

## 大正区役所【出前講座】メニュー

| 番号 | テーマ                            | 内 容                                                                          | 所要時間  | 担当      |
|----|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-------|---------|
| 1  | 区役所ってどんなところ？                   | 区役所の組織機構や各窓口の担当業務、役割等について説明します                                               | 30分程度 | 総務課     |
| 2  | 広報紙ができるまで<br>～大正区の魅力発信！～       | 大正区の魅力や、SNS（Instagram・Xなど）を利用した情報発信について、また、区広報紙ができるまでの工夫や取材、その過程などについてお話します  | 30分程度 |         |
| 3  | SDGsってなんだったかな？                 | テレビや新聞などでよく見聞きするSDGs。そもそも一体どういうことなのか。また、日々の生活の中でどのような取り組みができるかなどを分かりやすくお話します | 30分程度 |         |
| 4  | あなたの一票が未来を変える！<br>【小・中・高校生対象】  | 授業の一環として、政治や選挙に対する関心を高めることを目的に、選挙の話や模擬投票等を行います                               | 45分程度 |         |
| 5  | 防災のおはなし<br>～いっしょに備えよう！～        | 地震や風水害の基礎知識や大正区の被害想定、日頃の備えの必要性などについて説明します                                    | 30分程度 | 地域協働課   |
| 6  | ツージ隊の交通安全教室                    | 幼児・小学校低学年を対象に、道路上の危険や道路状況に応じた安全な歩き方を説明します                                    | 30分程度 |         |
| 7  | ツージ隊の防犯教室<br>～みんなで守ろう「5つの約束」～  | 幼児・小学校低学年を対象に、危険な目に遭わないための「5つの約束」を説明します                                      | 30分程度 |         |
| 8  | 戸籍のお話<br>～戸籍は住民票とは違うもの～        | 戸籍制度の仕組みや戸籍の見方をわかりやすく説明します                                                   | 30分程度 | 窓口サービス課 |
| 9  | 住民票や印鑑証明のいろは<br>～住民基本台帳制度のしくみ～ | 住民票や印鑑証明など、住民基本台帳制度のしくみについて説明します                                             | 30分程度 |         |
| 10 | 知ってて便利！<br>マイナンバーカード活用術        | 暮らしに役立つ、マイナンバーカードの活用術を伝授します                                                  | 30分程度 |         |
| 11 | そうだったの？！<br>高齢者医療制度のしくみ        | 70歳からの医療制度について、後期高齢者医療制度も含めて説明します                                            | 30分程度 |         |
| 12 | え？こんなことも？！国民健康保険の活用術           | 国民健康保険加入者の皆さんが利用できる各種内容について説明します                                             | 30分程度 |         |
| 13 | 教えますっ！国民年金のこと                  | 国民年金の加入の手続きや保険料の免除、納付猶予制度などについて説明します                                         | 30分程度 |         |
| 14 | はじめませんか♪生涯学習                   | 「いつでも、どこでも、だれでも」思いついた時が学び時。生涯学習の魅力についてお話します                                  | 30分程度 |         |
| 15 | 未来を担うこどものために！こどもの学習サポート        | こどもたちの学習をサポートするために、区役所と学校が協力しながら取り組んでいる施策についてお話します                           | 30分程度 |         |
| 16 | 地域で見守り、こどもを支えよう！               | 重大な児童虐待ゼロをめざしての大正区の取り組みについて、お話します                                            | 30分程度 |         |

|    |                                |                                                                                 |        |                       |
|----|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------|
| 17 | 吸う人も吸わない人も知ってほしい<br>「たばこ」と健康   | たばこの健康への影響や吸うことへの周囲への影響、禁煙によって得られるメリットについて保健師がお話します                             | 30～60分 | 保<br>健<br>福<br>祉<br>課 |
| 18 | めざせ！元気な高齢者<br>いきいき百歳体操を体験してみよう | 生活に必要な筋力をきたえる簡単・安全な体操です。続けることで筋力やバランス能力に効果があります。まずは百歳体操を体験してみませんか               | 30～60分 |                       |
| 19 | 心のサポーター養成講座                    | 心のサポーターとは、メンタルヘルスの正しい知識を学び、困っている人を理解して、温かく声をかけたり、必要な相談先につなぐ存在です。精神保健福祉相談員がお話します | 120分   |                       |
| 20 | 健康チャレンジ！<br>食生活、生活習慣を見直そう！     | 健康づくり・生活習慣病予防のための栄養、食生活をテーマに栄養士がお話します                                           | 30～60分 |                       |
| 21 | おいしく、楽しく、すこやかに！食育講座            | 乳幼児～高校生、妊婦、子育て中の方等を対象に、食育をテーマに栄養士がお話します                                         | 30～60分 |                       |
| 22 | 知ろう！防ごう！食中毒                    | 最近の食中毒の発生状況や家庭でできる食中毒予防について食品衛生監視員がお話します                                        | 30～60分 |                       |
| 23 | 知ってますか？介護保険制度のこと               | 介護保険制度の概要と手続きの方法や保険料などについて説明します                                                 | 60～90分 |                       |

※ 所要時間はおおよその目安です。