

TOPICS

介護保険のいろは	高齢福祉介護課	☎65-7789	30分
「介護保険サービスってどんなものがあるの?」「要介護認定はどうやって受けたいの?」など、介護保険制度のしくみやサービスの利用方法についてお話しします。			
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。この講座を受けていただいた人は、認知症サポーターの証として「認知症の人のためにお手伝いします」というメッセージのある「オレンジリング」をお渡しします。			
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	70～90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	70～90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、試食を交えながら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	70～90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、介護予防サポーターとともに実践を交えて紹介します。			
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 市立図書館	☎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。実際にやってみたいけれど、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

歴史体験講座	教育総務課 文化財保護センター	☎64-0395	30～90分
《体験講座》1.勾玉を作ろう～古代の装身具～蠟石を削って勾玉を作ります。古代の技術を体験し、製作する感動が得られます。サンドペーパーで作るので安全です。(材料費300円～500円) 2.火おこしをしよう 古代の人々がどのようにして火を起こしていたかを体験できます。また、火の大切さについても学びます。 3.縄文時代の模様を描こう 縄文土器の文様を紙粘土に描きます。(材料費100円)			
長浜の歴史を学ぶ	教育総務課 文化財保護センター	☎64-0395	60分～90分 (講座) 120分～240分 (現地研修)
《講座》1.長浜市の古代を学ぶ(縄文時代から奈良時代までの歴史を遺跡を中心に学びます) 2.戦国時代の長浜(戦国時代の長浜をわかりやすく説明します) 3.長浜の遺跡を知る(葛籠尾崎湖底遺跡、史跡古保利古墳群などの遺跡を解説します) 4.湖北の仏像(仏像の見方や市内にある仏像のお話です) 5.戦国大名浅井氏と小谷城(浅井亮政、久政、長政の三代の生涯から湖北の戦国時代を考えます) 《現地研修》1.小谷城跡探訪(浅井氏三代が築いた日本屈指の山城跡を探訪します。探訪のコースがいくつかあります。) 2.長浜市の歴史的な建造物(長浜市が修理を手がけた歴史的な建造物を現地で解説します。)			
歴史文化に関する講座	長浜城歴史博物館	☎63-4611	30～90分
《学芸員の歴史にまつわる講座》「戦国武将に関する話を聞きたい」や「地元の歴史について深く知ってみたい」など、市民の皆さんの歴史文化に関するあらゆる要望に出来る限りお答えします。			

国際交流

ブラジルからこんにちは!～異文化を学びましょう～	市民協働推進課	☎65-8711	60分
異文化を理解するとはどういうことか、異文化コミュニケーションで大事なことは何か、などについてブラジル国籍の国際交流員が自身の体験を交えながらお話しします。またブラジルの生活習慣や伝統、文化について紹介します。			
日本へようこそ～日本での暮らしについて学びましょう～	市民協働推進課	☎65-8711	30分～60分
外国人住民向けに、日本の生活習慣や文化、自治会という組織について、国際交流員が説明します。外国人住民が多く住む自治会からもぜひ問合せください。			

TOPICS

環境

身近な環境問題 ～私たちの暮らしと環境問題～	環境保全課	☎65-6513	45分～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 ・市の現状と課題をはじめ、地球温暖化など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・下水道経営と長浜市の公共下水道の歩み	上下水道課	☎65-1600	45分～60分
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市の下水道の歩み、下水道の経営についてご紹介します。			

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に ・トラブルに遭ってしまったときの相談窓口の紹介			

健康

子育て応援ワンポイントアドバイス ①上手なほめ方、しかり方	健康推進課	☎65-7779	40分
毎日の子育てのなかで、頭ではわかっているけれどついつい怒ってしまうことはありませんか?上手なほめ方、しかり方のコツをお話しします。			
子育て応援ワンポイントアドバイス ②事故防止と対応の仕方	健康推進課	☎65-7779	40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。			

「大切なあなたの力になりたい」～うつサインと、気づいた時の対応方法～	健康推進課	☎65-7779	60分
「うつ病ってどんな病気?」「気づいたときにはどうしたらいいの?」「どのように接したらいいの?」あなたやあなたの大切な人のうつのサインに気づき、こころを元気にするためのヒントをお伝えします。			

知ってますか? 休日の病院のかかり方	健康推進課	☎65-7779	30分
休日や祝日など、病院が開いていない時に限って、病気になることがありますか?そんな時に慌てなくてもいいように病院の受診の仕方をお話しします。			

感染症から身を守ろう～予防は正しい手洗いから～	健康推進課	☎65-7779	60分
インフルエンザやノロウイルスなどの感染症予防についてお話しします。特に予防の基本である正しい手洗いについて実演も行います。			

あなたの健康は家族の希望です～健診のご案内～	健康推進課	☎65-7779	90分
長浜市民の健康状態の説明と病気の早期発見のための健診の受け方をご案内します。			

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しくみをわかりやすく説明します。			

みんなでささえあう国保	保険医療課	☎65-6512	30分
国保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。			