

お知らせ

認知症を正しく理解して予防しましょう	地域包括支援課	☎65-7841	60～90分
--------------------	---------	----------	--------

認知症は予防したり、進行を遅くしたりすることができる病気です。認知症を正しく理解して、予防する方法を学びます。

介護予防～お口の元気はからだの元気 口からはじまる介護予防～	地域包括支援課	☎65-7841	60～90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について歯科衛生士から学びます。

介護予防～食べ方の工夫で今日からいきいきと～	地域包括支援課	☎65-7841	60～90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から学びます。

介護予防～転ばないからだづくりのために～	地域包括支援課	☎65-7841	60～90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。

介護予防～自分の体の能力を知ろう～	地域包括支援課	☎65-7841	60～90分
-------------------	---------	----------	--------

自分の体の能力を知ることは介護予防の第一歩です。筋力・柔軟性・バランス能力などの測定をします。

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	☎65-6544	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。

教育

絵本の読み聞かせってなあに？	教育指導課 長浜図書館	☎63-2122	60～120分
----------------	----------------	----------	---------

学校や家庭で、盛んに行われている読み聞かせ。実際にやってみたくけれど、どうすれば？絵本の選び方や、対象にあわせた読み聞かせの仕方などをわかりやすく紹介します。

文化・歴史

長浜にのこる文化財	文化財保護センター	☎64-0395	60分
-----------	-----------	----------	-----

市内の遺跡、史跡、建造物などについて、分かりやすくお話しします。

歴史文化に関する講座を出前します	長浜城歴史博物館	☎63-4611	30～90分
------------------	----------	----------	--------

長浜城歴史博物館では、学芸員が湖北地域の自治会やサークル活動などの会場に出張し、歴史にまつわる講座を開催します。「戦国武将に関する話を聞きたい」やあるいは「地元の歴史について深く知ってみたい」など、市民のみなさんの歴史文化に関するあらゆるご要望に出来る限りお答えします。

国際交流

ブラジルからボアタイジ！（こんにちは！） ～お互いの文化を知ろう～	市民自治振興課	☎65-8711	60分
--------------------------------------	---------	----------	-----

地域の中で異文化を理解し、多文化共生を促進するため、ブラジル国籍の国際交流員がブラジルの生活習慣や伝統・文化について紹介します。また、外国人市民向けに、日本の生活習慣や文化についても説明します。

お知らせ



消費生活

消費者トラブル110番	環境保全課	☎65-6567	90～120分
-------------	-------	----------	---------

次の内容について、わかりやすく説明します。
・悪質商法のトラブルに遭わないための啓発
・トラブルに遭ってしまったときの相談窓口の紹介



産業

バイオをつかった産業おこし	商工振興課（長浜バイオキューベーションセンター）	☎62-4810	120分
---------------	--------------------------	----------	------

バイオテクノロジーとは、生物の持つさまざまな働きを上手に利用し、私たち人間の生活や環境保全に役立たせようという技術です。最近、遺伝子組み換え技術やクローン技術などの先端技術が話題になっていますが、醤油、みそ、ヨーグルト、鮎寿司など昔からつくられている発酵技術や植物の品種改良技術も実は身近なバイオテクノロジーなのです。長浜バイオインキュベーションセンターに入居されている企業の事業紹介をはじめ、本市が進めている、地域農林水産物とバイオテクノロジーを活用して新たな長浜ブランドをつくる「長浜アグリバイオプロジェクト」の紹介などをします。



健康

子育て応援ワンポイントアドバイス	健康推進課	☎65-7779	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します。

ぽっこりお腹に要注意!!～メタボリックシンドロームを予防しよう～	健康推進課	☎65-7779	90分
----------------------------------	-------	----------	-----

最近話題のメタボリックシンドロームとその予防方法についてお話しします。

ちょっと遠いようで、実は身近な「がん」のお話	健康推進課	☎65-7779	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？

後期高齢者医療制度のあれこれ	保険医療課	☎65-6527	30分
----------------	-------	----------	-----

後期高齢者医療制度のあらましやこれからの保険制度についてわかりやすく説明します。

みんなでささえるみんなの国保	保険医療課	☎65-6512	30分
----------------	-------	----------	-----

国保制度や国保の現状、これからの保険制度についてわかりやすく説明します。



福祉

しょうがい福祉のまちづくり	しょうがい福祉課	☎65-6518	60分
---------------	----------	----------	-----

身体・知的・精神・発達等にしょうがいのある人・子どもの生活を支える事業（障害者自立支援法サービスなど）や社会参加・就労・教育など生涯を通じた支援のしくみ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、住みよいまちづくりについてみなさんと考えます。

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～	社会福祉課	☎65-6536	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	☎65-7789	60分
----------	---------	----------	-----

介護保険についての知識や上手に介護保険を使うための知識を啓発します。

認知症になっても安心して暮らせるまちづくり ～認知症サポーター養成講座～	地域包括支援課	☎65-7841	60～90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。受講いただいた人は認知症サポーターとなり、その証として「認知症の方のためにお手伝いします」というメッセージのある「オレンジリング」をお渡しします。