

ご利用ください

小金井市

まなびあい出前講座

皆さんが希望する講座に、市役所、小金井警察署、小金井消防署、各団体、企業等の協力により、職員・社員が出向いて情報を提供する「小金井市まなびあい出前講座」を実施しています。（下表）

行政の制度や事業等の市政情報を、分かりやすく説明し、その情報を生かして地域の課題に取り組むなど、皆さんの生涯学習を応援します。

講座は順次見直していきます。新しい情報は、市ホームページをご覧ください。市生涯学習課までお問い合わせください。

対象 市内在住・在勤・在学の方で構成する10人以上の団体、グループ

※ 政治、宗教、営利目的の学習会は対象となりません。

講座時間 2時間以内

【市役所講座】

- ▷ 月曜～金曜日午前9時～午後9時
- ▷ 土曜・日曜日午前9時～午後5時

※ 年末年始および祝日を除きます。業務繁忙期は、講座提供ができない場合があります。

【警察署・消防署・法務省・社会福祉協議会・東京ガス・税務署講座】

- ▷ 平日午前9時～午後5時

※ 緊急事態が発生した場合、中止することがあります。

講師料 無料
その他

- ▷ 会場は、申込団体で用意してください。
- ▷ 学習の場ですので、苦情・陳情を伺う場ではありません。趣旨をご理解のうえ、お申し込みください。

申込方法 下表の中から講座を選び、学習会の20日前までにお申し込みください。

問合せ先

市生涯学習課生涯学習係（☎042-387-9879 FAX 042-383-1133）、小金井警察署（☎042-381-0110 FAX 042-383-8190）、小金井消防署（☎042-384-0119 FAX 042-385-9918）、東京保護観察所立川支部（☎042-521-4231 FAX 042-521-4239）、社会福祉協議会（☎042-386-0294 FAX 042-386-1294）、東京ガス(株)多摩支店（☎042-526-6125 FAX 042-526-6142）、武蔵野税務署総務課（☎0422-53-1311）

「小金井市まなびあい出前講座」一覧表

講座番号	講座名(サブタイトル)
市 政 (申し込みは生涯学習課へ)	
①	小金井市長期総合計画 (小金井市の将来像)
②	小金井の家計簿 (小金井市の財政状況)
③	開かれた市政とプライバシー保護 (情報公開と個人情報保護)
④	やさしい住民税の話 (住民税のしくみ)
⑤	やさしい固定資産税の話 (税のしくみ)
⑥	市民課窓口の仕事 (わかりやすい市民課窓口手続き)
⑦	市議会の話
保健・福祉 (申し込みは生涯学習課へ)	
⑧～⑩	すくすく子育て (⑧健康や育児について⑨赤ちゃんの栄養と離乳食⑩幼児期からの食育)
⑪	小金井市の母子保健事業の紹介 (知っておきたい母子保健事業について)
⑫～⑭	生活習慣と健康づくり (⑫生活習慣病予防について⑬メタボリックシンドローム予防の食事と栄養の摂り方⑭いつまでも健康でいるための食事と栄養の摂り方 (高齢者向け))
⑮～⑰	お口の健康 健康な歯を保つための秘訣 (⑮障がい者編⑯高齢者編⑰成人編)
⑱～⑳	むし歯予防 (⑱障がい児編-健康な歯を保つために⑲乳幼児編-ブラッシング習慣をつけよう⑳学童期編-歯による食べ方とブラッシング)
㉑	小金井市成人保健事業の紹介 (検診・相談・予防教室について)
㉒	小金井市の子育て支援 (子育て支援の現状)
㉓	小金井市の保育 (子育てと仕事の両立支援)
㉔	“国民健康保険”講座 (国民健康保険制度)
㉕	知っておきたい国民年金 (国民年金制度)
㉖	高齢者のための医療制度 (後期高齢者医療制度)
㉗	高齢者の介護予防 (地域で安心して生活するために)
㉘	小金井市の介護保険の話 (介護保険のしくみと利用方法を紹介します)
㉙	小金井さくら体操 (今日から始める介護予防)
㉚	認知症サポーター養成講座 (認知症の高齢者を地域で支えるために)
㉛	小金井市の障がい者福祉サービス (地域で安心して生活するために)
㉜	生活保護のしくみ
㉝	生活困窮者自立支援制度について
環 境 (申し込みは生涯学習課へ)	
㉞	ごみの出し方とリサイクル (混ぜればごみ分ければ資源)
㉟	下水道の過去・現在・未来 (都市の発達と下水道の歴史)
㊱	地球温暖化防止対策 (私たちが身の回りでできること)
㊲	滄浪泉園の歴史と緑の効果を学ぼう (身近にある緑を探求しよう)
まちづくり (申し込みは生涯学習課へ)	
㊳	市街地再開発事業について (武蔵小金井駅南口第1地区第一種市街地再開発事業概要)
㊴	土地区画整理事業について (東小金井駅北口土地区画整理事業概要)
㊵	小金井市の農業振興
㊶	小金井市の商工振興 (小金井市の産業振興プランについて)
安全・防災 (申し込みは生涯学習課へ)	
㊷	災害に備えて安全対策を (わたしたちのまちの防災対策)
㊸	防犯対策の心構え (犯罪のない町、小金井市をめざして)
教育・コミュニケーション (申し込みは生涯学習課へ)	
㊹	こうして作る広報紙
㊺	小金井市の男女共同参画 (男女共同参画室の業務等について)
㊻	特別支援教育について (子どもたち一人一人のニーズに応じた教育へ)
㊼	小金井市立小・中学校の特色 (小・中学校の特色ある教育活動)
㊽	子どもたちの健全育成 (いじめ、不登校の解決に向けて)
㊾	青少年の問題行動について (中学生を中心とした非行・問題行動の解決に向けて)
㊿	小金井市の青少年健全育成 (青少年健全育成、行政と地域のとりくみ)
1	学童保育所はどんなところ? (学童保育所での生活)
2	児童館ってどういうところ? (児童館の事業内容と児童館の子どもたち)
3	生涯学習ってなあに?
4	図書館を上手に利用しよう (図書館は知識の宝庫)
5	公民館活用法 (知って得する利用)
6	体育施設の利用について (楽しく汗を流そう)
歴史・文化 (申し込みは生涯学習課へ)	
7	郷土の歴史と文化財 (旧石器時代から現代まで3万年のあゆみ・郷土かるた)
8	小金井の地名 (地名で読み解く郷土の歴史)
9	名勝小金井桜の今昔 (小金井桜のあゆみと現状)
10	はげの森美術館 (中村研一について)
生 活 (申し込みは生涯学習課へ)	
11	消費者は狙われている (最近の消費生活相談事例にみる消費者被害)
警察署 (申し込みは小金井警察署へ)	
12	犯罪抑止対策 (防犯教室)
13	交通安全教室 (あなたが事故に遭わないために!)
14	少年非行防止 (少年の健全育成を図るために)
消防署 (申し込みは小金井消防署へ)	
15	いざという時の応急救護 (あなたも今日からバイスタンダー)
16	地域・わが家の防火・防災対策について (地震や火災から身を守るために)
法務省 (申し込みは東京保護観察所立川支部へ)	
17	「更生保護」ってなあに?
社会福祉協議会 (申し込みは社会福祉協議会へ)	
18	社会福祉協議会ってなあに? (協議会活動・ボランティア・市民活動)
19	老後を支える地域の仕組み、権利擁護とは (成年後見と地域福祉権利擁護事業)
東京ガス (申し込みは東京ガス(株)多摩支店へ)	
20	防災講座 (安心安全ガスの防災)
21	エネルギー・環境講座 (燃料電池って何だろう?)
武蔵野税務署 (申し込みは武蔵野税務署総務課へ)	
22	年金と税 (年金を中心として所得税申告書を作成しましょう)
23	知っておきたい相続税 (相続税の申告について)

福祉のひろば

運動機能向上プログラム

フィンランド製の4つの運動マシンを使い、身体に必要な筋力、俊敏性、バランス等を総合的にトレーニングします。

とき 10月1日～12月28日の毎週月曜・木曜日午前9時30分～正午(祝日を除く。全24回)

ところ 特別養護老人ホームつきみの園(中町2-15-1)

対象 65歳以上で要支援・要介護認定を受けていない方

定員 10人(選考あり)

費用 千円(保険代)

その他 事前説明会(9月)と、事前・事後の体力測定への参加が必要です。

申込 8月4日午後2時から、中町高齢者在宅サービスセンター(☎042-386-6511)へ。

脳の健康教室プログラム
東北大学の川島隆太教授の研究成果を活用した教材を使用し、読み書きや計算による脳のトレーニングを行います。

とき 10月7日～平成28年3月30日の水曜日午前9時30分～11時30分(全24回)

ところ 特別養護老人ホームつきみの園(中町2-15-1)

対象 65歳以上で要支援・要介護認定を受けていない方

定員 12人(選考あり)

参加費(月額) 2千360円(教材費、お茶代等)

その他 事前説明会(9月)

とき	ところ	定員	問合せ・申込先
8/20(木)	特別養護老人ホーム つきみの園 (中町2-15-25)	15人程度 (申込順)	小金井ひがし地域包括支援センター (☎042-386-6514)
/21(金)	桜町高齢者在宅サービスセンター (桜町1-9-5)	10人程度 (申込順)	小金井きた地域包括支援センター (☎042-388-2440)
/27(木)	公民館貫井北分館学習室A	15人程度 (申込順)	小金井にし地域包括支援センター (☎042-386-7373)

※ 時間はいずれも午後2時～3時30分

への参加が必要です。
申込 8月4日午後2時から、中町高齢者在宅サービスセンター(☎042-386-6511)へ。

認知症サポーター養成講座

とき・ところ等 左表のとおり