

# 令和8年度 出前講座メニュー

## 新 新規講座

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
広報	1	藤枝の魅力を発見「市の観光・体験施設の紹介」	市内の観光・体験施設の紹介	小学生以上	1時間	観光交流政策課	土日・祝日開催不可
税金・財政	2	「幸せになるまち 藤枝」づくり	市の予算・決算の内容、財政状況と今後の見通し	中学生以上	1時間	財政課	
まちづくり	3	令和時代の恋愛観・結婚観・仕事観について	20代～30代の恋愛や結婚に関する意識や価値観を紹介しします。	高校生以上	45分～1時間	広域連携課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
まちづくり	4	藤枝市のまちづくり戦略	市が取り組む重点施策とまちづくりの最新事業について	どなたでも	1時間	企画政策課	
まちづくり	5	先端技術で安全・快適・便利なまちづくり～スマート・コンパクトシティの形成に向けて～	先端技術の活用により地域の課題解決や新しいサービスの創出を実現する、安全、快適、便利な次世代都市「4Kスマートシティ」に向けた取り組みを紹介	高校生以上	1時間	情報デジタル推進課	
まちづくり	6	「蹴球都市ふじえだ」で活動する地域おこし協力隊の取り組み紹介・サッカー体験	年齢性別問わず、サッカーを楽しめる環境づくりを推進している地域おこし協力隊が、サッカーの楽しさを伝える	3歳以上	1時間	サッカーのまち推進室	
まちづくり	7	選挙のおはなし	主権者としての投票の役割を考え、選挙の仕組みを学ぶ	小学生以上	1時間	総務課	土日・祝日開催は要相談、選挙期間中は開催不可
まちづくり	8	みんなが集う地区交流センター	各地区交流センターの施設概要と活動の紹介	小学生以上	1時間	協働政策課	休館日及び夜間開催は要相談
まちづくり	9	男女って不平等？	男性と女性どちらが優遇されている？誰もが多様な選択ができる社会について考える	小学生以上	1時間	男女共同参画・多文化共生課	土日・祝日開催は要相談
まちづくり	10	みんなではじめよう「ふじえだ花回廊」	本市がすすめる「ふじえだ花回廊」の取り組みや、花の見頃情報の紹介	小学生以上 30人程度まで	45分～1時間	花と緑の課	
まちづくり	11	空き家の発生予防と適正管理	増加する空き家などの発生予防と適正管理について	どなたでも	30分～1時間	住まい戦略課	土日・祝日開催は要相談
まちづくり	12	藤枝旧市街地のまちづくり	藤枝旧市街地総合再生基本計画の内容とその取り組み紹介	どなたでも	30分～1時間	旧市街地活性化推進課	土日祝・夜間の開催は要相談

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
防災・安全	13	わが家の地震対策 ～地震から命を守るために～	地震対策の基礎知識	小学生以上	45分	危機管理センター	土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	14	原子力防災対策 ～避難計画～	原子力災害への備え	中学生以上	40分	危機管理センター	土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	15	南海トラフ巨大地震への備え ～南海トラフ臨時情報とは～	発生のメカニズムや被害想定、臨時情報発表時の対応などの基本情報とその対策	小学生以上	45分	危機管理センター	土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	16	～自分や大切な家族を守るため～ ハザードカルテを作成しよう	自宅周辺の災害リスクを確認し、地震や風水害から命を守るためにハザードカルテを作成	どなたでも	30分～45分	危機管理センター	土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	17	台風や大雨に備えて ～あなたの命を守るために～	台風・大雨・線状降水帯の発生メカニズム、これらから起こる災害、防災情報の収集、避難行動など	小学生以上	45分～1時間	危機管理センター	開催可能時期：7～3月 土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	18	水害から命を守るために（小中学生の避難編）	ハザードマップの見方や活用、避難の必要性やタイミングなど	小学生・中学生	45分～1時間	危機管理センター	開催可能時期：7～3月 土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	19	水害から命を守るために（高齢者の避難編）	防災気象情報の取得が困難な人に対して、情報の取得方法やアクセス方法などを解説	65歳以上	45分～1時間	危機管理センター	開催可能時期：7～3月 土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	20	マイ・タイムライン作成 ～家族の命を守るために～（小中学生編）	ハザードマップで自宅周辺の災害リスクを確認し、水害から命を守るためにマイ・タイムラインを作成	小学生・中学生	45分～1時間	危機管理センター	開催可能時期：7～3月 土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	21	マイ・タイムライン作成 ～家族の命を守るために～	ハザードマップで自宅周辺の災害リスクを確認し、水害から命を守るためにマイ・タイムラインを作成	高校生以上	45分～1時間	危機管理センター	開催可能時期：7～3月 土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	22	火災予防のおはなし～命を守るために～	火災を起こさないための日ごろの注意点	小学生以上	1時間	志太消防本部 予防課	土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	23	消火器の使い方、119番のかけ方を正しく覚えよう	消火器の種類と正しい使い方、119番通報の正しいかけ方	中学生以上	45分～1時間	志太消防本部 予防課 情報指令課	土日・祝日及び夜間 開催は要相談
防災・安全	24	安全・安心まちづくり	交通事故や特殊詐欺被害に遭わないために、対策や事例を紹介	小学生以上	1時間	交通安全☒地域安全課	土日祝・夜間の開催は不可

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
防災・安全	25	あなたの財産を狙う、悪質商法あれこれ	最近の悪質商法の手口とその対処法を寸劇を交えて紹介	どなたでも	1時間	消費生活センター	開催期間：7月～2月 土日祝・夜間の開催は不可 ※啓発DVDのレンタル有(要事前相談)
都市計画	26	中心市街地のまちづくり	内閣総理大臣認定中心市街地活性化基本計画の内容とその取り組み	どなたでも	1時間	中心市街地活性化推進課	土日祝・夜間の開催は要相談
都市計画	27	知っておきたい 美しい景観・屋外広告物の正しい知識	正しい知識で、美しい景観まちづくり	小学生以上	1時間	都市政策課	開催日時要相談
都市計画	28	知っていると便利！～バスじゃない移動サービス～	「乗合タクシー、デマンドバス足すと号、出かけっCAR、シェアサイクル」などの藤枝市の新しい交通のしくみの紹介	どなたでも	1時間	地域交通課	
都市計画	29	君は知ってる？～路線バス～	バスの乗り方講座やバスに関するクイズで楽しくバスについて学ぶ	5歳以上	1時間	地域交通課	
都市計画	30	1時間で丸わかり！～藤枝の公共交通～	公共交通の現状(路線網、収入状況など)や公共交通で移動する際のお役立ち情報を学ぶ	どなたでも	1時間	地域交通課	
都市計画	31	自然豊かな暮らしを楽しむ 「優良田園住宅制度」	市街化調整区域内で住宅建設が特例として可能となる優良田園住宅制度の紹介	どなたでも	30分～1時間	住まい戦略課	土日・祝日開催は要相談
産業	32	なにげない一杯のお茶で最高の”おもてなし”	藤枝茶を使用したおいしいお茶の淹れ方教室	小学生以上 15人程度まで	1時間	お茶のまち推進室	開催可能時期：7月～2月 土日・祝日及び夜間開催は不可
産業	33	地産地消を考えよう	地元産の農産物の地産地消について考える	小学生以上 30人程度まで	30分～45分	農業振興課	土日・祝日及び夜間開催は不可
D X	34	今日から使える！はじめてのデジタル活用講座	藤枝市に関するアプリ・サービスの利用方法や、スマートフォンを安全に使うための基本的な操作方法など、要望に応じてデジタル活用をサポートする講座を実施	どなたでも	30分～ 1時間30分	情報デジタル推進課	土日・祝日開催は要相談 申請書の「特に知りたい点」欄に要望を記入してください。 受講後アンケートにご回答いただきます。

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
環境	35	地球が今、”あつい”！？	地球温暖化防止対策として藤枝市が行っている環境施策、家庭でできる対策について ※希望に応じて食品ロスや生物多様性を中心とした講座も可能	小学生以上	30分～1時間	環境政策課	
環境	36	ごみの減量とリサイクル	ごみの減量化、資源化とリサイクルの必要性	小学4年生以上	30分～45分	生活環境課	土日・祝日及び夜間開催は不可
環境	37	おいしい水はどこから？ 「水道のあらまし」	水道の概要・水道の仕組みや給水活動体験	小学生以上	1時間	上水道課	※雨天の場合中止、または延期となります。土日・祝日及び夜間開催は要相談。
環境	38	私たちの使った水はどこへいくの？ 「下水道の役割」	汚水処理のしくみとその効果	小学4年生以上	30分～1時間	下水道課	プロジェクター等で映像が視聴できる会場であること。(機材は下水道課で用意します。)
環境	39	守ろう！育てよう！藤枝市の森林～SDGs達成に向けた森づくり～	地球温暖化や災害の防止など森の力について触れながら、藤枝市の取組みについて紹介	小学4年生以上	30分～45分	農林基盤整備課	
環境	40	オーガニック(有機農業)ってなに??	環境に配慮した持続可能な有機農業の推進に向けた取組について	小学生・中学生	45分～1時間	オーガニックのまち推進室	日程は要相談
社会保障	41	介護保険アラカルト	介護保険の保険料と利用料、申請から認定まで介護保険で利用できるサービス	どなたでも	1時間	介護福祉課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
社会保障	42	国民年金制度について	国民年金の取得、喪失、受給	どなたでも	1時間	国保年金課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
社会保障	43	国民健康保険制度について	75歳未満の医療保険	どなたでも	1時間	国保年金課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
社会保障	44	75歳からの医療保険「後期高齢者医療制度」について	75歳以上の医療保険制度のしくみ、広域連合について	どなたでも	1時間	国保年金課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	45	災害時における避難行動要支援者の支援について	避難行動要支援者の支援について(避難の流れ、地域での体制づくりなど)	中学生以上	30分～40分	福祉政策課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	46	藤枝市の地域福祉計画について	地域福祉計画の概要等についてのお話	中学生以上	1時間	福祉政策課	土日・祝日及び夜間開催は要相談

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
健康・福祉	47	～権利とくらしを支える制度～ 「成年後見制度」などの権利擁護支援について	成年後見制度をはじめとする権利擁護に関する制度や、市民後見人の養成・役割について	中学生以上	1時間	福祉政策課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	48	地域の相談窓口、民生委員・児童委員について	民生委員・児童委員制度についてのご紹介	中学生以上	30分～1時間	福祉政策課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	49	障害についての基礎知識	身体・知的・精神障害についての基礎知識、障害福祉サービスについて	小学4年生以上	1時間	障害福祉課	土日・祝日開催は要相談
健康・福祉	50	障害を知り、共に生きる 「みんなが笑顔で支え合う共生社会の実現」	障害および障害のある人への理解や配慮などについて共に考える	小学4年生以上	1時間	障害福祉課	土日・祝日開催は要相談
健康・福祉	51	簡単な手話を習得しよう！	聴覚障害者とコミュニケーションを図る際の簡単な手話の習得	小学4年生以上 20人以内	1時間～ 1時間30分	障害福祉課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	52	健康講座	A：生活習慣病予防など健康について B：健康長寿について	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日開催は要相談
健康・福祉	53	女性の健康づくり講座	新 女性ホルモンの働きとライフステージごとの変化や対処法についてなど	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	54	季節と上手に付き合う健康づくり	新 熱中症予防やヒートショック予防について	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	55	健口講座	口からはじめる健康づくり（歯科衛生士が担当）	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は不可
健康・福祉	56	健康へ導く食事のポイント講座	健康長寿は食事から！元気なからだをつくるポイントについて管理栄養士が説明	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は不可
健康・福祉	57	成長期のジュニアアスリートに贈る！栄養講座	スポーツを楽しむ成長期のこどものための食事のポイントについて	小学生以上	45分～1時間	健康推進課	日程は要相談
健康・福祉	58	高血圧対策講座	今日からあなたも減塩名人！血圧を下げるコツ	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	59	メンタルヘルス&ゲートキーパー講座	こころの健康を保つためにできること、ゲートキーパーの役割とは？	どなたでも	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
健康・福祉	60	高齢者福祉サービス	介護保険制度にない市独自の高齢者福祉サービス	どなたでも	30分～45分	地域包括ケア推進課	土日・祝日開催は要相談

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
健康・福祉	61	「食べる」につながる口腔ケア	口腔ケアの座学や実践	介護事業所 など	1時間	地域包括ケア推進課	土日・祝日開催は要 相談
健康・福祉	62	今日からはじめる口腔ケア	正しい口腔ケアのお話と実技	65歳以上	1時間	地域包括ケア推進課	土日・祝日開催は要 相談
健康・福祉	63	～みんなで支える地域の笑顔～ 「地域包括ケアシステム」とは？	誰もが住み慣れた地域で自分らしく暮らせるま ち藤枝を目指す「地域包括ケアシステム」の必 要性について	中学生以上	1時間	地域包括ケア推進課	土日・祝日開催は要 相談
健康・福祉	64	～みんなで支える地域の笑顔～ 在宅療養を支える みかた 訪問看護編	住みなれた地域で自分らしく暮らすために必要 な医療と介護の上手な利用について訪問看護師 などが説明	成人	1時間	地域包括ケア推進課	土日・祝日開催は不 可
健康・福祉	65	認知症の人とともに築く地域づくり	認知症の本人の声から、誰もが暮らしやすい地 域について考える	小学生以上	1時間～ 1時間30分	地域包括ケア推進課	土日・祝日開催は要 相談
健康・福祉	66	藤枝で増えつつある”高血圧症”に対策を ～「減塩」「運動習慣」定着を目指して～	高血圧症や予備軍の人にぜひお勧め！減塩、運 動のポイントを専門医が説明	どなたでも	1時間～ 1時間30分	地域医療連携室	開催日時要相談
健康・福祉	67	人間ドック・健診のすすめ	人間ドック・健診のすすめについて	成人	20分	健診推進室	土日・祝日及び夜間 開催は不可
健康・福祉	68	生涯スポーツの推進	誰でも気軽に取り組むことができるニュース ポーツの体験	小学生以上 30人以内	1時間	スポーツ振興課	土日・祝日及び夜間 開催は不可
健康・福祉	69	看護職への道	看護師・保健師・助産師の魅力や進路、学校で の学習内容など	小学生以上	45分～1時間	組合立静岡県 中部看護専門学校	土日・祝日及び夜間 開催は不可 参加者100人規模は不 可 2か月前までにお申 し込みください。
健康・福祉	70	いのちの話	“いのち、って何？命の大切さを考える	小学生以上	45分～1時間	組合立静岡県 中部看護専門学校	土日・祝日及び夜間 開催は不可 参加者100人規模は不 可 2か月前までにお申 し込みください。
健康・福祉	71	日常生活の中の応急措置	日常生活の中での鼻血や火傷、切り傷、熱中症 などの予防と対処方法(子ども、成人、高齢者 など世代に沿った内容に調整可能)	どなたでも	45分～1時間	組合立静岡県 中部看護専門学校	土日・祝日及び夜間 開催は不可 参加者100人規模は不 可 2か月前までにお申 し込みください。

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
健康・福祉	72	事業所のみんなで健康づくり ～健康づくりの有資格者を職場に派遣します～	市内中小事業所や民間団体で実施する健康づくり A：運動・食事・口腔ケア・喫煙対策など、事業所のニーズに合わせた内容の講座 B：健康なからだづくりのため、体組成(体重、筋肉量、脂肪量など)測定と軽度な運動時指導(講座は2回セットで、1回目実施の3カ月後に2回目の講座を実施します)	市内事業所・民間団体	A：30分～1時間 B：1時間～1時間30分	健康企画課	土日・祝日開催は不可 夜間開催は要相談 ご希望のコース・分野(運動・食事・口腔ケア・喫煙対策など)を申請書の「特に知りたい点」欄に記入してください。
健康・福祉	73	お薬のお話	薬に関する基礎知識や飲み方などを学ぶ	小学生以上	1時間	藤枝薬剤師会	時間は要相談。 2カ月前までにお申し込み下さい。
子育て・教育	74	藤の里子育て支援情報	市内の保育園や子育て支援センター、ファミリーサポートセンターなどの子育てサービスの状況と児童福祉制度	どなたでも	1時間	こども課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
子育て・教育	75	楽しい子育てアラカルト	楽しい!!手作りおもちゃの作り方と遊び方	中学生以上	1時間	こども課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
子育て・教育	76	藤枝の教育	藤枝市の教育の理念や特徴、施策などについて	高校生以上	30分	教育政策課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
子育て・教育	77	今どきの学校給食	学校給食を通じた食育の取り組み、施設見学、給食の栄養管理、献立ができるまでなどの学習会(20人以内のグループ、実費で試食も可能)	3/4が小・中学生の子を持つ保護者グループ	1時間～1時間30分	学校給食課	会場は中部学校給食センターのみ
子育て・教育	78	地域の学校応援団「学校サポーターズクラブ」って?	学校サポーターズクラブの取り組み・制度の紹介。できることを無理なく、子どもたちや学校のサポートをしてみませんか?	小学生以上	30分～45分	生涯学習課	
子育て・教育	79	親と子の絆を深めるには～子どもの成長のために～	家庭における親の役割や、親子のコミュニケーションなど家庭教育についてのアドバイス	保護者・事業所等	45分～1時間	生涯学習課	
子育て・教育	80	見方を変えて味方になろう! ～発達障害の理解のために～	発達障害について疑似体験を通して学ぶ	どなたでも	1時間30分	こども発達支援課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
子育て・教育	81	児童虐待を知ろう! ～子どもの安全・安心のために～	“児童虐待”とは何か?また、その予防や対応などを学び、子ども達の安全・安心を考える	小学生以上	1時間～1時間30分	こども・若者支援課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
子育て・教育	82	ドメスティック・バイオレンス(DV)	配偶者・恋人、家庭内での暴力について考える	中学生以上	1時間	こども・若者支援課	土日・祝日及び夜間開催は要相談

分野	番号	講座名	講座内容	対象者	講座時間	担当課(室)	備考
子育て・教育	83	ヤングケアラーについて	本来大人が担うと想定されているような家事や家族の世話などを日常的に行うことによる責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことを考える	小学生以上	1時間	こども・若者支援課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
子育て・教育	84	性の多様性ってなんだろう？	男子はズボン、女性はスカート？LGBTQ+や性の多様性について考える	小学生以上	1時間	男女共同参画・多文化共生課	土日・祝日開催は要相談
子育て・教育	85	幼児期～学齢期の食生活講座	幼児期～学齢期の適切な食生活と、年代ごとに起こりがちな食生活の乱れへの対応方法について	幼児期・学齢期の子保護者	1時間	健康推進課	土日・祝日及び夜間開催は不可
子育て・教育	86	SNS・ゲームとの上手な付き合い方	インターネット依存(主にゲーム障害、SNS依存について)	学齢期の子保護者	1時間	健康推進課	土日・祝日開催は要相談
歴史・文化	87	文化の力で心ときめくふじえだ～心豊かにいきいきと、人が輝くまちをめざして～	文化マスタープランの内容と市が取り組んでいる文化施策について	高校生以上	1時間	街道・文化課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
歴史・文化	88	駿州の旅日本遺産って何？！	日本遺産制度の概要と令和2年度日本遺産に認定された「駿州の旅日本遺産」の魅力	どなたでも	1時間	街道・文化課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
歴史・文化	89	すんしゅうの旅って何？(小学生編)	クイズなどを交えて「駿州の旅日本遺産」を楽しく学ぶ	小学生	30分～45分	街道・文化課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
歴史・文化	90	藤枝の歴史	藤枝の歴史と文化財、藤枝ゆかりの文学と文学者	中学生以上	1時間	文化財課	土日・祝日及び夜間開催は要相談 休館日の開催は不可
歴史・文化	91	こども歴史講座	クイズ・映像を交えて藤枝の歴史や昔の暮らしについて	小学生	1時間	文化財課	土日・祝日及び夜間開催は要相談 休館日の開催は不可
歴史・文化	92	なつかし回想法サロン～思い出話で脳を元気に！～	昔の暮らし道具や映像をもとに、グループで懐かしい話の花を咲かせて、脳を活性化	60歳以上	1時間	文化財課	休館日及び夜間の開催は不可 土日祝日は要相談
歴史・文化	93	藤枝市の姉妹友好都市の紹介	本市の姉妹友好都市の紹介	小学生以上	30分～45分	広域連携課	土日・祝日及び夜間開催は要相談
歴史・文化	94	台湾と日本の違いを大発見！	新 台湾と日本を比べながら、台湾を紹介します	小学生以上	30分～45分	広域連携課	土日・祝日及び夜間開催は要相談