

# 《市職員編》

No	メニュー名	担当課	内容
1	悪徳商法!!「知らないと損・そん」	市民生活課	ネットショッピング等の契約トラブル事例と対策、特殊詐欺について ※6月以降～
2	身近な税をしりましょう	市民生活部税務課/国保介護諸税係	国民健康保険税について ※8月～12月に実施可能
3	大地震に備えて、あなたの家は大丈夫？	建築住宅課/建築係	木造住宅の耐震診断、耐震改修及び危険ブロック塀等の除却に関する各補助事業のご紹介 ※実施可能時期 5月以降～ ※造住宅耐震化については、昭和56年5月以前に建築された住宅に限ります
4	安心、安全「災害用マンホールトイレ」を使ってみましょう	下水道課/経営係・施設管理係	災害の時、安心して安全なトイレが利用できるかは、とても重要な問題です 市民センターや小中学校を会場に、マンホールトイレの組立方や使い方をお伝えします ※一般の方々だけでなく、学校の授業にも対応できます
5	うんちはすごい！ 下水道のひみつ	下水道課/経営係・施設管理係	「うんちにまつわるテクノロジー」、「災害時のうんち」について、楽しくお伝えします ※一般の方々だけでなく、学校の授業にも対応できます
6	子どもと一緒に家族でよい食習慣を身につけよう！	健康推進課 予防検診係	子どもの成長に合わせた、栄養満点で簡単な料理や食べ方のコツをお伝えします
7	何をどれだけ食べたらいいの？～ 主食・主菜・副菜をそろえよう！～	健康推進課 予防検診係	健康維持の食事の適量や組み合わせをお伝えします
8	『幸せ子育て』をしよう	健康推進課 こども健康係	“完璧な子育てなんて無理！まあいいか～”で、幸せ子育てになるヒントをお伝えします
9	『子どもに伝わる』伝え方	健康推進課 こども健康係	子どもの成長に合わせた言葉のかけ方、関わり方についてお伝えします
10	日常的に取り組める健康づくり	健康推進課 健康支援係	熱中症予防、ヒートショック、感染症対策等のそれぞれの症状や予防法についてお伝えします
11	生活習慣病を予防しましょう！	健康推進課 健康支援係	高血圧、糖尿病、がんなどの病気について。検診結果の見方の説明や軽体操も可です
12	みんなで考える こころの健康	健康推進課 健康支援係	こころの病気やストレスについて、ストレスのイライラの解消法をお伝えします
13	みんなで考える お酒の事	健康推進課 健康支援係	あなたは飲める派？飲めない派？アルコールパッチで体質チェック！
14	悩んでいる人に気付いたら… ～ゲートキーパーとは～	健康推進課 健康支援係	ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気付き、声をかけ、話をきいて必要な支援につなげ、見守る人のことです、身近な人の「もしかして…」に気付いた時の声のかけ方などをお伝えします
15	マイ・タイムラインを作成しよう。	防災課 危機対策係	台風等の接近により河川水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列に整理し、まとめるものであり、避難行動のチェックリストや避難判断のサポートツールとして活用できる住民一人ひとりのタイムラインの作成要領を講習する ※令和3年7月以降～
16	原子力災害への備え	防災課 危機対策係	女川原子力発電所の事故発生後の事態の進展に応じた行動の概要及び設置場所（立寄り場所、一時集合場所、避難退域時検査場所、避難所受付ステーションなど）の詳細を説明し、市民の理解を深める ※令和3年7月以降（原子力災害時における広域避難計画の改正後）
17	もっとわかる！高齢化社会！～ 高齢化社会の疑問にお答えします～	高齢障害支援課/ 高齢介護係	「もっと知りたい高齢者福祉サービス」「高齢化社会を考えよう」「あんしん老後！今からはじめよう介護予防」「あんしん老後！今からはじめよう介護予防」「ワンストップ高齢者相談」等
18	住み良いまちをつくる「協働」講座	市民協働課 協働推進係	市民協働のまちづくりとは？地域の課題や解決方法は？地域の行事が持つ意義とは？趣味や楽しい活動から始まるまちづくりの紹介など【自治会役員の交代時などの勉強会、研修会等の奨励メニュー】
19	男女共同参画って何だろう？	市民協働課 協働推進係	男女の性別を問わずに、生き生きと活躍できる社会とは？身近でできることを一緒に考えてみませんか？
20	公益活動団体 & NPO 講座	市民協働課 協働推進係	市では様々な分野で活動している、またはこれからしたいという団体やグループに対して、市民公益活動団体の登録制度を活用してサポートを行っています。団体の立上げや助成制度、団体のルール作りや会計処理などの基礎知識、NPOの設立などについて学んでみましょう！ ※蔵しっくパークと共催

# NEW 新メニュー

No.	メニュー名	担当課	内容
21	SDGs(エス・ディー・ジー・ズ)国連や日本が採択したSDGs(持続可能な発展目標)って？	地方創生・SDGs推進係	「誰一人置き去りにしないため」地域と世界をつなぐ合言葉。環境、社会、経済をテーマに「あなたのSDGs」を一緒に考えてみませんか？
22	デマンドタクシー「らくらく号」かんたん出張講座～スーパー・病院へのおでかけ お得に通うには？～	復興政策課 地域振興係	らくらく号の乗り方や予約の仕方について説明し、その場で登録も行います。 ※平日9時から17時
23	★ごみを減らして家庭も地域も身軽にね！	市民生活課 環境係	捨てればごみ、活かせば資源となるごみを、しっかり分別してごみの減量化を図るための説明会です。(10名以上から、たくさんのお申込、待っています。)
24	★無駄をなくして、おいしく食べ切ろう！	市民生活課 環境係	今話題の食品ロスを減らすために、身近なところから取り組んでいきましょう。 ※10名以上から、たくさんのお申込、待っています。
25	農地のことなら「なんでも相談室」	農業委員会	農地の利用集積、権利移動、転用、農業者年金について
26	ここが知りたい！私たちの市議会	議事総務課 議事総務係	議会のしくみ・傍聴方法・議会広報について※1・4・5・7・8・10・11月のみ
27	知っていますか？東松島市の観光と特産	商工観光課	観光資源の紹介と、特産品の紹介
28	ノーマライゼーションを考える ※疑似体験あり	社会福祉協議会	社会づくりのための講話やキャップハンディ体験など
29	地元産大豆で作る木綿豆腐作り	農林水産課/ 農林水産総務係	地元産の大豆を使って自分たちでオリジナル豆腐作りに挑戦。※7月～12月
30	グルテンフリーの米粉で調理	農林水産課/ 農林水産総務係	米粉の特徴を活かしたピザ、揚げ物、蒸しパン作り。※7月～12月
31	絵本の選び方	図書館	子どもが興味を引く絵本の選び方・読み聞かせのポイント※講座の準備がありますので、申し込みは1か月以上前をお願いいたします。
32	乳幼児向けおはなし会	図書館	親子(乳幼児)を対象とした読み聞かせ・手遊び・絵本の選び方※講座の準備がありますので、申し込みは1か月以上前をお願いいたします
33	ストレッチは体のサプリメント (一般～高齢者対象)	生涯学習課 スポーツ振興係	正しいストレッチ方法や楽しくできる軽スポーツを学びます
34	あなたも「ニュースポーツリーダー」 (中学生以上対象)	生涯学習課 スポーツ振興係	地域活動に役立つようなニュースポーツを学びます
35	リズムで変わる！動きが変わる！	生涯学習課 スポーツ振興係	8ビート合わせてラインをジャンプ、リズムジャンプ 約30分～45分 ※年齢や内容は要相談 ※10名以上でお願いします。
36	まだあるよ！スポーツの知らない世界！(幼児・小学生対象)	生涯学習課 スポーツ振興係	バグー、ドッチビー、リングキャッチ、キャッチング・ザ・スティック、スポーツテンカなど体験できます。 ※10名以上でお願いします(父兄含む)。 ※内容に記載している競技以外を希望される場合は、ご相談ください。
37	掘ってわかった おらほの歴史	文化財係 (縄文村)	発掘調査等で明らかになった郷土の歴史を、分かりやすく紹介します
38	まるごと縄文出前講座	文化財係 (縄文村)	現代に繋がる縄文時代の生業や食生活、精神文化などの縄文にまつわる話や、火おこし・勾玉作りなどの体験学習。まるごと資料館がお出かけします。 ※内容や費用(体験代)要相談
39	災害の歴史から今後の防災を考え～ ～地中に残された災害の履歴～	文化財係 (縄文村)	市内の遺跡等に残された津波や洪水等の痕跡から、過去の災害を読み解きます。
40	生涯楽集のがくしゅう	生涯学習課 社会教育係	生涯学習のまちづくりを進める市の取り組みとこれから
41	子どもによる子ども会活動のススメ	生涯学習課 社会教育係	子ども中心の子ども会活動について学習