

いきいき出前講座メニュー

令和4年度版

市 政			
No.	講 座 名	内 容 ・ 備 考	担 当 課
1	笑顔あふれる安心快適空間 未来に躍動する 魁のまち・水戸を目指して	水戸市の現状と課題を学び、将来のまちづくりを考える。	政 策 企 画 課
2	となりのまちと手をとって	広域行政の形態、意義、課題や水戸市の取組、今後の方向性と情報提供	政 策 企 画 課
3	全ての人々が安心して移動できる交通体系の実 現のためにー水戸市公共交通基本計画のあらましー	水戸市の公共交通に関する現状及び課題、水戸市ならではの公共交通のあり方・目指す将来像、重点施策について	交 通 政 策 課
4	自転車を使おう ～水戸市における自転車利用環境整備の取組～	水戸市における自転車利用環境整備の取組、国の施策や先進都市の事例等について	交 通 政 策 課
5	出かけたいたい気持ち、住んでみたい気持ちにこた えるまちづくり～水戸市バリアフリー基本構想のあらまし～	水戸市におけるバリアフリー化の考え方、取り組む施策等について	交 通 政 策 課
6	路線バスを活用したバリアフリー教室	高齢者、障害者等への理解を深めるため、車椅子を使用したり、アイマスクや重りを着用して、路線バスの乗降体験を実施 ※屋外で実施します。なお、路線バスが乗り入れできる、広いスペースが必要となります。	交 通 政 策 課
7	統計とその役割について	水戸市に関する各種統計情報の提供及びその利用方法等	デジタルイノベーション課
8	身近な情報セキュリティについて ーそのメール開いても大丈夫？ー	パソコンやスマートフォンを使う上で遭遇しやすいセキュリティ事故と対策について、最新の事例等を基に学ぶ。	デジタルイノベーション課
9	マイナンバー制度について	マイナンバー制度についての概要や、水戸市で利用可能なマイナンバーカードを使ったサービスについて紹介する。	デジタルイノベーション課
10	情報発信レベルアップ講座	広報紙のつくり方や動画の編集方法、SNSの活用方法など、みとの魅力発信課の持っているノウハウを、ご要望に合わせてお話しします。	みとの魅力発信課
11	フィルムコミッション ー映像作品を通じた魅力発信ー	映画やドラマなどの撮影を誘致し、ロケ地に選んでもらうための取組について	みとの魅力発信課
12	水戸市の行財政改革について	水戸市の行財政改革に関するこれまでの実績と今後の取組について	行 政 経 営 課
13	水戸市職員に求められる能力	水戸市における目標とする職員像、必要とされる能力、職員採用及び人材育成等について	人 事 課
14	水戸市の財政について	国と地方財政との関係、地方財政の仕組み、水戸市の予算と主な事業、指標でみる財政事情等 ※12月～2月は休講	財 政 課
15	固定資産税について	固定資産税は、市が基礎的な行政サービスを提供するための基幹財源となっていることや、土地・建物等の評価の仕組みについて説明する。	資 産 税 課

生 活

No.	講 座 名	内 容 ・ 備 考	担 当 課
16	協働のまちづくり	・NPO, ボランティア団体などの市民活動団体と水戸市との「協働のまちづくり」の意義 ・協働推進基本計画と協働マニュアルの概要 ・市民活動情報webサイト「こみっと広場」操作方法(要インターネット接続環境)	市 民 生 活 課
17	住みよいまちづくりと地域コミュニティ	・コミュニティ活動と水戸市住みよいまちづくり推進協議会の概要(水戸市住みよいまちづくり推進協議会とは何か, 地区会とは何か) ・新コミュニティ推進計画と地域コミュニティプランについて ・地域コミュニティ活動の事例, 市民センターの役割について(地域コミュニティの自立支援について)	市 民 生 活 課
18	地縁による団体の法人化に伴う手続き	地縁団体の法人化とは何か, その内容, 申請書類作成上のポイント等	市 民 生 活 課
19	新時代をかしこく生きる —生活者として・消費者市民として—	・悪質商法への対処方法や消費者を取り巻く環境の変化に対応するための情報提供 ・水戸市消費生活条例の解説	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
20	食品ロスについて	本来食べられるのに捨てられてしまう食品ロスは一人あたり年間約15kg, ご飯一食を250gとすると60食にあたります。「もったいない」を合言葉に食品ロスを考え, できる事から始めましょう。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
21	新時代の片付け術	断捨離という言葉が流行しています。超高齢社会の中で, 身の回りのモノを片づけ, シンプルな生活を求める人が増えています。モノにあふれた片づけは50代からといわれますが, 今から始めましょう。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
22	始めませんか? エシカル消費	豊かな消費生活の中で, 地球温暖化などの環境問題, 発展途上国では貧困や児童労働などの社会的問題もあります。環境・人や社会・地域を考え消費するエシカル消費について学びます。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
23	あなたの行動が未来を変える ～SDGsについて～	国連で2015年に採択された持続可能な開発目標の達成について, 目標12(つくる責任・使う責任)を中心に消費行動の在り方を学びます。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
24	高齢者の消費者トラブルの対処法について	高齢者を狙う消費者トラブルが多発しています。被害やトラブルに巻き込まれないための対処法を学びます。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
25	若者に多い消費者トラブルと対処法について	民法改正に伴い, 成年年齢が18才に引き下げられました。若者層をターゲットに悪質商法の多発が予想されます。その対処法について学びます。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
26	キャッシュレス時代を生きるために	クレジットカードや電子マネーで現金を使わずに支払いや受取りをするキャッシュレス時代に身につけたいことを学びます。	市 民 生 活 課 (消費生活センター)
27	新市民会館について	新市民会館整備の概要や事業の進捗状況について	新市民会館整備課
28	誰もがその人らしく —男女平等参画の社会を目指して—	男女共同参画社会基本法や水戸市男女平等参画基本条例の解説, 世界や日本の動き, 水戸市の取組等	男 女 平 等 参 画 課
29	市民課窓口業務について	戸籍の仕組み, 住民登録, 印鑑登録等の方法や各種証明書発行の申請方法と手数料等	市 民 課
30	国民健康保険について	国民健康保険制度の仕組みについて	国 保 年 金 課
31	国民年金について	国民年金制度の仕組みについて	国 保 年 金 課

32	新鮮な食材が届くまで	卸売市場の役割と仕組みについて ※市場の見学も可能	公設地方卸売市場
33	市道の維持管理について	市道を快適で安全に利用するための日常の道路管理業務等について	道路管理課
34	美しい街, 水戸を目指して	水戸市の都市景観施策や他市の事例を通して都市景観について学ぶ	都市計画課
35	都市計画の変遷と水戸市の都市計画	都市計画制度の変遷と水戸市の都市計画の変遷, 現状等について	都市計画課
36	弘道館・水戸城跡周辺地区の景観づくり	弘道館・水戸城跡周辺地区における都市景観重点地区の指定及び屋外広告物特別規制地区の拡大についての概要をご説明します。	都市計画課
37	建築物と建築基準法	主に一般住宅を建てる際の, 建築基準法の制度, 目的, 各種規制等	建築指導課
38	公園へ行こう!	都市公園制度と水戸市の公園整備の現状等について	公園緑地課
39	育てよう・つくろう・みんなの公園	都市公園等を快適で安全に利用するための日常維持管理業務について	公園緑地課
40	ふるさとと呼べるまちをつくりましょう	区画整理事業の仕組み, 進め方等	市街地整備課
41	水戸市の水道 ～歴史と現代の水道について～	江戸時代からの水戸の水道の歴史, 現代の水道の役割や重要性, 楮川ダム・浄水場の施設説明 ※会場は楮川浄水場, 平日9時から16時までの開講	水道総務課 浄水管理事務所
42	選挙について学ぼう!	選挙制度, 選挙の意義, 役割等について	選挙管理委員会事務局
43	農地の転用には許可が必要です	農地を転用するための許可, 手続きについて	農業委員会事務局

防災・安全

No.	講座名	内容・備考	担当課
44	交通安全教室	講演や実技を交えて、交通のモラル・マナーを学ぶ ※実技希望の場合は広い会場が必要	生活安全課
45	安全なまちづくり講座	犯罪被害に遭わないためのポイント・家庭内で、地域でできる防犯対策・自主防犯ボランティア活動の進め方について	生活安全課
46	わが家の防災 「地震・風水害等に備えて」	突然やってくる災害に対する心構えや、日ごろからの備えにより被害を少しでも減らすための防災知識を学ぶ。	防災・危機管理課
47	わが家の防火対策 —火はどうすれば消せるの?—	住宅用火災警報器の説明、住宅火災を防ぐ原因別防火ポイント、消火器の使い方、天ぷらなべに火がついたときの対処方法等について学ぶ。	火災予防課
48	コール119—水戸の消防—	119番通報のかけかた 119番受信、消防車・救急車の出勤まで 水戸の消防についての御紹介 消防の組織、消防の活動、消防の装備などについて	消防救助課
49	始めませんか? 消防団員!!	地元に着した防災機関として、地域防災の中核的な役割を担っている消防団の役割や消防団員の活動内容、自主防災組織などとの違いについて、映像、写真などでわかりやすく御説明します。(対象:高校生以上、45分程度)	消防救助課
50	あなたもできる防災アクション 「救助されるひとから救助するひとへ」	町内会、自治会などチームでの震災等緊急時の対応方法について研修し、多くの人々が共通の認識として捉え、防災アクションを起こすために必要な知識、技術を学ぶ場とします。(対象:高校生以上、90分程度)	消防救助課

環境・自然

No.	講座名	内容・備考	担当課
51	地球温暖化について	地球温暖化の現状と課題、そしてその対策について	環境保全課
52	がんばれ公害バスターズ	水戸市における環境・公害問題の現況と対策	環境保全課
53	ごみとくらし	日常生活でできるごみ減量の取組事例を紹介し、小中学生にごみ減量の必要性を認識してもらう。 ※対象は小・中学生	ごみ減量課
54	ごみとリサイクル	ごみの分け方・出し方やリサイクルの必要性、資源回収方法等について	ごみ減量課
55	知っていますか、ごみ処理の仕組み	家庭から出たごみを処理するまでの工程を見学、家庭ごみの適正処理について ※会場は清掃工場	清掃事務所 ごみ減量課
56	ガーデニング講座	植物公園を利用しての花壇作り、寄せ植え作り等 ※会場は植物公園	公園緑地課

57	あなたにもできる緑のまちづくり	保存樹, 保存樹林地の指定制度や生垣の設置補助制度等について	公園緑地課
58	汚れた水をきれいにする方法 (下水道)	水戸市浄化センターを見学し, 下水の処理について学ぶ ※会場は水戸市浄化センター	下水道施設管理事務所
59	汚れた水をきれいにする方法 (農業集落排水)	水戸市内の農業集落排水処理施設を見学し, 汚水の処理について学ぶ ※会場は水戸市内の処理施設	集落排水課

健康・福祉

No.	講座名	内容・備考	担当課
60	いきいき健康クラブ	地域の方々との交流, レクリエーション, 運動等をとおしての健康づくり教室 ※運動のできる会場が必要	高齢福祉課
61	シルバーリハビリ体操	いつでも, どこでも, 一人でも行うことができる体操の紹介 ※運動のできる会場が必要 ※運動のできる服装と運動靴持参	高齢福祉課
62	足たっしや講座	足腰の衰えを防ぐための講話と実技 ※運動のできる会場が必要 ※運動のできる服装と運動靴持参	高齢福祉課
63	脳たっしや講座	認知症予防の講話, 脳の元気度測定(認知機能テスト), 認知症予防に効果のある活動紹介 ※原則2回で1コース(2回目で脳の元気度測定の結果説明をしますが, 応相談) ※人数分の机・椅子を設置できる会場が必要 ※脳の元気度測定の結果は65歳～84歳の方のみ出すことができます。	高齢福祉課
64	健康長寿の秘訣 ～介護予防事業の紹介～	いくつになっても若々しく元気で毎日を過ごすため, 運動, 栄養改善, 口腔ケア, 認知症予防についての講話と実技	高齢福祉課
65	歯つらつ講座	フレイル(心身の弱った状態)予防はお口から。食べこぼし, むせ, 口の渇きなどを防ぐための講話と実技 ※口の元気度測定(入れ歯の方も可) ※各自, 歯ブラシを持参	高齢福祉課
66	元気な口と食の講座	高齢期に起こりやすい低栄養を防ぐためには, 噛む力, 飲み込む力が大切です。元気なお口でいるための予防と対策を学びます。	高齢福祉課
67	食善く講座	高齢期に気を付けたい低栄養について知り, 予防する方法を学びます。	高齢福祉課
68	地域包括支援センターってなあに?	地域包括支援センターの主な業務と役割について	高齢福祉課
69	いっしょに考えてみませんか? 高齢者虐待について	水戸市における高齢者虐待の現状と対応について ～虐待をおこさないまちづくりについて考える～ ※パソコン・プロジェクターが必要	高齢福祉課
70	成年後見制度について	成年後見制度の仕組みについて	高齢福祉課

71	障害者の福祉制度 (適切な支援を受けるために)	障害者の福祉サービスやその他の制度について	障 害 福 祉 課
72	みんなのあんしん 介護保険	介護保険の制度の仕組みや利用方法について	介 護 保 険 課
73	生活習慣病の予防について	がん, 糖尿病, 高血圧症, 脂質異常症などの生活習慣病予防のための講話と市の各種健診やがん検診の紹介	地 域 保 健 課
74	乳児期の事故防止について	赤ちゃんの成長に合わせて, 家庭内等で不慮の事故が起こらないようにするために, 気を付けることや予防策について	子 育 て 支 援 課
75	親と乳幼児のお口の健康	親と乳幼児のお口の健康づくりについて	子 育 て 支 援 課
76	少子対策・子育て支援について	少子化の現状, 国, 県の取組, 「子ども・子育て支援事業計画」について	こ ども 政 策 課
77	食品加工体験	山根地区で進めている「有機の里」構想についての食品加工体験(下から選択) 1 そばうち 2 とうふづくり 3 こんにやくづくり(11~2月) 4 もちつき ※会場は森林公園「森の交流センター」	農 政 課
78	体験! 手作りチーズ!!	乳製品摂取の必要性についてとチーズづくり体験 ※会場は森林公園「森のシェーブル館」	農 政 課

教育

No.	講座名	内容・備考	担当課
79	「水戸の教育」について	水戸市の教育の振興と教育委員会の役割	教育企画課
80	学校給食を作ってみよう	学校給食の人気メニューを紹介し、調理実習を行いながら、バランスのとれた食事の大切さと食生活の指導を行う。 ※調理実習ができる会場が必要	学校保健給食課
81	子育て講座	子どもとの関わり方ワンポイントアドバイス ※対象 0・1・2歳児の親子 15組程度 1 講話（・子どもの心身の発達について ・子どもの安全と環境について ・子どものケガや事故について） 2 絵本の読み聞かせ	幼児保育課
82	水戸市の生涯学習 ～いつでも・どこでも・誰でも学べるまちをめざして～	市民センターをはじめとした、生涯学習のために利用できる施設や生涯学習に関する事業の紹介など	生涯学習課
83	「同和問題」について	同和問題の歴史的背景と現状について	生涯学習課
84	未来を担う青少年・若者の育て方	市や青少年等育成団体が行う様々な青少年・若者の健全育成活動を紹介し、未来の水戸を担う青少年・若者が伸びやかに育つ環境づくりを考える。	生涯学習課
85	青少年相談員の活動から見た青少年を取り巻く社会環境について	青少年相談員の活動（街頭補導や社会環境向上活動など）について知ってもらうとともに、それらを通じて青少年を取り巻く社会環境や少年非行の現状を学ぶ。	生涯学習課
86	子ども会に入ろう	子ども会の必要性や運営方法を考える。	生涯学習課
87	「生涯学習のすすめ」 ーみと好文カレッジの役割ー	生涯学習推進の流れや事業を紹介しながら、みと好文カレッジの役割を学ぶ。	みと好文カレッジ
88	市内で自然体験学習！！ ー少年自然の家のご紹介ー	少年自然の家の施設概要、利用方法、可能な活動内容の説明及び自然体験学習について	少年自然の家
89	図書館を使いこなす	図書館施設の紹介とサービスの案内、本の配列・調べ方、資料の利用方法について	中央図書館
90	読み語り(読み聞かせ)をしてみよう	読み語り(読み聞かせ)の意義、読み語り(読み聞かせ)に向く絵本の紹介、読み聞かせの方法等について ※対象は小学校や幼稚園等で読み語り(読み聞かせ)をしてみようという方	中央図書館
91	楽しい子どもの本入門	子ども向けの本にはどのようなものがあり、どんな本がお勧めか、発達にあわせて紹介する。	中央図書館
92	これからの学校教育	これからの学校教育がめざすもの、家庭・地域社会との関わり等について	総合教育研究所

文化・歴史

No.	講座名	内容・備考	担当課
93	オセロ発祥の地・水戸	オセロが水戸で誕生した歴史や、オセロの基本的なルールなどについて	文化交流課
94	水戸市の国際交流	水戸市国際交流協会を中心に実施されている水戸市の国際交流活動について(アナハイム市・重慶市など)	水戸市国際交流協会
95	水戸の文化財	水戸市のさまざまな文化財を紹介	歴史文化財課
96	日本遺産 -近世日本の教育遺産群の魅力-	日本遺産「近世日本の教育遺産群 -学ぶ心・礼節の本源-」のストーリーとそれに関わる文化財の魅力を発信する取組について紹介	歴史文化財課
97	「学びの文化」を世界遺産に	水戸市の世界遺産登録推進に向けた取組状況や、弘道館、偕楽園をはじめとした学問・教育資産を紹介	歴史文化財課
98	甦る水戸城	水戸城大手門、二の丸角櫓の復元整備や、水戸城の最新の調査・研究成果を紹介	歴史文化財課
99	水戸の遺跡と考古学	埋蔵文化財センターで実施している発掘調査の成果をお伝えします。	埋蔵文化財センター
100	クラシック音楽へのお誘い	クラシック音楽の魅力をCDやDVD等の音楽資料を使いながら解説	水戸市芸術振興財団 (音楽部門)
101	芝居って面白くて役に立つ!	①ACM劇場の楽しみ方解説(これを知っていたら10倍楽しくなる!) ②芝居作りは、コミュニケーションスキルをアップする。芝居の隠れたもう一つの効能を様々な形で解説	水戸市芸術振興財団 (演劇部門)
102	現代美術を読み解く -現代美術センターで開催中の展覧会について-	現代美術の楽しみ方について、開催中の展覧会場内で作品について解説 ※展覧会の開催期間等の詳細は水戸芸術館ホームページで事前にご確認ください。	水戸市芸術振興財団 (美術部門)