

## ～まちづくりおでかけトーク講座メニュー～

分野	テーマ	番号	講座名	内容	所要時間	担当課
くらし	安心・安全	1	被害にあわないために	特殊販売の内容、悪質商法の手口、被害の状況、クーリング・オフなど	30分	住民環境課
		2	守ろう!あなたの大事な情報	個人情報の保護制度と活用について	60分	総務課
		3	交通安全教室	交通安全運動の啓発、推進活動	60分	建設水道課
	税金	4	「ごみ」のはなし	正しい出し方って?ごみはどうやって処理されるの?3Rって?生ごみリサイクルとは?分別すればごみは減る!施設見学も随時受付。	60分	住民環境課
		5	知らないと損をするかも知れない住民税(所得税の確定申告)	申告する人・しなくてよい人、所得の種類、所得金額の計算方法、申告書の書き方、所得控除、還付申告	40分	税務課
	6	知って納得できる税金の仕組み	町税に関する一般的な知識 ～住民税から土地や家屋の税金・軽自動車税まで～	40分		
	水道	7	我が家の水廻り その1 ～水源(湧湯)から家庭、家庭から下水道へ～	水道、下水道、温泉事業とは/水源、湧湯は/水道、下水道、温泉施設の状況/水道、温泉が届くまで/下水道とは/水質、温泉成分と効用	40分	建設水道課
		8	我が家の水廻り その2 ～料金の仕組みと支払い方法～	料金の仕組みと料金改定/量水器と検針方法/料金の支払い方法	40分	
		9	我が家の水廻り その3 ～使用するための諸手続きいろいろ～	申請・契約・廃止・加入金・開栓、閉栓、名義変更(所有権移転)の手続きは/受益者負担金とは	40分	
		10	我が家の水廻り その4 ～さあ困った...こんなとき～	引き込み管の管理、負担区分は、使用上の注意事項、トラブルの解決法、正しい使い方、節水方法、漏水したときは、指定工事店とは	40分	
医療・福祉・健康	医療制度	11	国民健康保険のはなし	保険証のはたらきや医療費が高額になったとき、国保税についてなど	40分	住民環境課
		12	後期高齢者医療制度のはなし	後期高齢者医療制度とは	60分	
	福祉サービス	13	社会福祉協議会ってなあに	社会福祉協議会の活動	60分	健康福祉課 社会福祉協議会
		14	知っておきたい福祉医療制度	乳幼児、母子、父子、寡婦、障害者の福祉医療制度とは	60分	住民環境課
		15	児童の福祉	各種手当と制度について	60分	教育こども課
		16	高齢者の生活支援	介護保険対象外の福祉サービス	60分	健康福祉課
		17	ハイム天白のはなし	特別養護老人ホーム、老人デイサービスセンターの概要	60分	健康福祉課 ハイム天白
		18	みんなのあんしん介護保険	介護保険の手続きから利用まで	90分	健康福祉課
	健康講座	19	障害をお持ちの方が安心して暮らすには	障害者手帳の取得から、手帳取得後に利用できるサービスの概要	90分	健康福祉課
		20	笑顔と思いやりの健康講座①	こどもの健康 ～三つ子の魂百まで!元気なこどもに育つために～	30分～	健康福祉課 保健センター
		21	笑顔と思いやりの健康講座②	良い習慣 ～血管イキイキしてますか?血管を若々しく保つための習慣づくり～	30分～	
		22	笑顔と思いやりの健康講座③	栄養と食生活 ～広げよう、食育の輪!おいしく食べて健康に～	30分～	
		23	笑顔と思いやりの健康講座④	運動・体力づくり ～内臓脂肪燃焼!!生活習慣病を防ぐための運動のすすめ～	30分～	
		24	笑顔と思いやりの健康講座⑤	こころの健康&コミュニケーション ～「笑い」で免疫力アップ!こころが元気でいられるように～	30分～	
		25	笑顔と思いやりの健康講座⑥	女性の健康 ～大切にしたいおっぱいと子宮の話 女性特有の心身の変化とは～	30分～	
		26	笑顔と思いやりの健康講座⑦	下諏訪町の健康状況とがん対策 ～町に多い病気は?治療にかかる費用は?今後の対策についてお話しします～	30分～	
	27	自分で備える、みんなで守る	自分と地域の防災力を高めるために	60分	総務課	
	防災・救急	防災	28	災害を知って、防災対策!(防災講話:災害と向き合って)	過去の地震(東日本大震災等)を始めとし、各種災害に自らが向き合って、何をどうするのか、心得と対応のお話をします。	60分
29			ふれあい救助隊～これであなたもレスキュー隊員～	災害・事故等でどんな救助の仕方をするのか、どんな資機材使うのか、分かりやすく説明し、実際に使って体験します。	120分	
火災		30	火の用心!命を守る住宅用火災警報器	日常生活における出火防止のポイント、また住宅用火災警報器の設置による火災の早期発見で被害の軽減を事例により説明	60分	
		31	地域を守ろう!「初期消火活動での対策」	消火栓と消火用具の取扱い方法を説明	60分	
救急		32	命の手助け・いざというときの応急処置 ～こども編～	こども(小児、新生児等)の陥り易いけが・事故及び病気等への対応や命にかかわる心肺蘇生法、AEDの方法を教えます。	120分	
		33	命の手助け・いざというときの応急処置 ～おとな編～	一般、成人で考えられる事故・病気への対応、心肺蘇生法やAEDを用いた応急手当を教えます。(救命入門コースに参加した場合は、ある一定の講習時間で普通救命講習にチャレンジ出来ます。)	120分	

[4ページへ続く]

平成25年度版

## まちづくりおでかけトークをご利用ください

本年度から、ボランティアで講師をしていただける方を外部講師として登録します。  
まちづくりおでかけトークの外部講師を務めていただける方がいましたら、総務課企画係までお問い合わせください。

様々なテーマから、ご希望の講座をお選びいただけます。  
皆さまの学習活動にお役立てください。

### 申し込みができる方

町内に在住・在勤・在学している方で構成された10人以上の団体・グループ(自治会、会社、PTA、学校、サークル、ボランティア団体等)

### 費用

講師料は無料です。職員または外部講師が講師を務めます。講座によっては、教材費等の実費が必要となる場合があります。

### 開催時間、会場

開催時間は、午前9時～午後9時までです。所要時間は講座メニューでご確認ください。会場の手配、進行、PR等は、申し込み団体様にてお願いいたします。

### 受講する際のお願い

学習機会の拡大や町政に対する理解、また協働によるまちづくりを進めるために講座をご利用いただけますが、政治、宗教、営利活動を目的とするものや公の秩序を乱すおそれのあるもの、また協働によるまちづくりを阻害しようとする場合は、申し込みをお断りする場合があります。

### 申し込み方法

講座メニューからご希望の講座を選んでいただき、講座受講申込書に必要事項をご記入の上、郵送、FAXまたはEメールによりお申し込みください。  
なお、日程等の調整が必要になりますので、事前に講座の担当課までお問い合わせください。申込書、報告書は町ホームページでダウンロードできるほか、総務課企画係にあります。

受講後、講座受講報告書をお早めにご提出ください。皆様のご意見・ご感想をお願いします。

### 申込書及び報告書の提出先

郵送：〒393-8501 下諏訪町4613番地8 下諏訪町役場(各講座の担当課)宛  
FAX：28-1070(各講座の担当課)宛  
Eメール：kyoudou@town.shimosuwa.lg.jp

■お問い合わせ先 下諏訪町 総務課 企画係 電話27-1111(内線258)

広

報

No.603

小ねくもきりごと  
光る美しいまち

発行 下諏訪町  
編集 総務課  
情報防災係

〒393-8501  
長野県諏訪郡下諏訪町4613-8  
☎ 0266-27-1111  
FAX 0266-28-1070  
下諏訪町ホームページアドレス  
http://www.town.shimosuwa.lg.jp  
E-mail=jyoho@town.shimosuwa.lg.jp