

《市職員編》

| No | メニュー名 | 担当課 | 内容 |
|----|---|------------------|--|
| 1 | 悪徳商法「知らない・損・そん」 | 市民生活課/消費者生活相談窓口 | 悪徳商法や特殊詐欺被害防止対策や事例を説明。消費者のモラルの向上を目指す。DVDや朗読劇等を通して周知、啓発を図る。 ※6月以降～実施可能 |
| 2 | 身近な税をしりましょう | 税務課 | 市税について ※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種補助事業のご紹介。※木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。※5月以降に実施可能 |
| 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 | わがまちの浸水対策と下水道 | 下水道課/経営係・施設係 | みなさんが生活している地域の浸水対策がどうなっているかお伝えします。 ※施設の見学も対応可能です。 |
| 6 | 津波浸水想定への備えと避難行動 | 防災課/危機対策係 | 令和4年5月に宮城県が公表した最悪条件(満潮時、地震で地盤沈下、防潮堤が崩壊)の下に作成された津波浸水想定区域や避難場所、避難路を説明し、いざという時の避難行動に備えていただくもの。 ※7月以降～ |
| 7 | 自宅周辺の災害リスクを知ろう | 防災課/危機対策係 | 東松島市ハザードマップや国土交通省の浸水ナビを活用し、自宅周辺の洪水浸水区域の有無、洪水浸水区域の場合における浸水する深さや浸水が継続する時間又は土砂災害警戒区域の指定状況などを説明し、災害リスクを知ってもらおう。 ※7月以降～ |
| 8 | SDGs(エス・ディー・ジーズ)について考えよう | SDGs・脱炭素社会推進係 | SDGsについて学び、個人でできること、団体や地域でできることを一緒に考えましょう。 |
| 9 | デマンドタクシー「らくく号」かんたん出張講座～スーパー・病院へのおでかけお得意には？～ | 復興政策課/地方創生・基地対策係 | らくく号の乗り方や予約の仕方について説明し、その場で登録とチケット販売を行います。 ※平日9時から17時 |
| 10 | 発達障害って何？ | 復興政策課/地方創生・基地対策係 | 発達障害という名前やなんとなくこういふ人という認知が広がっておりますが、「児童発達支援管理責任者・社会福祉士専任資格」を取得している地域おこし協力隊員が、身近に感じている疑問についてお答えします※地域おこし協力隊員のため、日程は要相談。 |
| 11 | 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 | 高齢部障害支援課 | 「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。 |
| 12 | 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/予防健診係 | 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。 |
| 13 | 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/予防健診係 | 健康維持の食事の適量や組み合わせをお伝えします。 |
| 14 | 幸せ子育てをしよう | 健康推進課/子ども健康係 | “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。 |
| 15 | 『子どもに伝わる』伝え方 | 健康推進課/子ども健康係 | 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。 |
| 16 | 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能です。 |
| 17 | 日常的に取り組める健康づくりお伝えします | 健康推進課/健康支援係 | 熱中症予防、ヒートショック、感染予防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。 |
| 18 | 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。 |
| 19 | 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！ |
| 20 | 指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、指んでいる人に気付き、声をかけ、話を聴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。 |
| 21 | 「自分らしく生きる」～あなたの身近な男女共同参画～ | 市民協働課/まちづくり推進係 | 私達の周りには、男女の性別の違いによる役割の「無意識な思い込み」が多くあります。家庭生活、地域活動、職場などの事例から『男女共同参画』を身近に感じていただける講座です。 |
| 22 | 住みよ！まちをつくる協働講座 | 市民協働課/自治組織支援係 | 市民協働のまちづくりについての説明、各地区の取り組みを用いて地域の課題解決方法を紹介します。 |

| No | メニュー名 | 担当課 | 内容 |
|----|---------------------------------------|---------------|---|
| 23 | 混ぜれば「ごみ」分ければ「資源」サステナ出前講座 | 市民生活課/環境衛生係 | 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。 |
| 24 | もったいない！食品ロスを考えよう | 市民生活課/環境衛生係 | 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。 |
| 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、議会広報など。 ※1・4・5・7・8・10・11月のみ |
| 27 | 東松島市の観光と特産品 | 商工観光課/観光振興係 | 観光資源の紹介と、特産品の紹介。 |
| 28 | 宮城オルレ奥松島コースを歩こう | 商工観光課/観光振興係 | 宮戸島にある、約10kmのトレッキングコース・宮城オルレ奥松島コース。半分の約5kmを自然と縄文時代の歴史を感じながら、職員と一緒にゆっくり歩きます。(所要時間2時間) ※雨天中止・集合及び解散場所あみな(宮戸字川原5-1) |
| 29 | 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。 |
| 30 | 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豆腐作りに挑戦。 ※7月～12月(平日のみ) |
| 31 | 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料理、お菓子作り。 ※7月～12月(平日のみ) |
| 32 | 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か月以上前にお願いたします。 |
| 33 | 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か月以上前にお願いたします。 |
| 34 | 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 | 正しいストレッチを学び、ストレッチをする前と後の身体の変化を実際に体験し、ケガや病気のしにくい身体を整えましょう。 |
| 35 | まだあるよ！スポーツの知らない世界(幼児～) | 生涯学習課/スポーツ振興係 | バドミントン、ドッチビー、リングキャッチ、キャッチング・ザ・スティック、スポーツテイクなど様々な種目を体験できます。 ※10名以上でお申し込み(父兄含む)。自治会、子ども会、サークルなど様々な活動の場で指導をさせていただきます。また、中学生以上は指導方法を学ぶための研修会の実施も可能です。活動内容に合わせてご相談下さい。 |
| 36 | リズムが変わる！動きが変わる！ | 生涯学習課/スポーツ振興係 | 8ビートに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名以上でお申し込み。 |
| 37 | 体力測定(20歳～64歳、65歳～79歳のカテゴリで計測種目が異なります) | 生涯学習課/スポーツ振興係 | 新体力テストの内容で、現在の体力年齢を測定します。結果と実年齢との差を見て、健康増進の意識を高めましょう。 ※会場は問いません。指定いただいた会場の広さに合わせて内容で実施します。 ※会場の都合や当日の体調等で実施できない種目がある場合、正しい体力年齢を測定できない場合もあります。 |
| 38 | 掘ってわかった おらまの歴史 | 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。 |
| 39 | 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りします。 ※内容や費用(体験代)要相談 |
| 40 | 災害の歴史から今後の防災を考える～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。 |
| 41 | 生涯集積のがくしゅう | 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。 |
| 42 | 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。 |