

お知らせ

| | | | |
|-----------------------------|--------|-------|--------|
| あなたの気づき・勇気が「子ども虐待防止」につながります | 子育て支援課 | ☎6514 | 30～60分 |
|-----------------------------|--------|-------|--------|

子ども虐待とはどのような行為なのか。子どもへの虐待の影響・虐待に気づくためのポイントなどわかりやすく説明します。

健康

| | | | |
|------------------|-------|-------|-----|
| 子育て応援ワンポイントアドバイス | 健康推進課 | ☎7779 | 60分 |
|------------------|-------|-------|-----|

乳幼児の生活やその中に潜む事故の危険性および対応の仕方についてお話します。

| | | | |
|--------------|-------|-------|-----|
| ぽっこりお腹に要注意！！ | 健康推進課 | ☎7779 | 90分 |
|--------------|-------|-------|-----|

昨年度から始まった、特定健診と長浜市健診体制についてわかりやすくお話します。また、特定健診で注目されているメタボリックシンドロームについてお話します。

| | | | |
|------------------------|-------|-------|--------|
| ちょっと遠いようで、実は身近な「がん」のお話 | 健康推進課 | ☎7779 | 60～90分 |
|------------------------|-------|-------|--------|

日本では、男性の2人に1人、女性の3人に1人が「がん」にかかる時代になりました。ちょっと遠いようで、実は身近な「がん」のお話、みなさんで聞いてみませんか？

| | | | |
|----------------|-------|-------|-----|
| 国民健康保険の疑問に答えます | 保険医療課 | ☎6512 | 60分 |
|----------------|-------|-------|-----|

「保険料はどうやって決まるの？」、「納付方法は？」、「どんな給付が受けられるの？」、「自己負担額は？」など、国民健康保険全般について説明します。

| | | | |
|-------------|-------|-------|--------|
| 長寿医療制度のあれこれ | 保険医療課 | ☎6527 | 40～60分 |
|-------------|-------|-------|--------|

長寿医療（後期高齢者医療）制度について詳しく説明します。

くらし

| | | | |
|----------------------------|---------|-------|--------|
| 明るい選挙のすすめ ～考えてみませんか、大切な一票～ | 選挙管理委員会 | ☎6503 | 30～60分 |
|----------------------------|---------|-------|--------|

選挙の制度やしぐみ、ひとりの有権者として選挙運動に関係する場合に気をつけなければならないことなどを説明します。

| | | | |
|-------------------------|-------|-------|-----|
| 新交通システム・デマンドタクシーの利用について | 企画調整課 | ☎6505 | 45分 |
|-------------------------|-------|-------|-----|

浅井地域、西黒田・神田地域、びわ地域で運行するデマンドタクシーの利用方法（登録方法、受付、乗車方法）について説明します。

環境

| | | | |
|----------------------|-------|-------|--------|
| 身近な環境問題 ～私たちの暮らしと環境～ | 環境保全課 | ☎6513 | 45～60分 |
|----------------------|-------|-------|--------|

次の内容について、わかりやすく説明します。 ・ごみの分け方・出し方の疑問点について ・長浜市のごみの現状と課題をはじめ、地球温暖化といった地球規模で起きている環境問題について

| | | | |
|----------------------|-------|-------|--------|
| 下水道のしくみと長浜市の公共下水道の歩み | 上下水道課 | ☎1600 | 45～60分 |
|----------------------|-------|-------|--------|

各家庭や事業所から出る汚水はどのように処理されて琵琶湖に還るのでしょうか？流域下水道処理施設のビデオ鑑賞と、昭和58年から始まった市の下水道の歩み、普及促進について紹介します。

防災・防犯

| | | | |
|----------|-----|-------|-----|
| 自主防災のすすめ | 総務課 | ☎6555 | 60分 |
|----------|-----|-------|-----|

地震や水害などで予測される本市での被害想定や危険性などの説明をはじめ、自助・共助による自主防災の必要性、自主防災組織の取り組み、防災関係補助メニューなどを紹介します。

お知らせ

長浜市行政出前講座MENU ー講座の出前、承ります！ー

市民のみなさんが、知りたい、聞きたい市の施策や制度などについて、市の職員が直接出向いてお話しする「行政出前講座」。

「行政の制度はわかりにくい」、「私のまちの歴史が知りたい」、「健康を保つには？」など、みなさんが日ごろ感じておられる身近な疑問など、市政について気軽に学んでいただけます。

今年は39講座。お気軽にご注文ください。

ご注文の方法は？

- 注文できる人 市内在住または在勤の10人以上(参加者)のグループ ※自治会や老人クラブ、まちづくり委員会、趣味・同好会など
- 注文方法 各担当課へ直接電話で、ご希望の講座名、出前希望日、グループ名および代表者名、連絡先、参加人数、会場をお知らせください。
- 会場 お申込されたグループでご用意ください。
- 料金 無料。ただし、会場使用料などの経費、原材料費などはお申込グループでご負担ください。

講座に関する全般的なお問合せは 市民協働課（☎8722）へ

表の見かた

| 講座名 | 担当課 | 連絡先 | 所要時間 |
|-----|-----|-----|------|
|-----|-----|-----|------|

福祉

| | | | |
|---------------|-----|-------|--------|
| しょうがい福祉のまちづくり | 福祉課 | ☎6518 | 60～90分 |
|---------------|-----|-------|--------|

障害者自立支援法に基づくしょうがい福祉サービスのほか各種支援事業について説明します。また、しょうがいのあるなしに関わらず、誰もが自分らしい生活を送ることのできる、すみよいまちづくりについてみなさんとともに話しあって考えます。

| | | | |
|---|-----|-------|--------|
| 長浜市避難支援・見守り支えあい制度について ～地域で支える 避難支援と日ごろの見守り～ | 福祉課 | ☎6519 | 30～60分 |
|---|-----|-------|--------|

長浜市避難支援・見守り支えあい制度の内容や長浜市避難支援・見守り支えあい計画（個別計画）の作成について説明します。

| | | | |
|----------|---------|-------|-----|
| 介護保険のいろは | 高齢福祉介護課 | ☎7789 | 60分 |
|----------|---------|-------|-----|

介護保険についての情報や上手に介護保険を使うための情報をお知らせします。

| | | | |
|--------------|---------|-------|-----|
| 認知症サポーター養成講座 | 高齢福祉介護課 | ☎7789 | 60分 |
|--------------|---------|-------|-----|

認知症の人が安心して暮らせるまちになるために、長浜市認知症キャラバンメイトが認知症サポーターを養成する講座を行います。この講座を受けていただいた人は認知症サポーターとなり、その証として「認知症の人のためにお手伝いします」というメッセージがある「オレンジリング」をお渡しします。

| | | | |
|------------------------|---------|-------|-----|
| あなたは大丈夫？認知症は人ごとではありません | 高齢福祉介護課 | ☎7789 | 60分 |
|------------------------|---------|-------|-----|

認知症になっても地域で暮らしつづけられるように、地域住民のかかわりや地域づくりの大切さ、介護福祉サービスの利用等について、介護あんしん窓口職員の劇で啓発します。

| | | | |
|--------------------------|---------|-------|-----|
| お口の元気はからだの元気 口からはじまる介護予防 | 高齢福祉介護課 | ☎7789 | 60分 |
|--------------------------|---------|-------|-----|

高齢期を有意義に過ごすためには、おいしく食べ、楽しく話し、大いに笑うことが大切です。口の元気はからだの元気につながることから、口腔機能を見直し、口の清掃や口腔体操の重要性を学びます。

| | | | |
|-------------------------|---------|-------|-----|
| 介護予防 ～食べ方の工夫で今日からいきいきと～ | 高齢福祉介護課 | ☎7789 | 60分 |
|-------------------------|---------|-------|-----|

低栄養状態になると、筋力が低下し、転倒や骨折を起こしやすくなるだけでなく、日常生活動作が徐々に低下し、やがては介護状態を引き起こします。高齢期をいきいきと過ごせるための食生活について、管理栄養士や介護予防栄養サポーターから学びます。

| | | | |
|-----------------------|---------|-------|-----|
| 介護予防 ～転ばないからだづくりのために～ | 高齢福祉介護課 | ☎7789 | 60分 |
|-----------------------|---------|-------|-----|

下肢筋力向上体操「ながはまきんせ体操」を普段の生活の中で実践できるように介護予防運動サポーターとともに実践を交えて紹介します。