

## 令和8年度「どごさデモ」出前講座 ご利用案内(1/2)

No.	メニュー	担当課等	主な内容
1	防災知識と自主防災活動について	総務課	災害に強い地域づくりを！いざという時に自分たちのまちを自分たちで守るための知識や自主防災活動についてご紹介します。
2	第7次鹿角市総合計画について	政策企画課	市の人口ビジョンや第7次鹿角市総合計画後期基本計画実施計画の取り組みについてご説明いたします。
3	移住コンシェルジュと一緒に地域について考えてみませんか	政策企画課	移住コンシェルジュが取り組んでいる内容や、今後のビジョンについてお話します。
4	関係人口「鹿角家(かづのけ)」	政策企画課	観光以上、定住未満。地域おこしの新たな形態「関係人口」と、本市が取り組む「鹿角家(かづのけ)」についてお話します。
5	市の収入と支出について	財政課	市の収入はどこからどれくらい入ってくるのでしょうか？そしてそれらはどこにどれくらい使われているのでしょうか？
6	知っておきたい税金のしくみ	税務課	私たちは日常生活で様々な税と接し、負担しています。市税や所得税など、様々な税の種類やしくみを理解しましょう。
7	国民健康保険・後期高齢者医療・福祉医療制度について	市民課	それぞれの医療保険制度で、受けられる給付や保険料(税)など、制度の概要、しくみについてお知らせします。
8	特定健診 受けなきゃ損！	市民課	国民健康保険の被保険者で40～74歳の方々は、毎年・無料で特定健診を受けることができます。特定健診とは何か、また、その大切さについてお話します。
9	環境の現状と対策	生活環境課	さまざまな環境問題についての学習をします。(ゴミ問題・リサイクル等)
10	かしこい消費者になるために	生活環境課	気をつけよう！甘い話とうまい話。悪徳商法、特殊詐欺の手口などについてお知らせします。
11	空き家対策について	生活環境課	空き家が増加し、管理不十分なために市民生活の安全を脅かしたり、良好な景観を損なったりするケースが発生しています。現在進めている鹿角市の空き家対策についてお知らせします。
12	地域・自治会あれこれ	生活環境課	組織、行事、防災、その他…。地域のあれこれについて、座談会形式で皆で話し合います。
13	鹿角市の医療について	地域医療推進室	医療体制の縮小が続くなかで、持続可能な医療環境を考えるため、医療の現状について説明し、現在策定中の地域医療ビジョンへの意見を伺います。
14	鹿角市の子育て支援対策について	すこやか子育て課	少子高齢化は、社会全体の活力の低下にかかわる重大な問題です。そのため、子どもを生きやすい環境を整える様々な子育て支援策を講じています。家庭における子育て相談、子育てと仕事の両立支援などの施策についてお知らせします。
15	脳卒中にNO！	すこやか子育て課	「10年後、脳卒中で亡くなる方を8割減らします(2017鹿角市健康宣言)」を達成するため、紙芝居などを活用しながら原因や予防法についてお伝えします。また、健(検)診の必要性についてもお知らせします。保育所等・小学校・中学校・高校にも対応します。 ※塩分や野菜摂取量、骨密度等の測定を希望する場合は、申込み時にお伝えください。
16	栄(えい)、栄(えい)、養(よう)～！ ～栄養のお話～	すこやか子育て課	健康のためには食事は基本です。食育、病気を予防する食事、介護予防など幅広く栄養のことについて、栄養士・保健師よりお伝えします。保育所等・小学校・中学校・高校にも対応いたします。 ※塩分や野菜摂取量、骨密度等の測定を希望する場合は、申込み時にお伝えください。
17	介護保険制度について	あんしん長寿課	鹿角市の高齢者の状況や、介護保険の仕組み、介護サービスなどについてご説明します。
18	介護予防について	あんしん長寿課	介護予防について気をつけたい・取り組みたいポイントについてお話します。また元気なうちに自分の希望をつづり、家族や周囲の人に託す手段のひとつであるエンディングノートを用いて、「終活」についてもお話します。
19	認知症サポーター養成講座	あんしん長寿課	認知症について正しく理解し、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指しています。認知症を本人の目線から学んでみませんか。(1回につき1時間～2時間半の内容で実施します。)
20	シルバーリハビリ体操	あんしん長寿課	自分や家族の介護予防のために、「いつでも・どこでも・ひとりでも」できるシルバーリハビリ体操を体験してみませんか？
21	出張認知症カフェ【しゃべり～な】	あんしん長寿課	認知症のある方もそうでない方も、誰もが気軽に『話をする』『話を聞いてもらう』『認知症について知る』ことのできる交流場所です。地区の自治会館等へ認知症カフェ【しゃべり～な】が出張します。また、『知る』『相談する』『サポートする』『防ぐ』をキーワードとしたミニ講話もあります。

【申込方法】開催希望日の3週間前までに、申込書に必要事項を記入の上、下記までお申込みください。

【問合せ・申込】鹿角市教育委員会生涯学習課 社会教育班 TEL 0186-30-0292 FAX 0186-30-1140  
MAIL [gakushu@city.kazuno.lg.jp](mailto:gakushu@city.kazuno.lg.jp)

## 令和8年度「どごさデモ」出前講座 ご利用案内(2/2)

No.	メニュー	担当課等	主な内容
22	フレイルチェック	あんしん 長寿課	フレイルとは健康な状態と介護が必要な状態のちょうど真ん中の状態のことです。今の身体の状態をフレイルチェックで確認してみませんか。(1回につき1時間半～2時間かかります。定員は20名までです。)
23	みんなで覚えよう！ココいるシール使い方講座	あんしん 長寿課	外出先で行き先や帰り道がわからなくなってしまった高齢者が早く帰宅できるよう、衣服や持ち物に貼る「ココいるシール」の仕組みと使い方を説明します。困っている方を見かけたときの声かけから、シールを使用したスマホでの操作、ご家族との連絡、対象者の保護までをロールプレイで学びます。スマホがない場合の対応や緊急時の連絡方法もお伝えします。(所要時間1時間半程度)
24	今農業がおもしろい！	農業振興課	今、市内では新規就農者が増えています。鹿角市が進める「販売重視型農業」の考え方や「就農支援制度」をはじめとする様々な支援制度を中心に、本市農業の現状をお知らせします。
25	鹿角の農産物	農業振興課	鹿角市で生産される農産物の紹介、農業についてわかりやすくご説明します。
26	森林・林業について	農地林務課	森林の持つ多面的機能や間伐などの施業に関わる支援制度をご説明します。
27	鳥獣被害防止対策について	農地林務課	熊を始めとする有害鳥獣から、農作物等の被害を防止するために個人や地域でできる被害防止対策についてお知らせします。
28	商工業の振興について	商工振興課	商工業の活性化のための施策についてお知らせします。
29	ゼロカーボンシティについて	商工振興課	鹿角市2030ゼロカーボンシティの実現に向けた現状や取り組みについてお話しします。
30	鹿角市の観光について	観光交通課	鹿角市の観光振興や地域の魅力についてお話しします。
31	鹿角市の文化財を知ろう	文化財・ 世界遺産課	市内には、大日堂舞楽など日本を代表する文化財があります。それら、地域に根ざした有形・無形の文化財についてご説明します。
32	ここがすごい！大湯環状列石	大湯ストーン サークル館	大湯環状列石はどんな遺跡で、なぜ世界文化遺産に登録になったのか。大湯環状列石の持つ価値や魅力、歴史についてご説明します。
33	実践！縄文土器づくり	大湯ストーン サークル館	縄文時代の土器づくりを体験しながら、当時の暮らしや技術について学びます。粘土から土器づくりを実際に行うことで、ものづくりの楽しさを感じるとともに、縄文土器がいかに精緻で高度な技術によって作られているかを実感することができます。
34	市道の維持管理等について	都市整備課	市道の維持管理や除雪対策についてお話しします。
35	議会の仕組みと働きについて	議会事務局	市議会の仕組みや権限についてご説明します。
36	だれでもできる「体験型防災講座」	消防本部	土のう作成、ロープワーク、救出救助のしかた、消火訓練、天ぷら油火災実験、煙体験、安全な雪下ろしなど防災に役立つ体験型の講座です。
37	もしもの時の災害に備えて	消防本部	火災予防、地震時の心構え、特別警報・避難指示などの発令時の行動や住宅用火災警報器の設置・維持管理についてご説明します。
38	おぼえよう「いざという時の救急法」	消防本部	高齢化・少子化時代を迎え、いざという時に応急手当ができる普通救命講習を行います。なお、講習内容は講話や普通救命講習などの6コースとなります。
39	地域学校協働活動に参加してみませんか	生涯学習課	少子化対策、地域づくり、働き方改革まで関係する、地域住民によるボランティアが主役の活動「地域学校協働活動」についてお話しします。
40	さあ、図書館行こう！	生涯学習課	図書館は「本を借りるための場所」と思っていないませんか？レファレンス、リクエスト、多様なイベント・・・図書館を利用し尽くせる情報をお知らせします。
41	コモッセ文化ホールの照明設備について	文化の社交流館 コモッセ	舞台での演出照明と家庭の一般照明の共通点を探ります。(小型照明機材を使用します。)
42	コモッセ文化ホールの音響設備について	文化の社交流館 コモッセ	今年は昭和100年といわれますが、音楽を再生する機材で昭和時代の機器と現代の機器を比較して聞いてみましょう。(パソコン、カセットデッキなど使用します。)
43	コモッセのこもれば広場の照明について	文化の社交流館 コモッセ	こもれば広場で使われている照明機材の特徴についてご説明します。(従来型照明機器と近代型LED照明機器の比較をします。)
44	スポーツに親しもう～sports for all～	スポーツ 振興課	「ウォーキングに取り組んでみたい」「どこに行けばスポーツ活動ができる？」「総合型地域スポーツクラブについて知りたい」など、運動やスポーツに関する情報を提供します。

【申込方法】開催希望日の3週間前までに、申込書に必要事項を記入の上、下記までお申込みください。

【問合せ・申込】鹿角市教育委員会生涯学習課 社会教育班 TEL 0186-30-0292 FAX 0186-30-1140  
MAIL [gakushu@city.kazuno.lg.jp](mailto:gakushu@city.kazuno.lg.jp)