 209 | アレルギー性鼻炎について                            |                     | アレルギー性鼻炎、その原因、診断、治療について                           |        |
|        | 210 | 放射線検査って安全なの？あなたの疑問にお答えします！！             |                     | 本当に安全なのかなどの疑問に放射線機器のデータを含め説明                      |        |
|        | 211 | 糖尿病の検査について                              |                     | 糖尿病と診断されるまでの流れや検査、合併症との関係等について                    |        |
|        | 212 | 正しい薬の飲み方                                |                     | 正しく使って、十分な効果を得るためのお話                              |        |
|        | 213 | 認知症を早く見つけるためには～認知症予防にも目を向けて～            |                     | 認知症の早期発見や予防について                                   |        |
|        | 214 | インフルエンザ及び新型コロナウイルス感染症について               |                     | どんな病気か、どのようにして感染するのか、予防法は？など                      |        |
|        | 215 | 胃ろうの話                                   | 十全総合病院<br>(平日PMのみ)  | 胃ろうってなんだろう？胃ろうとうまく付き合う方法について                      | 8週間前   |
|        | 216 | 看護師の仕事って？                               |                     | 看護師が活躍する場所や仕事の内容、看護師にどうやってなれるのかについて               |        |
|        | 217 | 血糖が高いといわれたけど、どうしたらいい？(※WEB対応可)          |                     | 血糖値を安定させる方法について                                   |        |
|        | 218 | 家庭から始める感染対策(※WEB対応可)                    |                     | ウイルス・細菌から身を守る正しい知識を付けましょう。感染症の知識から手洗いのなどの感染予防対策まで |        |
|        | 219 | 床ずれについて知っていますか？なぜなるの？どうしたらいいの？(※WEB対応可) |                     | なぜなるのか、予防のためにできることについて                            |        |
|        | 220 | 抗がん薬治療をうけるということ(※WEB対応可)                |                     | 抗がん薬治療を選択すると、身体と心にどんな影響が出るのかについて                  |        |
|        | 221 | 「子育てしやすいまちづくり～地域みんなで子供を育てる～」            |                     | 産後ケアのサービス、子育て環境について一緒に考えましょう                      |        |
|        | 222 | 高齢者と薬について                               |                     | 高齢になるとお薬の数が増えがちですか、お薬の効果とリスクについて考える               |        |
|        | 223 | 糖尿病食は健康食(※WEB対応可)                       |                     | 糖尿病食は特別なものではなく健康で長生きするための食事です。その方法について説明します       |        |

# 出前講座メニュー【公共機関・公益企業編】

| 分類 | 番号  | 講 座 名                                   | 講師                 | 主な内容                                   | 申込期限 |
|----|-----|-----------------------------------------|--------------------|----------------------------------------|------|
| 健康 | 224 | 介護予防について<br>（※WEB対応可）                   | 十全総合病院<br>(平日PMのみ) | 介護予防の内容と目的、運動方法について                    | 8週間前 |
|    | 225 | 糖尿病と運動について                              |                    | 糖尿病の病態と運動の効果について                       |      |
|    | 226 | 腰痛と予防体操について<br>（※WEB対応可）                |                    | 腰痛の発症原因と慢性的腰痛に対しての運動指導                 |      |
|    | 227 | 認知症予防について                               |                    | リハレクしましょう                              |      |
|    | 228 | 発達障がいをもった子どもの特性と理解（※WEB対応可）             |                    | 発達障害の特性や支援の仕方について                      |      |
|    | 229 | 安全で楽しい食事のために<br>～嚥下障害について～<br>（※WEB対応可） |                    | 嚥下障害についての理解とその対応についての説明や予防のための方法の提案します |      |
|    | 230 | 骨盤底筋を鍛えて、尿漏れ予防！<br>食事で快便！<br>（※WEB対応可）  |                    | 尿漏れ、便秘や下痢の改善方法をわかりやすく説明します             |      |
|    | 231 | 排尿障害について                                |                    | 排尿のしくみ、排尿障害の原因、治療その他について               |      |
|    | 232 | 排尿、便秘の薬について<br>（※WEB対応可）                |                    | 排尿・便秘の薬について、効果や注意する点など、薬剤師がわかりやすく説明    |      |
|    | 233 | 胃がん<br>～早く見つけて楽に治そう～                    | 住友別子病院             | 平日PM 要相談                               | 8週間前 |
|    | 234 | 大腸がん<br>～早く見つけて楽に治そう～                   |                    | 平日PM 要相談                               |      |
|    | 235 | C型慢性肝炎から肝がんまで                           |                    | 相談による                                  |      |
|    | 236 | 糖尿病の予防、検査、治療                            |                    | 相談による                                  |      |
|    | 237 | 糖尿病について                                 |                    | 相談による                                  |      |
|    | 238 | 放射線治療の話                                 |                    | 相談による                                  |      |
|    | 239 | 負担の少ない大腸がん手術（ダビンチ）                      |                    | 相談による                                  |      |
|    | 240 | 動脈硬化について                                |                    | 相談による                                  |      |
|    | 241 | 泌尿器科領域におけるダビンチ手術                        |                    | 相談による                                  |      |
|    | 242 | 知っておきたい薬の常識                             |                    | 相談による                                  |      |
|    | 243 | 薬と上手に付き合うには                             |                    | 相談による                                  |      |
|    | 244 | 床ずれ予防に努めよう                              |                    | 床ずれのメカニズム、予防、早期発見、治療について               |      |
|    | 245 | 脳卒中について正しく理解しよう                         |                    | 脳卒中とは、予防、早期発見、治療、リハビリについて              |      |
|    | 246 | インフルエンザの感染対策                            |                    | 相談による                                  |      |
|    | 247 | ノロウイルスの感染対策                             |                    | 相談による                                  |      |
|    | 248 | 食中毒予防                                   |                    | 相談による                                  |      |
|    | 249 | 手洗い、手指消毒で感染対策                           |                    | 相談による                                  |      |
|    | 250 | 薬剤耐性菌の感染対策                              |                    | 相談による                                  |      |

# 出前講座メニュー【公共機関・公益企業編】

| 分類 | 番号        | 講 座 名               | 講師     | 主な内容                                        | 申込期限 |
|----|-----------|---------------------|--------|---------------------------------------------|------|
| 健康 | 251       | 新型コロナウイルスの感染症       | 住友別子病院 | 60～120分                                     | 8週間前 |
|    | 252       | 手指衛生のスキルアップ（実技あり）   |        | 60～120分                                     |      |
|    | 253       | 個人防具用具の正しい使い方（実技あり） |        | 60～120分                                     |      |
|    | 254       | 感染対策としての環境清掃と換気     |        | 60～120分                                     |      |
|    | 255       | 高齢者施設における感染対策       |        | 60～120分                                     |      |
|    | 256       | 訪問看護・介護における感染対策     |        | 60～120分                                     |      |
|    | 257<br>新規 | 知ってなっとく感染対策（一般市民向け） |        | 生活の中で注意する感染症や話題の感染症、感染対策などについて              |      |
|    | 258<br>新規 | 実技でおぼえる、嘔吐物処理       |        | 施設のマニュアルをもとに、実際に嘔吐物処理を行うとともに、マニュアル見直しの相談も可能 |      |
|    | 259       | 医療機器と携帯電話           |        | 携帯電話が医療機器にどのように影響を及ぼすか(30分程度)               |      |
|    | 260       | AED管理方法について         |        | 30分程度                                       |      |
|    | 261       | BLS（一次救命処置）         |        | 30分程度                                       |      |
|    | 262       | ペースメーカーについて         |        | 患者目線でPMの動きや適応、日常生活での注意等(30分程度)              |      |
|    | 263       | 心臓カテーテル検査について       |        | 心臓カテーテル検査の流れやバルーン・ステント、ロータブレータの簡単な説明(30分程度) |      |
|    | 264       | 心筋アブレーションについて       |        | アブレーションの適応や手技について(30分程度)                    |      |
|    | 265       | 臨床工学技士が考える手術室の安全管理  |        | 安全・安心な手術が行われるために(30分程度)                     |      |
|    | 266       | 食生活を見直してみませんか       |        | 30分程度                                       |      |
|    | 267       | 検査結果の見かた            |        | 30分程度                                       |      |
|    | 268       | 腫瘍マーカーについて          |        | 30分程度                                       |      |
|    | 269       | 超音波検査とは             |        | 30分程度                                       |      |
|    | 270       | 医療被ばく概要             |        | 30分程度                                       |      |
|    | 271       | PET-CT概要            |        | 30分程度                                       |      |
|    | 272       | ポータブル撮影の安全性         |        | 30分程度                                       |      |
|    | 273       | ひざ関節痛の治療            | 愛媛労災病院 | ひざ関節痛について詳しく説明                              | 4週間前 |
|    | 274       | 腰痛はなぜ起こるか？          |        | 腰痛について詳しく説明                                 |      |
|    | 275       | 肩こりについて             |        | 肩こりについて詳しく説明                                |      |
|    | 276       | 骨粗しょう症について          |        | 骨粗しょう症について詳しく説明                             |      |
|    | 277       | 膝の痛み                |        | 膝痛について詳しく説明                                 |      |
|    | 278       | 腰痛の治療と予防            |        | 腰痛について詳しく説明                                 |      |

# 出前講座メニュー【公共機関・公益企業編】

| 分類 | 番号        | 講 座 名                          | 講師     | 主な内容                                                                            | 申込期限 |
|----|-----------|--------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|------|
| 健康 | 279       | 動脈硬化と虚血性心疾患について                | 愛媛労災病院 | 病気の見分け方や治療法、注意点等について                                                            | 4週間前 |
|    | 280       | 高血圧について                        |        | 血圧とは何かから心血管病についてなど                                                              | 5週間前 |
|    | 281       | 後発医薬品について                      |        | 後発医薬品全般について詳しく説明                                                                | 4週間前 |
|    | 282<br>新規 | 高血圧のお薬について                     |        | 高血圧治療薬について詳しく説明                                                                 | 4週間前 |
|    | 283<br>新規 | 花粉症のお薬について                     |        | 花粉症治療薬について詳しく説明                                                                 | 4週間前 |
|    | 284       | 知って得する糖尿病の基礎知識                 |        | 糖尿病とは、なぜ糖尿病になるのか、気を付けること等                                                       | 4週間前 |
|    | 285       | 誰でもできるフットケア                    |        | 足のはたらきとは、足の手入れの仕方等                                                              | 4週間前 |
|    | 286       | 職場でできる感染管理<br>（平日PMのみ）         |        | 感染対策や感染拡大を防ぐためのポイント、感染管理等                                                       | 4週間前 |
|    | 287       | 抗がん剤治療の副作用とうまくつき合おう            |        | 副作用を和らげるために日常的にできること等                                                           | 4週間前 |
|    | 288       | 肩こりについて<br>（平日午後13時～14時）       |        | 原因を探り、日常生活習慣の改善策や運動について（運動しやすい服装）                                               | 8週間前 |
|    | 289       | 安全に食べるために<br>～食事介助と口腔ケア～       |        | 嚥下のメカニズム、食事介助方法、口腔ケア等について説明                                                     | 4週間前 |
|    | 290       | 腰痛、ひざ痛予防体操と工夫<br>（平日午後13時～14時） |        | 日常生活動作での注意点や体操の方法をわかりやすくアドバイス（運動しやすい服装、スカート不可）                                  | 8週間前 |
|    | 291       | 動いて防ごう生活習慣病！<br>（平日PMのみ）       |        | 生活習慣病の概要を説明し、それを防ぐための生活習慣や運動についてアドバイス等                                          | 4週間前 |
|    | 292<br>新規 | 産後の腰痛                          |        | ・運動で腰痛予防<br>・産後、安全にできる運動<br>・動作で腰痛予防 について                                       |      |
|    | 293       | 防災について（平日の日中のみ）                |        | 防災グッズについて、防災頭巾、防災リュックの作り方等                                                      |      |
|    | 294       | 脱水症予防                          |        | 水と健康の基本情報、脱水時の症状、水の取り方                                                          |      |
|    | 295       | ACP（アドバンス・ケア・プランニング）           |        | どう逝きたいかを一緒に悩む人生会議等について                                                          |      |
|    | 296       | 【高齢者】在宅での食事管理の実際と提案について        |        | 高齢者の食事管理の現状と、食生活の抑えるべきポイントや提案等                                                  |      |
|    | 297       | よりよい長寿を目指すための食生活のポイント          |        | 食生活について、「なぜこうなのか」「どう考えるのか」という部分からお話。食を楽しみながら、食生活をコントロールができるよう、食事について基本知識の習得を目指す |      |
|    | 298       | 糖尿病予防のための食生活のポイント              |        |                                                                                 |      |
|    | 299       | 心不全予防のための食生活のポイント              |        |                                                                                 |      |
|    | 300       | 減塩の進め方                         |        | 具体的な基準、食品に含まれる塩分の比較、減塩の工夫等                                                      |      |
|    | 301<br>新規 | 生活習慣病予防のための食生活のポイントについて        |        | 今後の生活において、自分の食を楽しみながら、食生活をコントロールができるよう、食事について基本知識の習得を目指す                        |      |
|    | 302<br>新規 | 骨粗しょう症予防のための食生活のポイントについて       |        | 寝たきりを防ぐため、骨粗しょう症予防のための食生活のポイントについて                                              |      |

# 出前講座メニュー【公共機関・公益企業編】

| 分類       | 番号  | 講 座 名                                                                                                | 講師                                                    | 主な内容                             | 申込期限       |
|----------|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------|------------|
| 健康       | 303 | 高齢者の適正な薬物療法について                                                                                      | 新居浜協立病院                                               | 高齢者の安全・安心な薬物療法、薬の<br>マメ知識など      | 4週間前       |
|          | 304 | 胃がんと大腸がんのお話                                                                                          |                                                       | 早期発見の重要性や胃がん・大腸がん<br>の治療法について    |            |
|          | 305 | 高脂血症についての話                                                                                           |                                                       | 善玉、悪玉って何等の疑問にお答え、<br>高脂血症の克服法など  |            |
|          | 306 | 眼にご用心                                                                                                |                                                       | 白内障、緑内障、老眼等、目に関する<br>様々な疑問にお答え   |            |
|          | 307 | 睡眠時無呼吸症候群とは                                                                                          |                                                       | いびきについて、合併症のリスクや検<br>査、治療方法について  |            |
|          | 308 | ちょっと考えてみませんか？あな<br>たの生活習慣                                                                            |                                                       | 高血圧、脳卒中、糖尿病など、なぜ、<br>生活習慣病は恐い？   |            |
|          | 309 | 薬の副作用の話                                                                                              |                                                       | お薬を飲む時の注意事項                      |            |
|          | 310 | 睡眠薬の話                                                                                                |                                                       | 睡眠薬の種類と説明、頼りすぎずに寝<br>る方法         |            |
|          | 311 | いきいきと生きて逝くために                                                                                        |                                                       | 生きるためにすること、自分の最後<br>について考えてみませんか |            |
|          | 312 | 入れ歯は夜寝る時はずすの？はず<br>さないの？                                                                             | 新居浜市<br>歯科医師会                                         | 入れ歯の構造と取り扱い方について                 | 5週間前       |
|          | 313 | 杖や歩行器の使い方<br>(要講師料)                                                                                  | 愛媛県リハビリテーション<br>専門職協会                                 | 杖・歩行器の選択や使い方を学ぶ機会と<br>して         | 4週間前       |
| 福祉       | 314 | 高齢者疑似体験                                                                                              | 新居浜市社会福祉<br>協議会<br>(ボランティア・市<br>民活動センター)<br>(平日の日中のみ) | 疑似体験セットを装着して、高齢者への<br>サポート方法等を学ぶ | 6週間前       |
|          | 315 | 車椅子体験                                                                                                |                                                       | 車椅子の取り扱い方法や乗り方、介助の<br>方法等を学ぶ     |            |
|          | 316 | アイマスク体験                                                                                              |                                                       | 目の不自由な人の気持ちを理解し、接し<br>方や介助の仕方を学ぶ |            |
| 防災       | 317 | 災害ボランティアの取り組み ～<br>平成16年水害から学ぶ～                                                                      |                                                       | 災害ボランティアの活動について、過去<br>の水害の様子から学ぶ |            |
| 貿易<br>物流 | 318 | 税関における密輸取締りの現状と<br>新居浜港の貿易概況について                                                                     | 新居浜税関支署<br>(平日の日中のみ)                                  | 不正薬物の密輸取締りの現状、新居浜<br>港の貿易概況等について | 4週間前       |
|          | 319 | 「みなと」と「くらし」 ～みな<br>との役割を考える～                                                                         | 新居浜港務局                                                | 新居浜港の様子、港の役割等について                | 2週間前       |
| 国際       | 320 | 「やさしい日本語」をつかおう!!<br>～外国人も安心して暮らせるまち<br>づくり～                                                          | 新居浜市<br>国際交流協会                                        | 易しい・親切的な「やさしい日本語」を楽<br>しく学ぶ      | 2～3<br>週間前 |
|          | 321 | ふだんのマイクロアグレッション<br>「何気ない」差別に気づこう！                                                                    |                                                       | 多くの外国人が地域に住むいま、共生と<br>は等について考える  |            |
| 地域       | 322 | 少子高齢社会における高齢者の社<br>会参加                                                                               | (公社)新居浜市シ<br>ルバー人材センター<br>(平日の日中のみ)                   | 高齢者の社会参加について質疑応答を交<br>えて講話       | 3週間前       |
| 科学       | 323 | 静電気の実験ほか<br><a href="https://www.i-kahaku.jp/">https://www.i-kahaku.jp/</a> 参照                       | 愛媛県<br>総合科学博物館                                        | 静電気について、わかりやすく実験で<br>紹介          | 4週間前       |
| 学校       | 324 | 新居浜高専出前講座<br><a href="https://www.niihama-nct.ac.jp/demae/">https://www.niihama-nct.ac.jp/demae/</a> | 新居浜工業高等<br>専門学校                                       | 詳細については、ホームページをご確<br>認ください。      | 4週間前       |

## 出前講座メニュー【市民・団体編】

| 分類                               | 番号  | 講 座 名                           | 講 師 名 ・ 団 体                                   | 講師料 | 材料費  | 申込期限       |
|----------------------------------|-----|---------------------------------|-----------------------------------------------|-----|------|------------|
| 教育                               | 401 | 大学教授体験おもしろ話                     | 森賀 盾雄<br>(愛媛大学元教授・人間環境<br>大学アカデミック<br>アドバイザー) | —   | —    | 2週間前       |
| 国際                               | 402 | 地雷原の村での挑戦<br>～カンボジア農村部の復興～      | 認定NPO法人国際地雷処理・<br>地域復興支援の会<br>(IMCCD)         | 相談  | —    | メールで<br>調整 |
|                                  | 403 | 韓国語講座                           | 申 宝城<br>(日韓文化交流(宝)韓国語を<br>話す会)                | 相談  | 相談   | 6週間前       |
|                                  | 404 | 韓国料理講座                          | 申 宝城<br>(日韓文化交流(宝)韓国料理)                       |     |      |            |
|                                  | 405 | 紙芝居タカラ                          | 申 宝城<br>(日韓文化交流(宝))                           | 相談  | —    |            |
| 人文<br>科学                         | 406 | 明治大洪水に学ぶ                        | 森賀 盾雄<br>(愛媛大学元教授・人間環境<br>大学アカデミック<br>アドバイザー) | —   | —    | 2週間前       |
|                                  | 407 | 産業遺産で未来のまちづくり                   |                                               |     |      |            |
|                                  | 408 | 新居浜市誕生物語                        |                                               |     |      |            |
|                                  | 409 | 新居浜の歴史よもやまばなし                   | 内海 清慈                                         | 相談  | 有    | 1週間前       |
|                                  | 410 | 写真でたどるにいはま今、昔                   | 松山 明子                                         | —   | —    | 2週間前       |
|                                  | 411 | 別子銅山の歴史                         | 新居浜観光ガイドの会                                    | 相談  | 有    | 3週間前       |
| 芸術<br>文化<br>レク<br>リ<br>エー<br>ション | 412 | 生き生きコーラス                        | 大沢 幸<br>(平日のみ)                                | 相談  | —    | 1～2週間前     |
|                                  | 415 | 片手(利き手)で美しく!! 楽しく!! ピアノレッ<br>スン | 十河 治幸<br>(今治明德短期大学 講師)                        | 相談  | 有    | 2週間前       |
|                                  | 416 | 郷土芸能<br>別子銅山せつとう節の歌と踊り          | 別子銅山せつとう節保存会                                  | —   | —    | 4週間前       |
|                                  | 417 | 郷土芸能の保存と実技                      | 新居浜市郷土芸能保存<br>連絡協議会                           | —   | —    | 4～5週間前     |
|                                  | 418 | 小女郎たぬき踊りの披露と要望あれば指導             | 小女郎たぬき踊り保存会                                   | —   | —    | 4週間前       |
|                                  | 419 | お話会                             | 回転木馬<br>(平日の日中・相談による)                         | —   | —    | 2週間前       |
|                                  | 420 | 昔話・絵本・紙芝居・手遊び等で楽しむお話し会          | 民話の里・すみの<br>(平日の日中・相談による)                     | —   | —    | 4週間前       |
|                                  | 421 | 人形劇の公演<br>(※7月・8月は受付していません)     | 人形劇団ふきのとう                                     | —   | —    | 5週間前       |
|                                  | 422 | にいはま弁でむかし話を語る                   | あかがね座                                         | 交通費 | コピー代 | 4週間前       |

## 出前講座メニュー【市民・団体編】

| 分類               | 番号        | 講 座 名                                       | 講 師 名 ・ 団 体               | 講師料 | 材料費  | 申込期限  |
|------------------|-----------|---------------------------------------------|---------------------------|-----|------|-------|
| 芸術文化<br>レクリエーション | 423       | 川柳を楽しみましょう                                  | にいはま川柳会                   | 相談  | コピー代 | 4週間前  |
|                  | 424       | 手づくりおもちゃを作ってみませんか                           | 新居浜市おもちゃ図書館<br>きしゃボッポ     | —   | 有    | 8週間前  |
|                  | 425       | 親子で簡単工作<br>(未就学児と保護者対象)                     | 男の子育てサークル<br>DADDY        | —   | 有    | 3週間前  |
|                  | 426       | 一閑張り体験教室                                    | えひめ一閑張倶楽部<br>(月曜・木曜のみ)    | 相談  | 有    | 2週間前  |
|                  | 427       | キャンドルアート(ろうそくアート)                           | hanano namae              | 相談  | 有    | 4週間前  |
|                  | 428       | ファミ読のススメ!                                   | 合田 美由紀                    | 相談  | —    | 4週間前  |
|                  | 429       | 子育てを楽しむ絵本セラピー                               |                           | —   | 有    |       |
|                  | 430<br>新規 | ジブンのトリセツ -手帳術-                              | 竹林 貴美                     | 相談  | 有    | 2週間前  |
|                  | 472<br>新規 | 4つの図形でわたしを発見☆-グラフィックカウンセリング®入門講座-           | 日本グラフィックカウンセリング協会         | 有   | —    | 7週間前  |
| 生活               | 431       | 家計簿にチャレンジ!<br>～健全な社会は健全な家計から～               | 新居浜友の会<br>(平日AMのみ)        | 相談  | 有    | 6週間前  |
|                  | 432       | ®鍋帽子でエコクッキング                                |                           |     |      |       |
|                  | 433       | 味噌作り講座(7月及び8月に開催)                           |                           |     |      |       |
|                  | 434       | 子育てお母さんの居場所づくり                              |                           |     | —    |       |
|                  | 435       | 年金制度全般について                                  | 社会保険労務士 三木事務所<br>(平日夜間のみ) | —   | —    | 4週間前  |
|                  | 436       | 法律講座「契約とカードの知識」                             | 愛媛県司法書士会 西条支部             | 相談  | —    | 2週間前  |
|                  | 437       | 法律講座「保証の世界」                                 |                           |     |      |       |
|                  | 438       | 法律講座「成年後見制度」                                |                           |     |      |       |
|                  | 439       | 法律講座「遺言を残しませんか」                             |                           |     |      |       |
|                  | 440       | 遺言・相続・成年後見について                              | 愛媛県司法書士会                  | 有   | —    | 8週間前  |
|                  | 441       | 保護司とは?地域社会が支える更正保護を求めて                      | 新居浜地区保護司会                 | —   | —    | 1週間前  |
|                  | 442       | 職場のメンタルヘルス対策講座<br>(オンライン受講可)                | アウェアネス                    | 相談  | —    | 4週間前  |
|                  | 443       | 『アロマでハッピーライフ』<br>～精油の身近な使い方～                | 廣見 陽子                     | 相談  | 有    | 4週間前  |
|                  | 444       | ビューティーレッスン講座(WEB講座も対応可)<br>(平日の日中のみ)        | POLA新居浜店                  | 相談  | —    | 4週間前  |
|                  | 445       | がん患者さんのメイクのコツ、がん患者さんの<br>メイクお悩み相談室(平日の日中のみ) |                           | —   | —    |       |
|                  | 446<br>新規 | 毎日充分すぎるくらいがんばっている「ママにエール」を!                 |                           | —   | —    | 12週間前 |
|                  | 471<br>新規 | 不安解消!!見守る子育ての秘訣                             | 神野 美佳<br>(ここね保育園 園長)      | —   | —    | 1週間前  |

## 出前講座メニュー【市民・団体編】

| 分類 | 番号        | 講 座 名                                                  | 講 師 名 ・ 団 体                | 講師料 | 材料費                            | 申込期限 |
|----|-----------|--------------------------------------------------------|----------------------------|-----|--------------------------------|------|
| 健康 | 447       | カジュアル・ミュージックセラピー（認知行動療法を借用して）<br>～音楽療法を生活に取り入れてストレス軽減～ | 十河 治幸<br>（今治明德短期大学 講師）     | 相談  | 有                              | 2週間前 |
|    | 448<br>新規 | サウンド ヒーリング                                             | hanano namae               | 相談  | 有                              | 4週間前 |
|    | 449       | 食べることの大切さ<br>～子どものための食育講座～                             | 料理教室アールジー                  | 有   | —                              | 2週間前 |
|    | 450       | ハッピー食育講座<br>～楽しく気軽に今日からトライ～                            |                            |     |                                |      |
|    | 451       | 骨盤ダイエット講座（カイロプラクティック）                                  | クリニカルカイロ ラクロス<br>（平日のみ）    | —   | —                              | 4週間前 |
|    | 452       | 親子で歪み発見                                                |                            |     |                                |      |
|    | 453       | フェムテック（女性特有の悩みから解放）                                    |                            |     |                                |      |
|    | 454<br>新規 | 人生100歳時代の健康法                                           |                            |     |                                |      |
|    | 455       | ゆがみ解消運動                                                | ラ・クールス                     | —   | 有                              | 4週間前 |
|    | 456       | ゆがまない体作り                                               |                            |     |                                |      |
|    | 457       | 軽スポーツ教室                                                | 楽 SPO船木                    | 相談  | —                              | 5週間前 |
|    | 458       | だれでもわかる血液の話 ※                                          | 吉川 弥生<br>（休日のみ・要相談）        | —   | ※各種<br>測定を<br>希望す<br>る場合<br>は有 | 6週間前 |
|    | 459       | だれでもわかる血管の話 ※                                          |                            |     |                                |      |
|    | 460       | だれでもわかる体温の話                                            |                            |     |                                |      |
|    | 461       | だれでもわかる自律神経の話 ※                                        |                            |     |                                |      |
|    | 462       | からだを冷やす食べ物と温める食べ物                                      |                            |     |                                |      |
|    | 463       | フレイルにならないために<br>～元気でいつづけるには～                           | 宅配クック123 新居浜店<br>（平日の日中のみ） | —   | 相談                             | 4週間前 |
| 福祉 | 464       | 手話ははじめの一步                                              | 手話サークル たけの子                | 相談  | —                              | 2週間前 |
|    | 465       | 楽しい手話<br>（受講対象は、子ども7～12歳）                              | 手話サークル さくら                 | —   | —                              | 4週間前 |
|    | 466       | 電動モビリティ試乗体験会・交通安全講習会                                   | 株式会社セリオ松山営業所<br>（平日の日中のみ）  | —   | —                              | 6週間前 |
|    | 467       | 人の心によりそう傾聴ってなあに？                                       | 斎藤 ミヤ<br>（傾聴ボランティア クローバー）  | —   | —                              | 4週間前 |
|    | 468<br>新規 | 家の終活セミナー                                               | (社)空き家アドバイザー協議会            | —   | —                              | 相談   |
|    | 473<br>新規 | 子ども食堂入門講座                                              | 新居浜子ども食堂中村松木店              | 有   | —                              | 7週間前 |
| 防災 | 469       | 避難所運営ゲーム（ハグ）                                           | 新居浜防災士ネットワーク               | 相談  | —                              | 4週間前 |
| 環境 | 470<br>新規 | 日常の“もったいない”からSDGsに取り組もう                                | にいはま生涯学習センター<br>SDGs未来の会   | —   | —                              | 4週間前 |