

令和8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、電子申請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	4～5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（開催可能期間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	○ 平日PMのみ
	104	固定資産税及び都市計画税の評価と課税について（開催可能期間5～7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	新居浜市のプロモーションについて～合言葉はHello！NEW新居浜～	シティ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	○ 夜間も可能
	110 新規	新居浜市内を観光してみませんか？（10月上旬～中旬は除く）	観光物産課	意外に行ったことがない地元観光スポット、観光施設を紹介	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（4～7月は開催不能）	介護福祉課	介護保険制度のしくみ・概要について 介護認定、介護サービスの種類、介護保険料の現状などについて	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		
	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）		
	116	社会資源を活用して「わくわく生活」を続けよう		移動スーパー、宅配等の社会資源を紹介し、住み慣れた地域で暮らし続けるために出来ることを考える		
	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		
	118	後期高齢者医療制度の仕組みについて（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	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
	120 新規	イライラしない子育て講座（10名～20名程度）	こども未来課	家庭で取り入れやすい具体的な子育てのコツをお伝えします。 下記の3つのコースから選択 ・子どもと上手にコミュニケーションをとるコツ～伝わりやすい指示【言語編】～ ・子どもをうまくほめるコツ～子どものほめ方・認め方～ ・子育ての基礎～ベビー期コミュニケーション～	6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	121	～新居浜のおいしい水を、子どもたちへ～ 「新居浜市水道事業」の取り組み	企画経営課 工務課 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
	122	わがまちの下水道	企画経営課 工務課	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
	123	正しい分別でゴミの減量に繋げよう！	廃棄物対策課	ごみの分別方法（プラスチック容器包装、古紙類、布類など燃やすぐみと間違いやすい分別）について	4週間前	相談による
	124	生ごみたい肥化導入編 ～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		
	125	生ごみたい肥化応用編 ～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）		
	126 新規	みんなで取り組もう「デコ活」！！	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）	「デコ活」とは何か。脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動「デコ活」について紹介	3週間前	○ 相談による
	127	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	128	すくすく子育て！応援講座 ～親と子の絆づくり～	健康づくり推進本部（事務局 健康推進課）	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	○
	129	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）		○ 相談による
	130	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）		○
	131	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）		○
	132	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
	133	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	○
	134	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		
	135	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		
	136	お口から始まる健康づくり ～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		
	137	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		
	138	こどもまんなかクエスト （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ババママとなり、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	139	悪質商法にご用心 (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 月・水・金 の日中
	140	私たちのまわりの消費者トラブル		消費者トラブル実例とその解決策などについて(ワークショップも可)		
	141	多重債務に陥らないために (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		
	142	社会人の消費者トラブル (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		
	143	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		
	144	消費生活こんだん会 ”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		
	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	相談による
	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
地域づくり	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	○
	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		
国際	152	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	6週間前	相談による
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	4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

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	155	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
	156	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	157	人権教育課（65-1243）へ直接、電話申込をお願いします。（3月対応不可）	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 交通	158	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	159	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	相談による
防災	160	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	4週間前	平日・休日の日中
議会	161	議会のしくみ（議会開会中は除く）	議会事務局 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	○ 議会開会中は除く
施設 案内	162	ごみはどうなるの？（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 (平日の日中のみ)	交通事故防止、交通ルール、交通安全等に関すること 約30～60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	心臓の病気にならない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 (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？(※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～地域みんなで子どもを育てる～		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	

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	222 新規	薬で損しないために ～高齢者と家族で考える安全な薬 の使い方～（※WEB対応可）	十全総合病院 (平日PMのみ)	安心・安全に薬物治療を行うために、高 齢者、およびご家族が知っておくべき ことをわかりやすく解説	8週間前
	223 新規	知っておきたい【がんの薬】ホン トのところ～抗がん薬治療Q&A～ （※WEB対応可）		抗がん薬治療はこわい？どんな治療 法？副作用は？…など、様々な疑問に ついて専門薬剤師が説明	
	224 新規	知っておきたい【便秘の薬】ホン トのところ～便秘薬Q&A～ （※WEB対応可）		便秘薬にはどのような種類があるの か？それぞれの特徴と注意すべき点を わかりやすく解説	
	225 新規	我慢はもう卒業！ お薬を味方にして、穏やかな毎日 を送るヒント（※WEB対応可）		「我慢」をもう卒業しませんか？自分 らしく穏やかに過ごすために、薬剤師 が痛みを和らげる薬の知識をお伝えし ます	
	226 新規	知って安心、糖尿病とお薬の付き 合い方（※WEB対応可）		糖尿病の基本と内服薬・インスリンの 役割を通して、治療を無理なく続ける ためのポイントをお伝えします	
	227	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	
	228	介護予防について （※WEB対応可）		介護予防の内容と目的、運動方法につ いて	
	229	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	
	230	腰痛と予防体操について （※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	
	231	認知症予防について		リハレクしましょう	
	232	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	
	233	安全で楽しい食事のために ～嚥下障害について～ （※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を提 案します	
	234	骨盤底筋を鍛えて、尿漏れ予防！ 食事で快便！（※WEB対応可）		尿もれ、便秘や下痢の改善方法をわか りやすく説明	
	235	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	
	236	排尿障害について ～どんな薬があるの？～ （※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	
	237	胃がん ～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
	238	大腸がん ～早く見つけて楽に治そう～		平日PM 要相談	
	239	C型慢性肝炎から肝がんまで		相談による	
	240	糖尿病の予防、検査、治療		相談による	
	241	糖尿病について		相談による	
	242	放射線治療の話		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	243	負担の少ない大腸がん手術（ダビンチ）	住友別子病院	相談による	8週間前
	244	動脈硬化について		相談による	
	245	泌尿器科領域におけるダビンチ手術		相談による	
	246	知っておきたい薬の常識		相談による	
	247	薬と上手に付き合うには		相談による	
	248 新規	褥瘡（床ずれ）の基本～褥瘡の原因と予防～		褥瘡の原因について正しく理解し、正しい予防方法を理解する	
	249 新規	褥瘡（床ずれ）予防に役立つスキンケア（講義と実技）		実技を通して正しいスキンケアを学ぶ	
	250 新規	褥瘡（床ずれ）予防に役立つ除圧の方法（講義と実技）		褥瘡の好発部位に対して除圧方法を実技を通して学ぶ	
	251 新規	高齢者の皮膚の特徴と皮膚障害		高齢者の皮膚の特徴を理解してもらい、皮膚障害の予防を理解する	
	252 新規	ストーマケアについて（排泄経路の違いと合併症）		ストーマについて理解を深め合併症を理解する	
	253 新規	ストーマケアについて（観察ポイントと合併症の対応）		ストーマの異常のポイントを理解し、合併症の対応を理解する	
	254 新規	ストーマケアについて（装具交換を体験する）		ストーマの装具交換を実際に行い体験する	
	255 新規	認知症とは？		認知症への理解を深めてもらい、正しい知識がもてるようにします	
	256	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	
	257 新規	脳卒中の日頃からできる予防と発見方法		相談による	
	258 新規	バイタルサインの中で呼吸数の測定がいかに重要か		相談による	
	259 新規	医療用麻薬を誤解していませんか？		相談による	
	260 新規	がん疼痛治療法の基本と評価・介入のコツ		相談による	
	261 新規	感染対策の基本、標準予防策		平日PM・相談による	
	262 新規	手洗い・手指消毒のスキルアップ（実技あり）		平日PM・相談による	
	263 新規	個人防護用具の正しい選択と着脱（実技あり）		平日PM・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	264 新規	環境整備の実際（実技あり）	住友別子病院	平日PM・相談による	8週間前
	265 新規	嘔吐物処理の実際（実技あり）		平日PM・相談による	
	266 新規	インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の感染対策		平日PM・相談による	
	267 新規	ノロウイルスと食中毒予防		平日PM・相談による	
	268 新規	薬剤耐性菌の感染対策		平日PM・相談による	
	269 新規	ケア時の具体的な感染対策		平日PM・相談による	
	270 新規	高齢者施設等における感染対策		平日PM・相談による	
	271 新規	訪問看護、訪問介護における感染対策		平日PM・相談による	
	272 新規	保育所、幼稚園における感染対策		平日PM・相談による	
	273 新規	学校における感染対策		平日PM・相談による	
	274 新規	災害時の避難所における感染対策		平日PM・相談による	
	275 新規	会社内で感染症拡大を防ぐために（企業・団体向け）		平日PM・相談による	
	276 新規	日頃から気を付けたい感染症と対策（一般向け）		平日PM・相談による	
	277	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）	
	278	AED管理方法について		30分程度	
	279	BLS（一次救命処置）		30分程度	
	280	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)	
	281	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)	
	282	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)	
	283	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)	
	284	食生活を見直してみませんか		30分程度	

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	285	検査結果の見かた	住友別子病院	30分程度	8週間前
	286	腫瘍マーカーについて		30分程度	
	287	超音波検査とは		30分程度	
	288	医療被ばく概要		30分程度	
	289	PET-CT概要		30分程度	
	290	ポータブル撮影の安全性		30分程度	
	291	ひざ関節痛の治療		ひざ関節痛について詳しく説明	4週間前
	292	腰痛はなぜ起こるか？		腰痛について詳しく説明	
	293	肩こりについて		肩こりについて詳しく説明	
	294	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	
	295	膝の痛み		膝痛について詳しく説明	
	296	腰痛の治療と予防		腰痛について詳しく説明	
	297	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
	298	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
	299	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
	300	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
	301	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
	302	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
	303	職場でできる感染管理（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
	304	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
	305	肩こりについて（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

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	306	安全に食べるために ～食事介助と口腔ケア～	愛媛労災病院	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
	307	腰痛、ひざ痛予防体操と工夫 (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
	308	動いて防ごう生活習慣病! (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
	309	産後の腰痛		・運動で腰痛予防 ・産後、安全にできる運動 ・動作で腰痛予防 について	
	310	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	
	311	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	
	312	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	
	313	【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	
	314	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	
	315	糖尿病予防のための食生活のポイ ント			
	316	心不全予防のための食生活のポイ ント			
	317	減塩の進め方			
	318	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	
	319	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		
	320	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 マメ知識など	4週間前
	321	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 の治療法について	
	322	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、 高脂血症の克服法など	
	323	眼にご用心		白内障、緑内障、老眼等、目に関する 様々な疑問にお答え	
	324	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 査、治療方法について	
	325	ちょっと考えてみませんか?あな たの生活習慣		高血圧、脳卒中、糖尿病など、なぜ、 生活習慣病は怖い?	
	326 新規	ちょっと考えてみませんか?あな たの生活習慣～フレイル～		要介護状態にならないように「フレイ ル」のチェックをして、無理のない範 囲での予防について	

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	327	薬の副作用の話	新居浜協立病院	お薬を飲む時の注意事項	4週間前
	328	睡眠薬の話		睡眠薬の種類と説明、頼りすぎずに寝る方法	
	329 新規	知ってほしいお薬の飲み方		薬の対する基本的な知識をQ&A方式で学んでいける楽しい講座	
	330	いきいきと生きて逝くために		生きるためにすること、自分の最後について考えてみませんか	
	331	入れ歯は夜寝る時はすすの？はすすさないの？	新居浜市 歯科医師会	入れ歯の構造や特徴、取り扱い方について	5週間前
	332	杖や歩行器の使い方 (要講師料)	愛媛県リハビリテーション 専門職協会	杖・歩行器の選択や使い方を学ぶ機会として	4週間前
福祉	333	高齢者疑似体験	新居浜市社会福祉 協議会 (ボランティア・市民活動センター) (平日の日中のみ)	疑似体験セットを装着し、身体の変化を体験することで高齢者への接し方やサポート方法等を学ぶ(動きやすい服装・ズボン着用)	6週間前
	334	車椅子体験		車椅子の取り扱い方法や押し方、介助する体験をし、自分にできることを具体的に考える	
	335	アイマスク体験		目の不自由な人の気持ちを理解し、接し方や介助の仕方を学ぶ	
防災	336	災害ボランティアの取り組み ～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、過去の水害の様子から学ぶ	
貿易 物流	337	税関における密輸取締と新居浜港の貿易概況について	新居浜税関支署 (平日の日中のみ)	・不正薬物の密輸取締りの現状、新居浜港の貿易概況等について ・海外旅行における注意事項について	4週間前
	338	「みなと」と「くらし」 ～みなとの役割を考える～	新居浜港務局	・新居浜港の様子、港の役割等について ・船が着くころ(岸壁)の構造について	2週間前
地域	339	少子高齢社会における高齢者の社会参加	(公社)新居浜市シルバー人材センター (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えて講話	3週間前
科学	340	静電気の実験ほか https://www.i-kahaku.jp/ 参照	愛媛県 総合科学博物館	静電気について、わかりやすく実験で紹介など	4週間前
学校	341	新居浜高専出前講座 https://www.niihamanct.ac.jp/demae/	新居浜工業高等 専門学校	詳細については、ホームページをご確認ください。	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 (愛媛大学元教授・人間環境 大学アカデミックアドバイ ザー)	—	—	2週間前
国際	402	地雷原の村での挑戦 ～カンボジア農村部の復興～	認定NPO法人国際地雷処理・ 地域復興支援の会 (IMCCD)	相談	—	メールで 調整
人文 科学	403	明治大洪水に学ぶ	森賀 盾雄 (愛媛大学元教授・人間環境 大学アカデミックアドバイ ザー)	—	—	2週間前
	404	産業遺産で未来のまちづくり				
	405	新居浜市誕生物語				
	406	新居浜の歴史よもやまばなし	内海 清慈	相談	有	1週間前
	407	写真でたどるにいはま今、昔	松山 明子	—	—	2週間前
	408	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 文化 レク リ エー ション	409	生き生きコーラス	大沢 幸 (平日のみ)	相談	—	1～2週間前
	410	片手(利き手)で美しく!! 楽しく!! ピアノレッスン	十河 治幸 (今治明徳短期大学 講師)	相談	有	2週間前
	411	郷土芸能 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
	412	郷土芸能の保存と実技	新居浜市郷土芸能保存 連絡協議会	—	—	4～5週間前
	413	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
	414	お話会	回転木馬 (平日の日中・相談による)	—	—	2週間前
	415	民話・絵本・紙芝居・手遊び等で楽しむお話し 会	民話の里・すみの (平日の日中)	—	—	4週間前
	416	にいはま弁でむかし話を語る	あかがね座	相談	—	8週間前
	417	川柳を楽しみましょう	にいはま川柳会	相談	有	4週間前
	418	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 きしゃポッポ	—	有	8週間前
	419	親子で簡単工作 (未就学児と保護者対象)	男の子育てサークル DADDY	—	有	3週間前
	420	一閑張り体験教室	えひめ一閑張倶楽部 (月曜・木曜・休日の 日中のみ)	有	有	2週間前
	421	キャンドルアート(ろうそくアート)	hanano namae	相談	有	4週間前
	422	ファミ読のススメ!	合田 美由紀	相談	—	4週間前
	423	子育てを楽しむ絵本セラピー		—	有	

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 レクリ エーシ ョン	424	今日を書き、人生を作る -パレットジャーナルに学ぶ手帳術	竹林 貴美	相談	有	2週間前
	425	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
	463 新規	パステルアートとふで文字を楽しんでみませんか？	にこふで そら日和	有	—	8週間前
生活	426	家計簿にチャレンジ！ ～健全な社会は健全な家計から～	新居浜友の会 (平日AMのみ)	相談	有	6週間前
	427	®鍋帽子でエコクッキング				
	428	味噌作り講座（7月及び8月に開催）				
	429	子育てお母さんの居場所づくり			—	
	430	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
	431	法律講座「保証の世界」				
	432	法律講座「成年後見制度」				
	433	法律講座「遺言を残しませんか」				
	434	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
	435	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
	436	『アロマでハッピーライフ』 ～精油の身近な使い方～	廣見 陽子	相談	有	4週間前
	437	ポーラビューティーレッスン	ポーラ新居浜店 (平日の日中のみ)	相談	有	4週間前
	438	心がスッと軽くなる見守る子育てのコツ	子ども未来創造ラボ	—	—	1週間前
	439 新規	子どもの心を豊かにするおもちゃの選び方		—	—	1週間前
健康	440	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） ～音楽療法を生活に取り入れてストレス軽減～	十河 治幸 (今治明德短期大学 講師)	相談	有	2週間前
	441	サウンド ヒーリング	hanano namae	相談	有	4週間前
	442	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 (相談による・※は平日の み)	—	—	6週間前
	443	子供から年配者までよい姿勢になろう				
	444 新規	マタニティー（産前・産後）講座				
	445	人生100歳時代の健康法 ※				
	446	ゆがみ解消運動	ラ・クルス	—	有	4週間前
	447	ゆがまない体作り				
	448	軽スポーツ教室	楽 SPO船木	相談	—	5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	449	だれでもわかる血液の話 ※	吉川 弥生 (休日のみ・要相談)	—	※各種測定を希望する場合は有	6週間前
	450	だれでもわかる血管の話 ※				
	451	だれでもわかる体温の話				
	452	だれでもわかる自律神経の話 ※				
	453	からだを冷やす食べ物と温める食べ物				
	454	フレイルにならないために ～元気でいつづけるには～	宅配クック123新居浜・西条店 (平日の日中)	—	有	4週間前
福祉	455	手話はじめの一步	手話サークル たけの子	相談	—	2週間前
	456	楽しい手話 (受講対象は、子ども7～12歳)	手話サークル さくら	—	—	4週間前
	457	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 (平日の日中)	—	—	6週間前
	458	人の心によりそう傾聴ってなあに？	斎藤 ミヤ (傾聴ボランティア クローバー)	—	—	4週間前
	459	家の終活セミナー	(社)空き家アドバイザー協議会	—	—	相談
	460	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	461	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	462	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 SDGs未来の会	—	—	4週間前