

1. まちづくりと防災

●新講座【NEW】

●子ども向け 

●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
101	スマートシティについて	スマートシティ推進の取組	データやデジタル技術の活用により地域課題を解決し、魅力的なまちづくりを目指すスマートシティ推進の取組についてご説明します。	対象：小学5年生以上 60分程度 開催日時・場所は要相談	企画政策部 企画課 ☎083-231-1911
102	下関市総合計画、下関市まち・ひと・しごと創生総合戦略について	「可能性を築くまち」に向けて	本格的な人口減少社会の到来にあたり、市が将来目指す市民生活や地域社会の姿を分かりやすく示し、その実現に向けた取組についてご説明します。	対象：中学生以上 60分程度 開催日時・場所は要相談	
103	議会について 	市議会のしくみや取組について	市議会の役割や会議の流れ、これまでの取組等を説明します。	対象：小学生以上 開催日時：要相談 開催場所：下関市議会（議場）	議会議務局 ☎083-231-2414
104	公共施設はどうなるの？ 	これからの公共施設をみんなで考えよう	公共施設は老朽化など様々な課題を抱えています。次世代に負担をかけない魅力ある施設を考えてみませんか。	対象：小学5年生以上 平日9時～16時 60分程度	総務部 資産経営課 ☎083-231-1912
105	災害に備えて 	家庭とまちを災害から守る	市が行う防災対策や個人・家庭でできる防災対策の解説など、防災の一般的な知識について説明します。	対象：小学生以上 平日9時～16時 <small>（土日祝は要相談、申し込みは1カ月前まで） ※災害発生時は延期・中止となる場合があります。</small>	総務部 防災危機管理課 ☎083-231-9333
106	災害図上ゲーム（DIG） 	机上での疑似災害体験と防災訓練	地図を参加者全員で囲み、地域の特性や災害時の対応策などのイメージトレーニングをします。 ◆準備物：地図、模造紙等 ◆実施時間の目安：90分～120分	対象：小学3年生以上 平日9時～16時 <small>（土日祝は要相談、申し込みは1カ月前まで） ※災害発生時は延期・中止となる場合があります。</small>	
107	住民自治によるまちづくり	魅力ある「元気な下関」を目指して	市民の皆さんや市民活動団体・企業などが参加し、地域の課題を発見し解決する。また、地域と行政とが連携し地域力を発揮できるまちづくりについて考えてみませんか。	対象：高校生以上 時間：30分～45分程度 <small>（質疑応答を含む）</small> 開催日時・場所は要相談	市民部 まちづくり政策課 ☎083-231-1261
108	市民協働参画	市民と市民、市民と行政の協働の取組	身近で活動する、様々な分野の市民活動の取組について紹介します。あわせて、市民皆様のご意見を市政に反映できるしくみについて紹介します。		
109	幼児・小学生の交通教室 	ルールを守って交通安全	横断歩道等の交通ルールを指導します。	対象：園児～小学生 1回30～60分程度 8月を除いた平日午前中のみ11時から対応可能（幼児・小学生の授業での開催は除く）	市民部 生活安全課 ☎083-242-0797

1. まちづくりと防災


●新講座【NEW】







●子ども向け 

●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
110	高齢者向け交通安全教室	交通事故にあわないために	高齢者の交通事故の特徴を話し、反射材の使い方などを説明します。	対象：大人 1回30～60分程度 8月を除いた平日午前中のみ1時から対応可能	市民部 生活安全課 ☎083-242-0797
111	観光っておもしろい！入門講座	観光の仕事ってどんなことしてるの？	身近な下関の魅力を再発見しながら、観光のしくみや仕事を楽しく学びませんか？	対象：中学生以上 60分程度(平日の9:00～16:00)	観光スポーツ文化部 観光政策課 ☎083-231-1350
112	イノシシ、シカ、サル等に 出会ってしまったら 	野生動物への接し方について考えてみませんか	近年、人の生活圏でも目撃される野生動物の特徴や習性を知り、正しい対処方法について学びます。	対象：小学生 時間：45分程度 開催日時は要相談	農林水産振興部 農業振興課 有害鳥獣対策室 ☎083-231-1262
113	下関市の都市計画	まちづくりのルールについて	都市計画法の概要と土地利用・都市施設等の制度について説明します。	対象：高校生以上 60分程度	都市整備部 都市計画課 計画係 ☎083-231-1932
114	立地適正化計画	コンパクトなまちづくりの推進について	都市計画区域内における「持続可能なまちづくり」の取組について説明します。	平日(日程は都市計画課と要事前打合せ)	
115	景観について考えよう！	みんなで守り、育て、創る	下関市の景観まちづくりの取組について説明します。	対象：中学生以上 60分程度 日程は都市計画課と要事前打合せ	都市整備部 都市計画課 景観係 ☎083-231-1225
116	下関市屋外広告物条例について	屋外広告物のルールをご存知ですか？	下関市屋外広告物条例の内容について説明します。	対象：大人 60分程度 日程は都市計画課と要事前打合せ	
117	区画整理について	区画整理とはどのようなものか	「区画整理」とはどのようなまちづくりなのかを説明します。	対象：大人 日時・場所等は要相談	都市整備部 市街地開発課 ☎083-224-2011
118	わかりやすい市街地再開発	市街地再開発事業とは？	土地の有効利用を図りながら、快適なまちづくりを行うためにはどうすればよいか説明します。	対象：大人 人数：5～20人程度 時間：30～60分（質疑応答含む） 開催日時・場所等は要相談	


1. まちづくりと防災


●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 








	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
119	身近な危険物と消火方法		ガソリン、灯油などの燃焼実験を通して危険物の性質を学習し、消火要領について説明を行います。	対象：中学生以上 60分程度 開催日時・場所等は要相談	消防局 予防課 ☎083-233-9113
120	気象災害や地震災害に備えて 	災害から身を守ろう！	災害から身を守るための行動や防災気象情報を学習する講話やワークショップを行います。	対象：小学生以上 暖候期（4月～9月）を除く 平日の9時～17時 ※悪天や地震発生時には対応できないことがあります。	下関地方気象台 ☎083-234-4007
121	自分の命を守る防災教室 	自然災害から自分の命を守るために必要な知識を学ぶ	自分達の地域で起こりうる自然災害に対する基礎知識と、自分達で出来る事前対策等、クイズも含めて楽しく説明します。	対象：すべて 平日・土日・祝可 申し込みは1カ月前まで 開催日時・場所は要相談	下関市防災士連絡会 ☎090-9461-0291
122	災害図上訓練 	5～8人のグループによるゲーム感覚での災害疑似体験及び災害訓練	災害図上訓練D I Gや避難所運営訓練(段ボールベッド設営体験)など参加者で話し合い、イメージトレーニング、テーマを決めた上でのグループワークなど、希望に応じて実施します。	対象：小学4年生以上 平日・土日・祝可 申し込みは1カ月前まで 開催日時・場所は要相談	
123	災害への備え 	大雨・地震・津波の中から選択された災害の基礎的な知識、備えについてお伝えします。	災害別に平時に備えの重要性等を理解するための講義（1時間） おススメ：防災活動を始めるきっかけを作りたい皆様	対象：小学3年生以上 時間：60分程度 日時・場所は要相談 申込期限：開催の2か月以上前 プロジェクターとスクリーンをご準備下さい。	
124	災害エスノグラフィ 	被災者の体験談を聞きながら読んで 避難所生活の追体験を！	大規模災害の被災者の体験談を通じて災害を追体験し、被災状況をイメージするカリキュラム おススメ：何から防災に取り組みばよいか悩んでいる皆様	対象：高校生以上 時間：60分程度 日時・場所は要相談 申込期限：開催の2か月以上前 プロジェクターとスクリーンをご準備下さい。	日本赤十字社 山口県支部 ☎083-922-0102
125	非常炊出し体験 	災害発生時のごはんを考えよう	調理用ポリ袋を使用した炊き出し方法の体験・試食 ※メニューのアレンジは可能ですが、調理用ポリ袋の使用を体験していただくため、炊飯を行います。	対象：高校生以上 時間：90分程度 日時は要相談 申込期限：開催の2か月以上前 食材、調理実習室などの会場は、ご準備をお願いします。	

1. まちづくりと防災

●新講座【NEW】

●子ども向け 

●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
126	ひなんじょたいけん 	避難所での避難生活で気を付けることって何だろう。	大地震における避難所生活の一部をイメージした「避難所をつくるカードゲーム」を使って、避難所での「避難者の目線で心がける事柄」を理解する。	対象：高校生以上 時間：60～90分 日時・場所は要相談 申込期限：開催の2か月以上前 プロジェクトとスクリーンをご準備下さい。	日本赤十字社 山口県支部 ☎083-922-0102
127	家具安全対策ゲーム 	おうちのなかのキケンに気付こう。対策しよう。	自宅（部屋）の平面図を描くゲームを通じて、地震で起こる被害や家具の安全対策の必要性を把握・理解し、身の安全を守る方法について行うべきことを考える。	対象：小学5年生以上 時間：40分以上 日時・場所は要相談 申込期限：開催の2か月以上前 プロジェクトとスクリーンをご準備下さい。	
128	ひなん地図を作ろう！  	いつどこに逃げたら安全か？最も近い避難場所まで何分程度かかるか？が一目でわかる自前の地図を作成しよう！	目標とする避難地点までの時間を色鉛筆で塗分ける手作りの地図で、道路や通路が色塗りされることで直感的に危険な場所や逃げる方向を理解することができます。地域課題の発見や世代間のリスクコミュニケーション促進にもつながります※文房具等を事前にご用意ください。	対象：小学生以上 時間：90分程度（要相談） 条件：原則15名以上 日時：平日9時～17時 （お盆・お正月等を除く）	損害保険ジャパン（株） 山口支店下関支社 ✉ mterao2@sompo-japan.co.jp
129 NEW	～きけんをさがせ！～ ゲームで学ぼう交通ルール 	地図を見ながら身近に潜む危険を探すことで、正しい交通ルールを楽しみながら身に付けることができるワークショップです。	歩行者編と自転車編の二種類あり、それぞれ小学校低学年を対象とした基本編と小学校高学年を対象とした応用編があり、年齢に応じた交通ルールを習得できるよう構成されています。また、交通ルールの要点や解説は、大人の方々にも有益な情報を提供しているため、幅広い年齢層に活用いただけます。	対象：小学生 時間：15分～20分/回程度（要相談） 条件：1回～10名/原則15名以上 日時：平日9時～17時 （お盆・お正月等を除く）	
130	交通安全教室 	交通事故に遭わない・起こさないために	横断歩道の渡り方、自転車のルール、飲酒運転のリスクなど、受講対象に応じた交通安全教育を行います。	対象：応相談 時間：応相談 申込：概ね1か月前 ※下関警察署管内での開催に限ります。	下関警察署 交通総務課 083-231-0110
131 NEW	防災＆保険ワークショップ 	災害時に備えておくべきことを考えよう！	NHK Eテレの教育番組「アイラブミー」の紙芝居の物語をベースに、日常の身の回り品が災害時にどのように役立つかを楽しく学べます。	対象：小学生 時間：30分程度 開催日時は要相談 親子で参加可能	三井住友海上火災保険(株) 下関支社 ☎083-231-3132

1. まちづくりと防災

●新講座【NEW】

●子ども向け



●子ども可能



	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
132 NEW	体験型防災ワークショップ	実効性のある「防災知識の引き出し」を増やそう！	地震・豪雨・避難所生活などの想定される被災シーンで直面する問いに向き合い、情報やヒントをもとに参加者同士で話し合うことで、防災に関する考え方と実践的な知識を学べます。	対象：中学生・高校生以上 時間：30分程度 (3種類のテーマから選択可能) 開催日時は要相談	三井住友海上火災保険(株) 下関支社 ☎083-231-3132
133 NEW	住まいの終活ミニ講座	保険×自治体制度を活用した住まいの終活ミニ講座	空き家の現状を知り、大切な住まいが迷惑空き家にならないための対策（売却、生命保険を活用した解体費用の備え方）を考えます。	対象：大人 時間：30分程度 開催日時・場所は要相談 下関市住宅政策課と共同開催予定	東京海上日動火災保険(株) 山口支店 下関支社 ☎083-232-9231
134 NEW	BCP勉強会	自然災害が発生しても倒産しない会社作り	地震・火災などの自然災害の多発、感染症の拡大、サイバー攻撃の発生など・・・多様化するリスクが発生し、BCP策定の必要性は一層高まっています。BCP作成手順まで学べます。	対象：大人（事業者） 時間：60分程度。 開催日時・場所は要相談	







2. 環境と電気・水道・ガス・物流

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
201	環境教室 (水質検査について) 	身近な環境、地球の環境について	水の汚れについて説明を行った後、校舎内の池の水やジュースなどの身近な液体の汚れ具合について実験をしながら学びます。	対象：小学4～6年生 日時：月～金曜日 9時～16時 (土、日、祝日、年末年始を除く) 時間：90分程度	環境部 環境政策課 ☎083-252-7115
202	環境教室 (大気汚染と地球温暖化について) 	身近な環境、地球の環境について	「下関市の大気汚染の現状」「地球温暖化」等をスライドを用いながら分かりやすく説明します。	対象：小学4～6年生 日時：月～金曜日 9時～16時 (土、日、祝日、年末年始を除く) 時間：60分程度	
203	身近な ごみダイエットとリサイクル (児童用) 	身近でできるごみ減量とリサイクルについて学ぼう	ごみの減量・リサイクルがなぜ必要なのか、どんなことができるのかを考え、分別に関するクイズで楽しく学びます。 パッカー車の収集体験(模擬ごみの投入等)により、どのようにごみが収集されているのか学びます。	対象：小学生 日時：原則 月曜日～金曜日 時間：60分程度 場所等は要相談	環境部 クリーン推進課 ☎083-252-7165
204	もっと詳しく！ ごみダイエットとリサイクル (大人用)	生活に役立つ分別について詳しく学びましょう	詳しいごみの分別説明 質疑応答・相談 など ごみを持ち込んでいただければ、その場で出し方について説明します。 ※使用済のプラスチック製筆記具の無料回収を実施します。	対象：中学生以上 日時：原則 月曜日～金曜日 時間：60分程度 場所等は要相談	
205	リサイクル体験講座 	ずてる物をすてきな物に。 みんなでリサイクル体験を楽しもう！	・牛乳パックで紙すきをしてはがきづくり ・古新聞でエコバック作り	対象：小学3～6年生 時間：90分程度 開催日時、場所等は要相談	リサイクルプラザ しものせき環境みらい館 ☎083-252-7220
206	出張！水道教室 	実験、体験、水道水づくり	きれいな水ができるまでの工程を、簡単な浄水実験を通して体験し、水道水について学びます。	対象：小学4～6年生 時間：90分程度 場所：要相談(土・日・祝不可)	上下水道局 総務課 ☎083-231-3121
207 NEW	下関市上下水道局中長期ビジョン (経営戦略)について	これからの上下水道事業について	上下水道局の現状や課題、これからの取組について説明します。	対象：大人 時間：40～60分程度 平日9時～16時	上下水道局 財務経営課 ☎083-231-8754
208	わくわくEスクール 	・電気のできるしくみ ・電気が家庭に届くまで	「電気の役割」「発電の種類」「省エネ」「地球温暖化」等を実験・体験を通じて学習します。	対象：小学4～6年生 日時：平日の10時～15時 場所：要相談	中国電力ネットワーク(株) 山口ネットワークセンター ☎083-921-3558


2. 環境と電気・水道・ガス・物流

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
209	天然ガスおもしろ実験 	燃料実験とマイナス193℃の世界	実験を通じて、天然ガスやエネルギー、環境問題について考えます。	対象：小学4～6年生 時間：45～90分 曜日：月・木・金 (上記以外については相談に応じます)	山口合同ガス(株) ☎083-222-8000
210	アロマキャンドルを作ろう 	火を使った実験	火について学習(アロマキャンドルを作成) 燃焼・炎色反応の実験(燃焼の3要素の学習)		
211	産廃協会の環境出前授業 	廃棄物ってなんだろう？	協会青年部会が、これからの未来を担う小学生～高校生を対象に、廃棄物に関する内容を中心とした出前授業を行います。	対象：小学生～高校生 時間：約60分(2テーマ程度) 開催日時は要相談 必要機材は協会が準備します。	一般社団法人 山口県産業廃棄物協会 ☎083-928-1938
212	ゲームで知ろう！SDG's 	カードゲームをつづいてSDG'sのしくみや、社会への影響を理解しよう！	自分が住む街を舞台に、SDG'sとどのように関わるのか、ゲーム形式で体感することで、SDG'sの理解を深め、自分ごととして行動につなげるためのカードゲームです。	対象：中学生以上 時間：120分程度(要相談) 条件：原則15名以上 日時：平日9時～17時のみ (お盆・お正月等を除く)	損害保険ジャパン(株) 山口支店下関支社 ✉ mterao2@sompo-japan.co.jp
213	ふしぎ発見！貨物列車の中身はなあに？ 	貨物列車の荷物がどのように消費者まで運ばれるのかを知らう	小学生の社会の授業に沿った内容で、物流とは何か、貨物列車の輸送を例に物流とエコについて学びます。	対象：小学校高学年 時間：45分程度 日時・場所は要相談 (プロジェクターとスクリーンをご準備ください)	日本貨物鉄道(株) 関西支社広島支店 ☎082-534-5811
214 NEW	物流を知ろう！この荷物何で運ぶ？ 	さまざまな輸送モードの中から、最適な輸送手段を考えよう	グループワークを行い、運ぶ距離や荷物の特徴などから最適な輸送手段は何か考え、物流について学びます。	対象：中学生 時間：45分～90分 人数：30人程度 日時・場所は要相談 (プロジェクターとスクリーンをご準備ください)	







2. 環境と電気・水道・ガス・物流

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
215 NEW	JRCS海運教育 	「もし日本から船が消えたらどうなるの？」	海外から届く生活必需品を題材に、海上物流の大切さを伝えるとともに、海運都市・下関への愛着を育みます。 ※文部科学省「令和7年度いーたいけんアワード」受賞	対象：小学校高学年 日時・人数：要望に応じます。 (モニター・HDMIケーブルをご準備ください)	JRCS(株) ☎080-8241-7321
216 NEW	はじめてのGX	GXって何だろう？	GX (Green Transformation)とは何か、世界や日本の動向、具体的な取組方法や事例を紹介します。	対象：大人（事業者） 時間：40分程度 日時・場所：要相談	東京海上日動火災保険(株) 山口支店下関支社 ☎083-232-9231

3. 税金やお金と裁判や人権

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
301	消費者トラブル対策講座 	あなたのまわりに危険がいっぱい!	消費者生活に関するトラブルを未然に防ぐためにはどうしたら良いか等について、幅広くお話しします。	対象：中学生以上 60分程度 開催日時・場所等は要相談	市民部 生活安全課 消費生活センター ☎083-231-1270
302	契約の基礎知識、クーリングオフについて 	契約の基礎知識、クーリングオフ	消費者生活に関するトラブルを未然に防ぐためにはどうしたら良いか、契約を中心に、消費生活の基礎知識からお話しします。		
303	悪質商法撃退講座	手口を知って防ぐ悪質商法	悪質商法の被害を受けないため、最新の手口や対応策を紹介します。	対象：大人 60分程度 開催日時・場所等は要相談	
304	インターネットトラブル対策講座 	知っておきたいインターネットトラブル	ネット、スマホをめぐる消費者トラブルを未然に防ぐため、実際の事例、トラブル対処法をお話しします。	対象：中学生以上 60分程度 開催日時・場所等は要相談	
305	男女共同参画について	男女共同参画社会の実現に向けて	男女共同参画やワーク・ライフ・バランスなどについて説明します。	対象：高校生以上、各企業・団体 随時受付 ※内容についてはご要望に応じて対応可	市民部 人権・男女共同参画課 ☎083-222-0827
306	人権学習講座 	一人ひとりの人権が尊重された心豊かな地域社会をめざして	身近にある人権問題から様々な人権課題まで、対象者に適切なテーマについて、DVDなどを交えながら、わかりやすく説明します。	対象：小学生以上、各企業・団体 随時受付 ※内容についてはご要望に応じて対応可	
307	人権教室 I-A 	ずっとともだちでいたいから ～おもいやりの心をもとう～	小鳥の学校の新学期、仲よくなったカラスのカータンとすずめのチッチが、三羽のカラスにいじわるをされた時のお話。「自分の思いを伝える」ことの大切さを学びます。	対象：園児～小学4年生 時間：50分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは園・児童クラブからで、2ヶ月前まで	下関人権擁護委員 協議会
308	人権教室 I-B 	ひとりぼっちじゃないよ ～本当の仲間づくりに大切なこととは～	サメたちにいじわるされてひとりぼっちの白い魚が、自分らしさを見つけて、みんなとなかよくなるお話。「いのちの大切さ」や「友だちになる」ことの意味を学びます。	対象：園児～小学4年生 時間：50分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは学校からで、2ヶ月前まで	






3. 税金やお金と裁判や人権

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
309	人権教室Ⅱ-A 	身近にあるいじめについて考えよう ～互いを認めあうために～	プレゼントがきっかけでいじめられ、学校に行けなくなった女の子。「互いを認めあう」ことの大切さを学びます。	対象：小学1～4年生 時間：50分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは学校からで、2ヶ月前まで	下関人権擁護委員 協議会
310 NEW	人権教室Ⅱ-B 	身近にあるいじめについて考えよう ～思いやる気持ちを大切に～	いじめられているシバ夫といじめているブル太郎の体が不思議な力で入れ替わることで、お互いの気持ちに気づくようになるお話。「相手を思いやること」の大切さを考えます。	対象：小学1～4年生 時間：50分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは児童クラブからで、2ヶ月前まで	
311	人権教室Ⅲ-A 	心の声に気づく力 ～身のまわりの差別やいじめに気づき、行動できるようになるう～	一見ふざけ合いに見える行いも、エスカレートするといじめに。「心の声に気づき行動する」ことの大切さを学びます。	対象：小学3～6年生 時間：50分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは学校からで、2ヶ月前まで	
312 NEW	人権教室Ⅲ-B 	「人権」を守るとは ～差別やいじめがなくなるために大切なこととは～	スマホデビューしたアキラくんが、誤って送信したことがきっかけでグループから外されてしまいます。「一人で悩まず相談すること」の大切さを考えます。	対象：小学3～6年生 時間：60分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは学校からで、2ヶ月前まで	
313	人権教室Ⅳ-A 	「人権」を守るとは ～差別やいじめがなくなるために大切なこととは～	「外国人問題」と「障がい者理解」をテーマに、「人権」を守るとはどういうことなのかについて、一緒に考えます。	対象：中学生 時間：60分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは学校からで、2ヶ月前まで	
314	人権教室Ⅳ-B 	「人権」を守るとは ～差別やいじめがなくなるために大切なこととは～	SNSを使いたいじめの事例をもとに、「人権」を守るとはどういうことなのかについて、一緒に考えます。		
315	人権教室Ⅴ 	「人権」を守るとは ～デートDVを防ぐために大切なこととは～	デートDVの事例をもとに、デートDVについての正しい知識を身につけるとともに、交際相手と対等な関係を築くためにはどうすればよいかについて、一緒に考えます。	対象：高校生 時間：60分程度 平日のみ 開催日時、場所は要相談 申し込みは学校からで、2ヶ月前まで	






3. 税金やお金と裁判や人権

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
316	投票に行こう！	選挙の主役はあなたたちです！	民主主義の基本である選挙について、動画、パワーポイントによる説明、模擬選挙をしながら学びます。	対象：小学5年生～高校生 時間：2時間～半日程度 ※授業やPTA活動の一環として行えます。	下関市選挙管理委員会 事務局 ☎083-231-2415
317	県内の景気動向について 	最近の県内の景気はどうなんだろう？	直近の各種データ分析等による県内の景気の現状と今後の見通しについて分かりやすく説明します。	対象：小学4年生以上 6月中旬～8月末は要相談	中国財務局 山口財務事務所 下関出張所 ☎083-234-4003
318	日本の財政の現状と課題について 	これからの日本のために財政を考えよう	予算の規模・構造や公債残高の推移、諸外国との比較、社会保障と税の一体改革等について説明します。		
319	お金について考えよう	子育て家族の将来設計	子育てにまつわる資金や老後のための資金、資産形成の基本など、お金についての話を説明します。	対象：大人 6月中旬～8月末は要相談	
320	地域金融における事業者支援について	事業者支援の実効性を高めるための金融庁の施策等について	地域密着型金融の推進や、経営者保証に依存しない融資慣行の確立など、事業者支援を促す施策について説明します。		
321	身近で起こる金融トラブル 	投資詐欺やうそ電話詐欺を防ぐために	未公開株等の悪質な投資詐欺やうそ電話詐欺など金融トラブルについて分かりやすく説明します。	対象：小学4年生以上 6月中旬～8月末は要相談	
322	暮らしに役立つ金融知識 	金融商品・預金保険制度について	多様化する金融商品や預金保険制度などについて分かりやすく説明します。	対象：小学4年生以上 6月中旬～8月末は要相談 要件に合致する場合は、「金融経済教育推進機構（J-FLEC）」を案内する場合があります。 金融経済教育推進機構ホームページ (https://www.j-flec.go.jp/)	
323	ご存じですか？国有財産 	新発見！暮らしを支える国有財産	国有財産の使われ方や、国有地の基礎知識などについてお話しします。	対象：小学4年生以上 6月中旬～8月末は要相談	

3. 税金やお金と裁判や人権

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
324	金融・保険授業～「人生100年時代」を生きる子供たちに伝えたいお金のこと、保険のこと  	「人生100年時代」に向けて自身を守る「お金」と「保険」の知識をお伝えします。	「長生き」のリスク等、人生におけるリスクについて／保険のしくみ／貯蓄や投資など、お金の運用について	対象：小学4年生～高校生 曜日・時間は要相談。学年に合わせて内容は調整可能です。	明治安田生命保険相互会社山口支社
325	e-ネットキャラバン e-ネット安心・安全講座 (初級) 	子どもをネット社会の被害者・加害者にしないために	『ネットいじめ』『誘い出し・なりすまし』『偽・誤情報』の事例動画を視聴し、代表者発表～講師と一緒にふり返り～ポイントについて学びます。	対象：小学3～中学3年生 開催日時：応相談 講座形態：講師派遣、VoD (ビデオオンデマンド) 詳細・お申込： https://www3.fmmc.or.jp/enetcaravan/ ※「情報通信の安心安全な利用のための標語」も毎年募集(https://www.fmmc.or.jp/hyogo/)	一般財団法人 マルチメディア 振興センター ☎03-6704-5553
326	e-ネットキャラバン e-ネット安心・安全講座 (中級) 	子どもをネット社会の被害者・加害者にしないために	『ネット炎上』『ネットの過度な利用』『偽・誤情報』の事例動画を視聴し、代表者発表～講師と一緒にふり返り～ポイントについて学びます。	対象：小学5～高校3年生 開催日時：応相談 講座形態：講師派遣、VoD (ビデオオンデマンド) 詳細・お申込： https://www3.fmmc.or.jp/enetcaravan/ ※「情報通信の安心安全な利用のための標語」も毎年募集(https://www.fmmc.or.jp/hyogo/)	
327	e-ネットキャラバン e-ネット安心・安全講座 (上級) 	子どもをネット社会の被害者・加害者にしないために	中級の内容に加え、ネットの特性 (フィルターバブル、アテンションエコノミー等) についても学びます。	対象：中学1～高校3年生 開催日時：応相談 講座形態：講師派遣、VoD (ビデオオンデマンド) 詳細・お申込： https://www3.fmmc.or.jp/enetcaravan/ ※「情報通信の安心安全な利用のための標語」も毎年募集(https://www.fmmc.or.jp/hyogo/)	
328 NEW	ネットと賢く付き合う (ネットルールを作ろう)	子どもをネット社会の被害者・加害者にしないために (保護者向け)	子どもをとりまくネット環境、スマホ利用ルール作りのポイントを、ICTリテラシー教育の有識者がお伝えします。約17分の動画教材となっています。入学説明会や保護者参加日等でもご活用ください。	対象：保護者等 開催日時：応相談 講座形態：VoD (ビデオオンデマンド) ※動画は1本20分弱となっています。入学説明会や保護者参観日などでもご活用ください。 詳細・お申込： https://www3.fmmc.or.jp/enetcaravan/ ※「情報通信の安心安全な利用のための標語」も毎年募集(https://www.fmmc.or.jp/hyogo/)	

3. 税金やお金と裁判や人権

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
329	ニセ・誤情報講座	ニセ・誤情報に騙されない、ニセ・誤情報を拡散しないために	ニセ・誤情報の特徴や種類、これらを発信する動機、誤った情報を信じたり拡散したりする事の影響等を学びます。	対象：中学生～高校生、保護者等 開催日時：応相談 講座形態：VoD（ビデオオンデマンド） 詳細・お申込： https://www3.fmmc.or.jp/enetcaravan/ ※「情報通信の安心安全な利用のための標語」も毎年募集 詳細： https://www.fmmc.or.jp/hyogo/	一般財団法人 マルチメディア 振興センター ☎03-6704-5553
330	日本銀行下関支店の見学会 	日本銀行の役割と仕事について	クイズやお札の偽造防止技術の紹介、一億円の重さ体験等を通して、にちぎんの仕事に触れてみませんか。	対象：原則小学4年生以上 時間：60～90分 申込：2週間前 土日・祝日不可 ※今年度は受付停止期間がありますので、事前にご相談ください。	日本銀行 下関支店 ☎083-233-3141
331	にちぎん出前講座 	日本銀行の役割と仕事について	クイズやお札の偽造防止技術の紹介、一億円の重さ体験等を通して、にちぎんの仕事に触れてみませんか。	対象：小学生以上 時間：60～90分 申込：1か月前 土日・祝日不可 ※ご希望の日程に出前講座ができない場合があります。	
332	働くルールを知ろう！！ 	社会に出る前に知っておきたい働くルール	これから社会に出る学生向けに「働くルール」にはどのようなものがあるのかを知ってもらう内容です。早期離職や労働トラブルを防ぐためには、正しい知識を身に付けることが必要です。	対象：中学生以上 時間：60分～（相談可） 申し込み：1ヶ月前までに日時・場所については要相談	山口県社会保険労務士会 下関支部
333	「ビジネスと人権」って何？ 	ビジネスにおける人権問題とは？	SDGsの普及など、社会問題は世界基準で考える時代になりました。ビジネスにおける人権問題についても同様です。ビジネスにおいてどのようなことが人権問題となるのかを、若いうちから知り、考えてもらいたいと思っています。	対象：高校生以上 所要時間：60分～（相談可） 申し込み：1ヶ月前までに日時・場所については要相談	
334	年金のしくみについて 	基本的なしくみを知り、よりよい社会の実現を	年金の基本的なしくみを知り、支える側、支えられる側、誰もが安心して暮らせる社会づくりについて考えます。	対象：中学生以上 所要時間：60分～（相談可） 申し込み：1ヶ月前までに日時・場所については要相談	

3. 税金やお金と裁判や人権

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
335	これからの多様な働き方 	ますます多様化する働き方について	社会の変化に合わせ、働き方もどんどん多様化しています。社会は私たちに何を求めているのか。そして、その中で自分らしく生きるためにはどうすればいいのか、を考える内容です。	対象：中学生以上 所要時間：60分～（相談可） 申し込み：1ヶ月前までに 日時・場所については要相談	山口県社会保険労務士会 下関支部
336	うそ電話詐欺等について学びましょう。	犯罪被害に遭わないために	うそ電話詐欺や悪質商法等の犯罪被害を防止するため、最近の手口や被害防止のポイントについて分かりやすく説明します。	対象：大人 時間：60分 申込：1か月前 開催日時は要相談	山口県警察本部 生活安全部 生活安全企画課
337	映画で知ろうアメリカ文化・社会  	ハリウッド映画とディズニー作品を中心に	ハリウッド映画やディズニー作品を題材にアメリカ文化・社会問題を読み解きます。		
338	日系アメリカ人ってどんな人たち？  	もう一つの日本人史	米国西海岸の日系人を中心に彼らとその子供たちがたどった軌跡を易しく解説します。	対象：小学4年生以上 担当：水産流通経営学科 臺丸谷	
339	いまこそ知っておきたいジェンダー平等の基礎知識  	明日をよりよく生きるために	基礎的なジェンダー平等の知識が得られるように身近な事例を基に易しく楽しく解説します。		国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
340	チョコレートから世界を見る 	そのチョコレート、誰が作っていますか？	私たちが食べるチョコレート、その原料であるカカオは子どもが作ったものかもしれません。児童労働の現状や課題、児童労働をなくすための取組とその成果、私たちに出来ることについてお話します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 佐々木	
341	私たちの暮らしと児童労働 	SDG's目標8ターゲット7（児童労働の撲滅）の達成に向けて	2025年は児童労働撲滅目標の達成年限ですが、私たちの身の回りには子どもたちにより作りだされたとされるモノがたくさんあります。児童労働の現状や課題、撲滅に向けた国際社会の取組、私たちの暮らしとの関係についてお話します。	対象：中学生以上 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 佐々木	
342 NEW	金融リテラシー講座	損害保険とは何なのかを知ろう！	日常に潜むリスクを考え、有効的な対処方法を学ぶ講座です。	対象：中学生・高校生 開催日時は要相談（2ヶ月前まで）	三井住友海上火災保険(株) 下関支社 ☎083-231-3132

4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
401	よくわかる下関港 ～物流・クルーズ客船教室～		物流拠点・クルーズ客船寄港地である下関港の役割・取組についてわかりやすく説明します。	対象：中学生・高校生 日時：12月～3月 申込：1か月前まで	港湾局 振興課 ☎083-250-7880
402	身のまわりの生き物「ヒトデは何の仲間？」  	ヒトデを通して「いのち」を学ぶ	ヒトデはいったい何の仲間なのか、身のまわりのものと比べ共通点や差を見つけ、「いのち」について学ぶことをねらいとしています。	対象：小学生・中学生 時間：45～60分 GW、夏休み期間（7月～8月）、 年末年始を除く	下関市立 しものせき水族館 海響館 ☎083-228-1100
403	水の中の生き物  	紙芝居	水の中の生き物の紙芝居と生き物タッチング（生物の状態により変更あり）	対象：園児 時間：45～60分 GW、夏休み期間（7月～8月）、 年末年始を除く	
404	水族館の話  		水族館や下関の生き物についての話をします。詳細な内容については相談に応じます。	対象：小学生以上 時間：45～60分 GW、夏休み期間（7月～8月）、 年末年始を除く	
405	いのちと向き合う仕事 ～イルカの出産～ 	イルカの出産の話から、いのちの大切さを学ぶ	1つの命が誕生するまでの取組や、実際のイルカの出産シーンや子育ての様子を映像や写真で紹介します。	対象：小学3年生以上 時間：45～60分 GW、夏休み期間（7月～8月）、 年末年始を除く	
406	市の鳥「ペンギン」について 知ろう！  	ペンギンとはどんな生き物かを学ぶ	ペンギンとはどんな生き物か、スライドを使ってクイズやペンギンの卵や羽毛タッチングなども行いながら紹介します。海響館の来館前または来館後の学習として利用していただくことで、より海響館での学習を深めていただけます。	対象：小学1～4年生 時間：45～60分 GW、夏休み期間（7月～8月）、 年末年始を除く	
407	市の動物「クジラ（イルカ）」について知ろう！  	イルカとはどんな生き物かを学ぶ	イルカとはどんな生き物か、パネルや小道具などを使ってクイズも交えながら紹介します。海響館の来館前または来館後の学習として利用していただくことで、より海響館での学習を深めていただけます。		
408	市の魚「フグ」について知ろう！  	フグとはどんな生き物かを学ぶ	フグとはどんな生き物か、スライドを使ってクイズやフグ標本タッチングなども行いながら紹介します。海響館の来館前または来館後の学習として利用していただくことで、より海響館での学習を深めていただけます。	対象：小学3～6年生 時間：45～60分 GW、夏休み期間（7月～8月）、 年末年始を除く	


4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
409	「みなと」をつくるための実験を見てみよう 🐶	水理実験場のプールに「みなと」を再現!	港をつくるための実験を行っています。いろいろな実験を見に来ませんか?	対象：小学4年生以上 (児童は引率者要) 10時～16時 土日祝・年末年始を除く ※実験実施期間中の当事務所指定日のみ	国土交通省 九州地方整備局 下関港湾空港技術 調査事務所 ☎083-224-4130
410	「ドック」って何だろう!? 🐶	来て・見て・感じて 船の形を下からのぞいてみませんか	九州地方整備局で運航している船と整備施設を紹介します。	対象：小学4年生以上 (児童は引率者要) 10時～16時 土日祝・年末年始を除く ※当事務所指定日のみ	
411	「みなと」の役割って何? 🐰	「みなと」と暮らしのかかわり	港の役割や港の構造物等について紹介します。	対象：小学生 10時～16時 土日祝・年末年始を除く	
412	港のしくみと役割 🐶	港湾行政、物流、臨海部の都市政策を学ぶ	下関港を含む港の概要や港湾行政のアウトライン、歴史と港湾の経済への果たす役割について説明します。	対象：中学生以上 10時～16時 日時・場所は要相談	NPO法人 港湾都市開発機構 ☎083-257-5298
413	SDG's 目標14 海の豊かさを守ろう 🐶	持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals) について学ぼう	2015年9月の国連サミットで全会一致で採択された17の国際目標のうち、海洋資源に関する「海の豊かさを守ろう」について学ぶことができます。	対象：すべて テーマに沿って様々な講演を行うことが可能です。下記例をご参考の上、お申し込み時に「備考の○番」とお伝えいただくことで、適切な講座及び講師を提案します。 ①：海洋ごみ・汚染 ②：生態系の持続的な管理と保護 ③：海洋資源・水産資源 ④：水産物の持続的な利用（目標12つくる責任 つかう責任食品ロスに関連することなど） ⑤：水産とジェンダー（目標5ジェンダー平等を実現しように関連することなど） ⑥：子ども向けの初級編 ⑦：その他（要望に応じてアレンジ）	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校









4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
414	下関市水産物5大ブランドを知ろう！「ふく」その1 	下関市の水産物5大ブランドである「ふく」の魅力をより多くの方に知ってもらうために、水産大学の先生が講演	「フグの生物学」フグの見分けはなぜ難しいのか、なぜ雑種が多いのか、なぜ毒を持つのか、なぜ美味しいのか、について解説します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：生物生産学科 高橋	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
415	下関市水産物5大ブランドを知ろう！「ふく」その2 	下関市の水産物5大ブランドである「ふく」の魅力をより多くの方に知ってもらうために、水産大学の先生が講演	「フグの毒はどこから来るのか？」フグ毒を持つ生き物やフグ毒の性質について紹介します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 開催日時・場所等は要相談 担当：食品科学科 辰野	
416	下関市水産物5大ブランドを知ろう！「うに」 	下関市の水産物5大ブランドである「うに」の魅力をより多くの方に知ってもらうために、水産大学の先生が講演	「うにを学ぼう！」ウニの生態や生息環境、磯焼け問題などについて紹介します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：生物生産学科 荒木	
417	下関市水産物5大ブランドを知ろう！「いか」 	下関市の水産物5大ブランドである「いか」の魅力をより多くの方に知ってもらうために、水産大学の先生が講演	「特牛イカを学ぼう！」特牛イカ（ケンサキイカ）の特徴、利用方法などを解説します。条件が合えば解剖も可能です。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 刀禰	
418	下関市水産物5大ブランドを知ろう！「あんこう」 	下関市の水産物5大ブランドである「あんこう」の魅力をより多くの方に知ってもらうために、水産大学の先生が講演	「下関市とあんこう」下関市はあんこうの水揚げ量日本一！下関漁港の沖合底びき網漁業などの漁法や、漁船などを解説します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：海洋生産管理学科 松本	
419	漁村における漁協の役割  	海の秩序と住民の生活のために	漁業者が減少し、高齢化していく中で、今後の社会での漁協の役割を考えていきます。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 甫喜本	







4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
420	水産資源の共同管理の話 	漁業者はどうやって資源を守っているの？	漁業者グループが行っている水産資源・漁場の管理の取組やルール作りについてお話します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 西村	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
421	身近に存在する水産物製品  	世界はほしい水産物にあふれる	私たちの身近に、多種多様な水産物が存在しています。どのような水産物製品があるか、下関や世界とどう関係しているのかを解説します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 刀禰	
422	水難事故時の対処法を学ぼう 	海や川で身を守るために必要な知識	海や川で発生する水難事故に対処するための知識とともに、事故予防についてもお話します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 小竹	
423	国際ルールの作り方 	世界の国々は共通のルールをどのように作るのか？	2023年、海洋生物多様性に関する条約が採択されました。この条約を素材に、国際ルールがどのように作られるのかについてお話します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：水産流通経営学科 佐々木	
424	関門海峡の今と昔 	関門海峡の変化を昔の海図から見よう	明治、大正、昭和、平成の時代に発行された海図から、関門海峡やその周辺の変遷を見てみよう。	対象：小学4年生以上 開催日時・場所は要相談 担当：海洋生産管理学科 酒出	
425	とっておきの空と海 	外洋の海はどんなところか	北極海から赤道までの航海で見えてきた、外洋の海と空について話します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：海洋生産管理学科 柏野	
426	海流とは 	海の流れのしくみと水産	海流はなぜ生じるのか、水産にどのような影響を与えているのか等について話します。		
427	地球温暖化と水産 	地球温暖化とその水産に対する影響	地球温暖化の仕組みと海の変動、そしてそれが水産にどのような影響を及ぼすかについて話します。		

4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
428	ポンポン船を動かそう！  	牛乳パックでポンポン船を作って動かす。	船について簡単な説明。ポンポン船(水蒸気力で進む)の工作。	対象：小学3年生以上 少人数・遠方可。年齢などにより柔軟に調整。 状況により材料をお願いする場合がある。 担当：海洋生産管理学科 嶋田	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
429	パタパタ船を動かそう！  	牛乳パックでパタパタ船を作って動かす。	船について簡単な説明。パタパタ船(ゴムの力で進む)の工作。	対象：小学生以上 少人数・遠方可。大人も対応可。年齢などにより内容を柔軟に調整。状況により材料をお願いする場合がある。 担当：海洋生産管理学科 嶋田	
430	下関から流れた海ゴミのゆくえ  	北太平洋の海・風の流れと海ゴミを知ろう！	下関からの海ゴミの移動ルート・種類などの説明（下関から流れた海ゴミのルートの話が中心）。	対象：小学生以上 少人数・遠方可。大人も対応可。 年齢などにより内容を柔軟に調整。 担当：海洋生産管理学科 嶋田	
431	下関へ着いた海ゴミの道のり  	東シナ海の海・風の流れと海ゴミを知ろう！	下関への海ゴミの移動ルート・種類などの説明（下関に着くまでの海ゴミのルートの話が中心）。		
432	関門海峡の潮汐と航路  	関門海峡における潮汐、船の航路を知ろう！	関門海峡における潮汐、関門海峡などを通る船・航海についての説明。	対象：小学5年生以上 少人数・遠方可。大人も対応可。 年齢などにより柔軟に調整。 担当：海洋生産管理学科 嶋田	
433	六分儀を使って数学を楽しもう！  	六分儀（ろくぶんぎ）を体験しよう！	六分儀は島が見えない海でも位置を知るために太陽高度を測定する航海道具。六分儀の説明・体験。		
434	海図に船のルートを描いてみよう！  	算数が楽しくなるかも？	海図に船のルートを描く。例えば、2地点の方向から船の位置を探す。	対象：小学5年生以上 少人数・遠方可。柔軟に調整。 人数によって三角定規・コンパスが必要。 資料の印刷をお願いする場合あり。 担当：海洋生産管理学科 嶋田	





4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
435	ボトルキャップがキーホルダーに！  	海洋プラスチック問題を考えよう！	海プラ問題について簡単に説明。ペットボトルキャップを溶かしてキーホルダーを作る。	対象：小学生以上 少人数・遠方可。大人も対応可。年齢・人数などにより内容を柔軟に調整。状況により材料をお願いする場合がある。 担当：海洋生産管理学科 嶋田	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
436	船で働く人のお仕事  	船とはどんなもの？ 航海士とは何？	船とそこで働く航海士のお仕事について紹介します。また船のお仕事で欠かせない結索（ロープワーク）を体験してみよう！	対象：すべて 可能な限り年齢に応じたアレンジ等させていただきます。原則準備不要です。 参加人数によっては相談する場合があります。 担当：海洋生産管理学科 杉野	
437	振動と音の不思議	魚の美味しさから機械の健康診断まで	振動や音を使ったフグやマグロの品質評価法や機械の健康診断法について分かり易く紹介します。	対象：中学生以上 担当：海洋機械工学科 太田	
438	お魚をおいしくお届けする冷凍技術 	大間のマグロと地中海のマグロの鮮度はどっちが上か？	鮮度とは何か？について、具体的な比較で考えるとともに、環境に優れかつ美味しくお魚を冷凍する技術についてお話します。	対象：小学4年生以上 要望に応じてアレンジします。 担当：海洋機械工学科 大原	
439	水の不思議 	実は変わり者の水と、地球・人との関わりについて	私達にとって身近で欠かすことのできない水。意外と変わり者の性質と地球・人との関りについて説明します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：海洋機械工学科 大原	
440	浮かって何だ？  	簡単なおもちゃを作りながら、浮力とは何かをみんなで考えましょう！	身近なもので浮沈子を作り、遊びながら「浮力とは何だろう？」と考えていただきます。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：海洋機械工学科 渡邊 ご用意して頂く物： 参加者は1人1本、炭酸飲料の500mlのペットボトル、中が見やすいもの (あまり派手なデザインが施されていると中の様子が観察しにくいです。お茶や清涼飲料水の極端に柔らかいもの、四角断面の物は適しません) 外側のフィルムははがした状態でキャップもセットでご用意ください。途中で水を入れたり出したりしますので、バケツ等4人でひとつくらいあるとなお良いです。	

4. 海峡の町とさかな・食品

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
441	微生物の働きを知ろう 	食品と微生物の働きについて	発酵食品を中心とした伝統食品と微生物の関わりについて説明します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：食品科学科 福田	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
442	川の生き物と水辺環境 	森・川・海をつなぐ	河川の生態系をより豊かにするために、川の生き物を通して森・川・海をつなぐ重要性を解説します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：生物生産学科 荒木	
443 NEW	海そうを知ろう！ 	海そうと藻場(もば)の役割について	下関市沿岸で生育する食べることができる「海そう」や「海のゆりかご」となる藻場について紹介します。	対象：小学生以上 担当：生物生産学科 村瀬	
444 NEW	下関の漁業 for school 	下関の漁師さんたちのお仕事を学ぼう！	三方を海に開かれた下関では、地域ごとで特色ある漁業が営まれています。そんな海のしごとをわかりやすく紹介します。	対象：小学校3年～6年生 40分程度（授業1コマを想定） 開催日時、場所等は要相談。 ※参加者がYouTube動画を視聴できる設備・環境が望ましい。	農林水産振興部 水産振興課 ☎083-231-1240








5. 趣味と学習

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
501	韓国語講座 🐶	韓国語を学ぼう！	韓国の挨拶や、韓国語の基礎を学びます。		市長公室 国際課 ☎083-231-9653
502	韓国文化講座 🐶	韓国を知ろう！	韓国の文化等について知識を深めます。	対象：小学生以上 日時：平日9時～16時 時間：45分～60分程度 申込みは1か月前まで。 デジタルプロジェクターが使用可能な会場であることが望ましい。	
503	多文化共生講座 🐶	多文化共生が拓く下関市の未来	多文化共生や、外国の人と会話するための「やさしい日本語」について学びます。		
504	姉妹・友好都市講座 🐶	世界と繋がる 下関市の国際交流について学ぼう！	姉妹・友好都市との交流について学びます。		
505	やさしい日本語講座 🐶	やさしい日本語で、地域の外国人の皆さんと仲良くなろう！	地域の外国人の方は簡単な日本語がわかる人がほとんどです。 やさしい日本語でコミュニケーションをとってみませんか？	対象：小学5年生以上 日時、場所等、ご相談ください。	しものせき多文化ひろば
506	見て触れて下関歴史探検 🐶	五感で感じるフィールドワーク	史跡や建造物を実際に見たり、発掘調査を体験したり、児童生徒の地域学習のお手伝いもします。	対象：小学生以上 訪問先や体験先の条件により実施時間を限定する可能性があります。	教育委員会教育部 文化財保護課 ☎083-252-3867
507	聞いてみたい下関文化遺産	学芸員に聞く下関の文化遺産	工芸品や建造物、祭りや民具、史跡、日本遺産など地域の宝である指定・未指定の「文化遺産」を学ぶ講座です。	対象：大人 日時・場所は要相談	

5. 趣味と学習

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
508	所蔵品紹介① 狩野芳崖 	長府に生まれた近代日本画の父	下関ゆかりの美術人を代表する狩野芳崖の画業を紹介。	対象：小学生以上 ※特に限定なし。 時間：60分～90分程度 ※相談可 人数：制限なし。 その他：デジタル・プロジェクターが使用可能な会場であることが望ましい。	下関市立美術館 ☎083-245-4131
509	所蔵品紹介② 高島北海 	県内の名勝開発に尽力した異色の画家	萩に生まれ、下関にもゆかりの深い日本画家・高島北海の画業を紹介。		
510	所蔵品紹介③ 香月泰男 	昭和期を代表する洋画家	山口県三隅に生まれ、下関で教鞭をとるなど地域ゆかりの画家・香月泰男の画業を紹介。		
511	所蔵品紹介④ 桂ゆき 	コラージュとユーモアの女性美術家	下関とゆかりがあり、近・現代の女性美術家を代表する桂ゆきの画業を紹介。（コラージュ制作ワークショップと組み合わせることも可能）		
512	所蔵品紹介⑤ 岸田劉生 	大正期洋画家界の巨匠	大正時代を代表する岸田劉生の迫力あるリアルな絵を紹介。		
513	美術館へようこそ 	下関市立美術館の魅力・楽しみ方	下関市立美術館のコレクションや学芸員の仕事などを紹介。		
514	探検！美術館 	アートオリエンテーリング	美術館館内を回りながら作品の見方、楽しみ方を紹介。	対象：小学生以上 ※特に限定なし。 時間：60分～90分程度 ※相談可 人数：40名程度まで。 その他：「出前」形式も可能ですが、原則として利用者が美術館に来館することを想定した講座です。	

5. 趣味と学習

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
515	作品の見方 西洋美術史入門 🐶	名画でたどる西洋美術史	美術作品に親しむ見方の解説。初期ルネサンスから印象派までの流れ。	対象：小学生以上 ※特に限定なし。 時間：45分～90分程度 ※相談可 人数：制限なし。 その他：デジタルプロジェクターが使用可能な会場であることが望ましい。	下関市立美術館 ☎083-245-4131
516	作品の見方 日本美術史入門 🐶	狩野派誕生のころから明治時代まで	美術作品に親しむ見方の解説。近世以降の日本の美術をわかりやすく説明。		
517	ワークショップ 🐶	出張工作講座	コラージュ、フロッタージュ、ストーンペインティングなど。身近にある素材を中心とした工作講座。		
518	下関市立図書館活用講座 🐶	図書館の便利な活用法を知ろう	図書館は暮らしに役立つ情報がいっぱい！図書館で、情報を探すためのコツをお伝えします。 ※場所は、各下関市立図書館	対象：小学生以上 時間：120分程度 開催日時は要相談 ※夏休み期間（7月～8月）、休館日を除く。	下関市立図書館 ☎083-231-2226
519	図書のオリジナル帯作り 🐶	「帯」を作って、あなたの大好きな本の魅力をみんなに紹介しよう	本の魅力を視覚で伝える「帯」を作成します。実際に出版されている帯を参考に、言葉選びとデザインを行います。 ※完成した帯は、図書館で展示させていただく場合があります。		
520	本のお医者さんになろう 🐶	自分で本の修理をしよう	本の構造と、簡単な本の修理方法を学びます。家庭にあるものを使って、自分で本の修理をしてみましょう。		

5. 趣味と学習

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
521	図書館員のおはなし会 🐶	図書館員による出張おはなし会です	絵本の読み聞かせや紙芝居を中心としたおはなしの会です。対象年齢やテーマ等にご相談に応じます。	対象：すべて 時間：45分程度 開催日時は要相談 ※夏休み期間（7月～8月）、休館日を除く。	下関市立図書館 ☎083-231-2226
522	おもしろ科学教室 🐰	科学のふしぎを五感で体験しよう！	「空気」「水」「電気」「磁石」「熱」など身近なテーマの科学実験や工作。	対象：小学生 時間：60～90分 原則土日祝日開催 （平日希望は要相談）	長州科楽維新 プロジェクト
523	ドリームシップ舞台裏探検隊 🐰 🐶	ホールの舞台裏探検	ドリームシップのホール舞台裏など、普段は入れない場所を探検し、実際に機材にも触れてもらいます。	対象：小学生以上 時間：90分程度 定員：20名 日時要相談	下関市生涯学習プラザ ☎083-231-1234
524	日本舞踊をおどろう！ 🐶	日本舞踊には様々な魅力が詰まっています。	三味線や太鼓、笛などの伝統的な邦楽で踊るものが中心ですが、聞きなれた童謡でも体験できます。浴衣等あれば着付けもします。ご年配の方も是非体験してみてください。	対象：すべて 時間：60分程度 日時・場所は要相談	下関舞踊協会 ☎090-7595-8081
525	ワーク・モチベーション	モチベーションの理論について	本講座では、働く人のやる気を引き上げるメカニズムを、経営理論の観点から、わかりやすく解説します。	一般社会人向け ・開催日については要相談 ・60分間～90分間の講義が1回分	公立大学法人 下関市立大学 ☎083-252-0288
526	経営戦略論入門	経営戦略の理論を学ぶ	本講座では、経営戦略論の考え方を具体的な事例を交えながら、わかりやすく説明します。	・プロジェクターとスクリーンが設置されている部屋が望ましい	
527	経営情報システム		企業で用いられる情報システムについて解説します。	対象：大人 日時・場所等にご相談ください。	
528	中欧を旅してみませんか？		その国の歴史や文化を知ると、旅は断然楽しさを増します。本講座では、中欧ヨーロッパの歴史や文化について基礎的な知識を学ぶことを目的とします。中欧旅行を計画されている方も、そうでない方も気軽にご参加ください。	対象：大人 講義のない日時で開催いたします。 パソコンなどの準備をお願いします。	

5. 趣味と学習

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
529	歴史・西洋史を学ぶ面白さ		歴史の学びは「なぜ」を問うことにあります。歴史を学ぶ面白さについて、いくつかのトピックを紹介しながら、一緒に考えてみたいと思います。具体的な内容については受講者に合わせて選定したいと思います。	対象：大人 講義のない日時に開催いたします。パソコンなどの準備をお願いできれば助かります。	公立大学法人 下関市立大学 ☎083-252-0288
530	都市景観の考え方	どのような景観が記憶に残るのか？	景観は、各人の好き（・嫌い）だけの問題でしょうか？一緒に考えてみましょう。	対象：中学生以上	
531	多文化共生と教育	地域における外国につながる子どもの支援について考える	国籍を問わず、文化的言語的に多様な背景をもつ子どもを「外国につながる子ども」と呼びます。現在、多くの外国につながる子どもたちが地域で一緒に生活しています。かれらを取り巻く環境や公教育の課題、更に支援のあり方について一緒に考えます。	対象年齢に制限はありません。 グループワークができる場所が望ましい。	
532	下関とくじら 	くじらと捕鯨に関する歴史・文化・経済まで	「くじらの街・下関」はもちろん、国内外のくじらと捕鯨の歴史・文化・経済から鯨未利用部位の製品化に至るまで、幅広く、わかりやすくお話しします。	対象：小学生以上 開催日時、場所等は調整いたします。 小学生から大人まで、内容は受講される方に合わせてアレンジします。	
533	子どもを見守る大人のための性教育	子どもの健やかな性と生殖の健康のために大人ができること	子どもたちが、あふれる性情報の中で間違った情報を信じてしまわないように、自分の“性”を大切に、豊かな人生を歩んでいけるように、家庭、学校、地域で子どもたちの性の健康を見守り、支えるための大人向けの講座です。	対象：大人 どなたでもご参加いただけます。	
534	学校における性教育 	子どもの健やかな性と生殖の健康のために	“性”を大切にすることは、“生”を大切にすること、すなわち命を大切にすることにつながります。命の誕生に寄り添った助産師経験を持つ大学教員が、命の成り立ちから誕生をわかりやすく説明した上で、子どもたちが自ら性を大切にしていけるように講座を進めます。また詳細な内容は、各学校の要望に合わせて組み立てることが可能です。	対象：学校現場（幼稚園・保育園も含む）における子どもたち 養護教諭	
535	不妊の悩みに上手に向き合う	不妊カウンセラーと一緒に悩みを整理	不妊に関する医学的な情報、治療中の悩み、治療をやめようか続けようかと揺れる気持ち、仕事と治療の両立など。	対象：不妊に悩む人、不妊に悩む人を支えたい人	
536	素敵な妊娠・出産・育児にむけての両親学級	つながる命を大切に育むためのパパとママの準備クラス	充実した妊娠・出産・子育てをするために、何を準備したらいいか迷ったときに参加して欲しいクラスです。妊婦体験・沐浴体験・育児体験等を通して楽しく学び、知識と技術が身につきます。	対象：妊娠中の夫婦、将来妊娠を希望する夫婦	

5. 趣味と学習

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
537	人生100年時代を自分らしく生きるために	40代から考えるライフキャリア	自分らしく生きるために、自身の「価値軸」に気づき、今持っている行動に対する「原動力」と「ブレーキ」について、一緒に考えてみませんか。	対象：概ね30歳代～50歳代	公立大学法人 下関市立大学 ☎083-252-0288
538	データで読み解く下関市の少子化問題	思い込みや先入観をなくし、少子化問題を考えよう！	下関市における少子化の実態について、図表を使いながら、分かりやすく説明します。	対象：高校生以上 時間：60～90分程度 場所：プロジェクターとスクリーンがある場所が望ましいです。	
539	大きな数、小さな数 🐶	普段目にしない大きな数や小さな数について知ろう	どんなに大きな数も、どんなに小さな数も想像することができます。普段目にすることがないような大きな数や小さな数についてお話します。	対象：小学4年生以上 担当：水産流通経営学科 小林	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
540 NEW	生成AIとゲーム開発 🐶	プログラムが書けなくてもプログラミングが出来る時代到来	プログラミング言語JavaScript + ライブラリp5.jsで記述されたブラウザ上で動作する簡単なシューティングゲームのプログラムを配布します。簡単な範囲は自力で、難しい範囲は生成AIに任せて改良するという形でゲーム開発をしましょう。	対象：小学5年生以上 パソコンは参加者のものを利用するが、人数によっては貸出可能 担当：水産流通経営学科 津久浦	

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
601	高齢者の福祉サービスについて	介護保険以外の様々なサービス	介護保険以外で提供している高齢者福祉サービスについて紹介します。	対象：大人 土日祝を除く 9時～16時 開催場所等は要相談	福祉部 長寿支援課 ☎083-231-1168
602	生活困窮者自立支援制度について	生活にお困りの事情がある場合に、相談いただける制度の説明。	広く市民の皆さんに制度を知っていただき、就職や借金など、生活での困りごとのある方々の支援につなげていきたいと考えています。	対象：大人 開催日時・場所等は要相談	福祉部 福祉政策課 ☎083-231-1418
603	国民健康保険制度について	国民健康保険制度の概要	国民健康保険の制度や保健事業等についてご説明します。	対象：大人 土日祝を除く 9時～17時	福祉部 保険年金課 ☎083-231-1280
604	後期高齢者医療制度について	後期高齢者医療制度の概要	後期高齢者医療の制度や保健事業等についてご説明します。		
605	介護保険制度について	介護保険の概要及び利用方法等について	介護保険のしくみ、要介護認定、介護サービスの利用、介護保険料等について、お話しします。	対象：大人 開催日時、開催場所等は要相談	福祉部 介護保険課 ☎083-231-1162
606	虐待から子どもたちを守るために～みんなで繋ぐ子どもたちの未来～ 🐶	虐待かもしれない？・・・と思ったらあなたならどうしますか？	泣き声？どこに相談するの？これって虐待？地域でできることって？役割等学んでみませんか？	対象：小学生以上 時間：1時間程度 日時・場所は要相談	子ども未来部 子ども家庭支援課 ☎083-231-1432
607	ヤングケアラー～SOSの出し方、見つけ方～ 🐶	家族のケアを担うヤングケアラー、あなたのまわりにいませんか？	ヤングケアラーって何？家族のお世話、何がだめなの？どうやってまわりの大人に伝えたい？地域のみんで学びませんか。		
608	ふくふく健康講座～むし歯予防ハミガキ大作戦！～ 🐰	むし歯を予防しよう	むし歯予防について、歯科衛生士が話します。	対象：乳幼児とその保護者 時間：60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで 準備物：机	保健部 健康推進課

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
609	ふくふく健康講座 ～8020をめざそう！～	歯周病を予防しよう	歯周病予防について、歯科衛生士が話します。	対象：中学生以上 時間：60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで 準備物：机、スクリーン（可能な範囲で）	保健部 健康推進課
610	ふくふく健康講座 ～健口寿命を延ばそう！～	口腔機能の維持・向上しよう	お口の役割や機能を維持する方法について歯科衛生士が話します。	対象：大人 時間：60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで 準備物：机、スクリーン（可能な範囲で）	
611	ふくふく健康講座	気づいて実践！あなたの健康づくり	主体的な健康づくりを実践するために生活習慣改善のポイントについて話します。	対象：中学生以上 時間：30～60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで	
612	ふくふく健康講座（こども編）～生活リズムを整えよう！～ 	早寝・早起き・朝ごはん	生活リズムを整えるポイントについて、保健師等が話します。	対象：園児～小学生 時間：30～60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで	
613	ぶちうま食育講座 	さあ実践！食を通じた健康づくり	望ましい食習慣の実践や食育について話します。	対象：すべて 時間：要相談 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで	
614	こころん体操 	楽しみながら体を動かそう！	保健部キャラクター“こころん”の体操を、楽しく体を動かすきっかけづくりや地域で活用できるようにレクチャーします。	対象：すべて 時間：30～60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで	
615	知って得する！メタボ予防	生活習慣病を予防しよう！	メタボリック・シンδροームを予防する食生活や運動について話します。	対象：大人 時間：45～60分 申込：2か月前まで	


6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
616	たばこ健康 	たばこが健康に及ぼす影響とは？	たばこが健康に及ぼす影響と受動喫煙防止対策について話します。	対象：小学生以上 時間：30～60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで	保健部 健康推進課
617	働き盛り応援講座	事業所を対象とした講座です	事業所の希望に応じて「食」「運動」「こころ」「たばこ」他について話します。	対象：大人 時間：60分程度 日時：土日祝日は除く 申込：2か月前まで	
618	“がん”について正しく知ろう	生活を見直しがん予防を始めよう	がんを防ぐ生活習慣や、がん検診の受け方について話します。	対象：大人 時間：45～60分 申込：2か月前まで	
619	“ロコモティブシンドローム”ってな～に？	ロコモティブシンドロームを予防し、健康寿命を延ばそう	ロコモティブシンドローム（運動器症候群）という状態やその予防のための生活習慣や運動について話します。		
620	ゲートキーパー（こころの健康サポーター）養成講座	あなたもゲートキーパーになろう	こころの健康について正しく理解し、悩みを抱える方へ適切な支援を提供するゲートキーパーについて説明します。	対象：大人 時間：60～90分 日時：9時～16時、土日祝日は除く 申込：1か月前まで（日程要相談） プロジェクター及びスクリーンがある場所が望ましい。	
621	プレコンセプションケアって知っていますか？	思春期からの健康づくり	性に関する正しい知識、将来の自分に向けた健康づくりについて話します。	対象：中学生、高校生 時間：50～90分程度 申込：2か月前まで（日程要相談） プロジェクター及びスクリーンがある場所が望ましい。	
622	薬と薬物について	薬を安全に使うために	麻薬や危険ドラッグ等の薬物乱用防止や、薬の正しい使い方などを学びましょう。	対象：大人 日時：平日 9時～17時のみ 30分程度 申し込みは1ヶ月前まで	保健部 保健医療政策課 ☎083-231-1426









6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
623	性感染症について	エイズなどに関する正しい知識を	エイズなどの性感染症に関する基礎知識、予防方法などについて話します。	対象：中学生以上 日時：平日 9時～17時 (担当課と打合せ要)	保健部 保健医療政策課 ☎083-231-1426
624	感染症の予防について 	感染症に対する正しい知識を	インフルエンザ、結核、O-157、感染性胃腸炎などの感染症予防について話します。	対象：小学生以上 日時：平日9時～17時 (担当課と打合せ要)	
625	上手な医療機関のかかり方	受診のときの心構え	病院と診療所を適切に使い分けることなどを学び、自分にとっても安心して必要な医療機関を受診できる環境を作りましょう。	対象：大人 日時：平日9時～16時 (担当課と打合せ要) ※状況によりお受けできない場合があります。	
626	献血 ～命を救うボランティア～ 	献血で誰かの命が助かることを知っていますか？	献血の必要性、しくみや基準、輸血で使われる血液等について学びます。	対象：原則は高校生以上 時間：45分程度 ※対象や時間、内容等は要相談	山口県赤十字 血液センター ☎083-922-8001
627	地域医療について	下関市の医療の現状について	医療を取り巻く現状を交えながら、新病院整備の方向性についてお話します。	対象：大人 平日 開催日時・場所は要相談	保健部 地域医療課 ☎083-231-1714
628	子供の救急	子供の救急対応や救急医療体制について	小児の急病や怪我などの対応方法や、救急医療体制など、子供を守るために、今考えなければならぬことについて話します。	対象：大人 1か月前までに申し込み/要事前相談 /平日での実施をお願いします	
629	知って！救急医療	救急医療の適正な利用について	万が一病気になった時のため、救急医療制度、救急車の利用方法および病院受診の心構えなどを学びましょう。		
630	食中毒予防について 	ふぐや細菌、ウイルスによる食中毒について	家庭での食中毒予防について、また正しい食品の安全知識について分かりやすく説明します。	対象：すべて 土、日、祝日除く 9時～16時 月に1回程度	保健部 生活衛生課 ☎083-231-1936

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
631	科学検査のしくみ  	下関市衛生検査センター所有の機器でできることを分かりやすく説明	科学に興味を持ってもらえるように、所有の機器（ガスクロマトグラフ質量分析装置、高速液体クロマトグラフ装置、PCR装置等）について、分かりやすく説明します。	対象：小学5年生～高校生 原則として土日祝を除く／30～60分 日時・場所・受講者数は相談してください。	保健部 試験検査課 ☎083-250-2111
632	科学検査のバックヤードツアー 	最前線の科学検査を下関市衛生検査センターの見学を通じ体感するツアー	フグ毒、ウイルス検査の現場にご案内いたします。※下関市衛生検査センター（武久町）に集合してください。	対象：小学5年生以上 原則として土日祝を除く／30～60分 日時・見学者数は相談してください。	
633	いのちの教室 	「いのち」の大切さについて	「生きている」とは、どのようなことか考えてもらい、人間も動物も同じように「いのち」があり、「こころ」があることに気づいていただくものです。	対象：小学生以上 40分程度 開催日時・場所は要相談 毎月先着2団体まで	下関市動物愛護 管理センター ☎083-263-1125
634 NEW	地域猫活動について	地域猫活動のすすめ方について	野良猫による被害を減少させるための有効な手段である「地域猫活動」を紹介し、その取組方について分かりやすく説明します。	対象：大人 40分程度 開催日時・場所は要相談 毎月先着2団体まで	
635	セキレック教室 	下関独自のニュースポーツ 幅広い年齢層で楽しめる室内テニス	ラケットはジュニア用硬式テニスラケットを使用します。ボールがスポンジ製のため、スピードも速くなく安全性も高いので、幅広い年齢層で楽しめるスポーツです。	対象：小学生以上 時間：60分程度 日時・場所等は要相談	観光スポーツ文化部 スポーツ振興課 ☎083-231-2739
636	ルディック・ウォーキング教室	気軽に楽しめるエクササイズ	2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフットネスエクササイズです。	対象：大人 時間：60分程度 日時・場所等は要相談	
637	運動あそび  	子どもたちが楽しみながら、積極的に身体を動かせるプログラム	運動機能の発達が著しい学童期に、いろいろな遊びを通じて、多様な動きを身につける運動プログラムです。	対象：小学校1～2年生 時間：60分程度 平日9時～17時（土・日・祝不可） 場所：体育館等屋内運動場施設	
638	ウォーキングサッカー教室 	「走らない」サッカーは年齢問わずオススメです♪	「走らない」「ぶつからない」「ボールを取らない 取りに行かない」が基本ルールの、子どもからお年寄りまで楽しめるスポーツです。	対象：小学生以上 時間：60分程度 平日9時～17時（土・日・祝不可） 場所：体育館等屋内運動場施設	



6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け 🐰 ●子ども可能 🐶

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
639	百聞は一体験に如かず友だちづくり1・2・3！ 🐰 🐶	「AFPY（アフピー）」にレッツチャレンジ！	人間関係づくりの手法AFPY（アフピー）は、楽しく行うゲーム活動等を通じて人を知り、自分を見つめ、豊かな人間関係を築いていきます。 ※40人まで、広い活動場所での実施、スタッフの協力が必要です。	対象：すべて 時間：60分程度 土日祝・夏休み開催は要相談	教育委員会 生涯学習課 ☎083-231-2054
640	心肺蘇生法を学ぼう 🐶	いざという時のために身につけたい応急手当	応急手当の必要性について理解を深め、有効な胸骨圧迫とAEDの使用について学びます。※人形を用いて実技を行います。	対象：小学3年生以上 人数：原則5人以上 時間：90分程度（9時～12時の間） 申込：1か月前まで（日程要相談） その他：修了証が発行されます ※災害発生時は延期する場合があります。	消防局 警防課 ☎083-233-9112
641	「赤い羽根共同募金」 🐶	じぶんの町を良くする仕組み	子どもたち、高齢者、障がい者などを支援する福祉活動や災害支援に役立てられる赤い羽根共同募金について学んでみませんか？	対象：小学生以上	下関市社会福祉協議会 地域福祉課
642	ふれあい福祉講座 🐶	聞いてみよう、体験してみよう、交流しよう	身体に障害のある方やボランティア活動をしている方々のお話や、車いす・点字・手話等（いずれかの）体験などを通して、自分たちが住んでいる地域をより良くするために、自分たちにできることは何かを考えます。	対象：小学3年生以上 ※「ふれあい福祉講座相談依頼書」（下関市社会福祉協議会ホームページからダウンロード可）により、開催日時、場所、内容の詳細についてご相談ください。	
643	安心して暮らすための地域づくり講座 🐶	人と人との支え合いのしくみ	身近な地域の困りごとから、地域で支え合うしくみづくりを、生活支援コーディネーターと一緒に考えます。	対象：中学生以上 開催日時、場所、内容の詳細は要相談	
644	みんなの居場所「ふれあい・いきいきサロン」のお話 🐶	サロン発！元気づくり、生きがいづくり、地域づくり	「ふれあい・いきいきサロン」の立ち上げや継続に向けて、事例をもとにお伝えします。	対象：小学5年生以上 開催日時、場所、内容の詳細は要相談	
645	パラスポーツ出前・体験講座 🐶	パラスポーツを体験することで、障害者及びパラスポーツへの理解・関心を深めてもらう	様々なパラスポーツの紹介と体験	対象：小学生以上 時間・曜日は要相談 ※休業日（月・祝日）は不可 ※夏季の実技体験については安全上内容の変更をお願いすることがあります。	下関市パラスポーツ サポートセンター

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
646	ケアマネジャー（介護支援専門員）のお話！ 	ケアマネの仕事と色々な相談について	・高齢者の生活を支えるケアマネの仕事 ・お守りになる？具体的な相談や介護保険のお話 ・ケアマネになるには？	対象：小学4年生以上 時間：30～60分 日時・場所・内容等は要相談	下関市介護支援専門員協会
647	利用しよう！乗ろう！公共交通 「バスの乗り方教室」 	・バスの乗車から降りるまで ・安全な乗り方	実際のバス車両を使用して、利用方法の体験と安全マナーを学習します。	対象：すべて 時間：30分～60分程度 人数：20～40人程度 開催日時は要相談 実施場所はバスの乗入可能な事が望ましい	サンデン交通（株） ☎083-232-7775
648	健康安全運転講座	健康に安全に、いつまでも運転を楽しもう	安全運転や健康づくり、先進機能体験など様々なプログラムを用意しています。	対象：大人 時間：60～90分 曜日、時間、内容などは要相談 （店休日は除く）	山口ダイハツ販売（株） ☎083-267-1106
649	薬剤師がお話する「健康のためにできること」	薬剤師による「健康」のお話	健康とは、健康寿命、健康な生活を送るために、病気になったら、等	対象：大人	一般社団法人 下関市薬剤師会
650	薬剤師がお話する「病気と医療」	薬剤師による「病気と医療」のお話	生活習慣病、メンタルヘルス（うつ病）、骨粗しょう症、認知症のうち、希望の1分野		
651	薬の正しい使い方	薬剤師による「薬の正しい使い方」のお話	医薬品のできるまで、分類、正しい使い方、副作用、薬局の効果的な利用方法、等		
652	健康食品、薬と食品	薬剤師による「健康食品・薬と食品」のお話	健康食品について、薬と食品の飲み合わせについて気を付けるべき点等		
653	薬剤師のお仕事 	いろいろな場所で活躍する薬剤師	薬局、病院、製薬工場、行政等で働く薬剤師の業務、薬剤師になるには、等		

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
654	サポートブックをつくってみよう	子どもの取扱説明書をつくってみましょう	子どもの成長の記録にもなるし、就学・進学時、そしてボランティアさんに預けるとき、それからもしも！の時に役立ちます。	対象：大人 時間：90分程度 日時・場所は要相談	NPO法人 山口県自閉症協会 ☎080-3875-0245
655	発達障害ってなに？ 	発達障害・自閉症をもっとよく知ってみよう。疑似体験で自閉症の世界を少しでも体験してみませんか	誤解されがちな発達障害・自閉症の正しい知識と理解を持ってほしいと思います。疑似体験を通してどう接したらよいのか？どのような支援をしたら良いのかを考えてほしいです。	対象：小学3年生以上 時間：90分程度 日時・場所は要相談	
656	(誤嚥性)肺炎を予防しよう	自分でできる(誤嚥性)肺炎の予防	摂食・嚥下障害看護認定看護師が、誤嚥性肺炎についての簡単な知識から嚥下体操、予防方法まで紹介します。	対象：大人	地方独立行政法人 下関市立市民病院
657	なぜうつる？どう防ぐ？身近な場面で考える感染対策	身近な行動がうつす理由	日常のあるある場面から、感染が広がる理由と防ぐ工夫をわかりやすく紹介します。	詳細は要相談	
658	心不全 知っていますか？ 予防しましょう！	あなたの大切な人が心不全かもしれません	・心不全の病状、治療法、予防について ・ACP(家族会議)について	対象：大人 時間：60分程度	
659	転倒予防教室	転ばないために今日からできること	手軽にできる足腰のトレーニングと日常生活での注意点を話します。	詳細は要相談	
660	腰痛予防塾	知ってて良かった！腰痛予防	理学療法士による腰痛のお話と腰に負担をかけないための運動や生活動作を紹介します。		
661	高次脳機能障害って何？	脳卒中や頭部外傷などによる障害について	脳卒中や頭部外傷による高次脳機能障害の症状や生活する上での対応方法を伝えます。	詳細は要相談	
662	健康寿命を延ばすための運動指導教室	知っていますか、身体的虚弱とその対策	健康寿命に関連のある身体的虚弱(身体的フレイル)の知識や対策を理学療法士が指導します。		
663	アイフレイル予防とプチビジョンケア	目の健康寿命をのばそう	アイフレイル(加齢に伴う視機能の低下)について説明し、簡単なアイフレイル対策をお話します。		



6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
664	自分や家族の「人生会議」 (アドバンス・ケア・プランニング)	もしもの時について考え話し合う	11月30日(いい看取り人、いい看取られ人)は人生会議の日です。望む医療やケア療養について元気な時から話し合うべきと言われていきます。	時間：30～60分程度 担当：看護部	山口県済生会 下関総合病院看護部
665	正しく知ろう がんの痛みをとる医療用麻薬について	がんの痛みをとり、あなたらしい生活を送るために	医療用麻薬とは何か！効果と副作用、がんの痛みとは何かを説明します。		
666	在宅医療について	安心して在宅で過ごすために	医療や介護などの在宅サービスを利用し、住み慣れた自宅で過ごしましょう。	対象：大人 時間・曜日は要相談 担当：看護部	
667	あなたにもできる救急蘇生	倒れている人を見かけたら	一般の方ができる救急蘇生AEDの使用方法について	対象：高校生以上 申込：2カ月前まで 詳細は要相談 担当：看護部	
668	心臓病について	急性心筋梗塞、心不全について学ぼう	現在の治療、経過について(冠動脈カテーテル検査、TAVI、WO)	対象：大人 時間：30～60分程度 申込：2カ月前まで 担当：看護部	
669	赤ちゃんの入浴	新生児の沐浴を安全に楽しく行おう	沐浴の効果や気をつける事を学びましょう。	担当：看護部	
670	がん予防について知っていますか？	日常生活と検診でがんを防ごう	2人に1人ががんにかかる時代。がんの予防と検診についてお話します。	時間：30～60分程度 担当：看護部	
671	腸活しよう	腸活って大事なこと	食べ物が口に入って便になるまで腸内細菌について	対象：大人 申込：2カ月前まで 担当：看護部	
672	こんな症状ありませんか？	心臓・脳について	小さな症状から早期発見、受診をするために	対象：大人 詳細は要相談 担当：看護部	
673 NEW	誰にでもできる心肺蘇生の基本	いざという時に命を救う～心肺蘇生とAEDの使い方～	簡単な心肺蘇生と基本的なAEDの使い方(人形とデモ材使用)	対象：高校生以上 時間：30～60分程度 担当：看護部	

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
674 NEW	いのちを守る 	助産師・看護師による性教育及びワクチン、検診について	性について学んだり、ワクチン接種や検診について学び、病気を予防・早期に見つけましょう	対象：小学低学年以上 親子参加 教育する方 担当：看護部	山口県済生会 下関総合病院看護部
675 NEW	スキンケアを学ぼう	高齢者の皮膚を守る方法	正しいスキンケア方法を学びましょう	対象：大人 詳細は要相談 担当：看護部	
676 NEW	麻酔について	麻酔を知ろう	麻酔の種類について 手術前に知っておきたいこと	対象：大人 時間：30～60分程度 担当：看護部	
677	健康応援講座 1	女性の健康は社会の健康 (女性総合診療)	当センターが全国的にもリードする女性医療の最先端情報を提供いたします。	開催日時・場所は要相談 担当：女性総合診療センター長 循環器科医長 早野智子	独立行政法人 国立病院機構 関門医療センター ☎083-241-1199
678	健康応援講座 2 	出前で行う救急蘇生講習	自動体外式除細動器の訓練を含む実技取得を中心に救急蘇生教習を行います。救急蘇生ができる自信がつかます。	対象：大人 (学校関係は長府地区のみ応相談) 申込は、原則 2 か月前まで 担当：救急認定看護師・特定行為研修修了者	
679	健康応援講座 3	健やかに生まれ、育ち、そして健やかに生む(生育サポート)助産師講座	健康な子供を産み育てるって難しい？性について正しく知り、育児の不安やちよつと聞きたいことを楽しく解決しましょう。	開催日時・場所は要相談 担当：助産師 橋田英理子	
680	健康応援講座 4	子供が作る健康な未来(子供の生活習慣病予防)健康応援看護師講座	成長期・思春期は、子供からの移行期であり、心も体も大きく変化します。その大切な時期に食生活や生活習慣の大切さをわかりやすくお話しします。		
681	健康応援講座 5	若さをたもつ健康戦略 現在(いま)より若い時はありません！	性別により病気になりやすい年代や臓器が異なります。若さを保つために大切なこと、今からできる必要なことを実践しましょう。	開催日時・場所は要相談 担当：女性総合診療センター長 循環器科医長 早野智子	

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
682	知りたい！ 薬剤師のお仕事 	薬剤師はおくすりのスペシャリスト！ ～いろいろな場所で活躍する薬剤師～	病院、薬局、製薬会社、行政などで働く薬剤師の業務内容など	開催場所・日時は要相談 担当：薬剤部長	独立行政法人 国立病院機構 関門医療センター ☎083-241-1199
683	看護師のお仕事 	看護師ってどんな職業？どうすれば なれる？	・看護職の魅力、やりがいについて ・看護職になるには ・看護師の多様な働き方について 職場の種類や仕事内容について紹介	対象：小学5年生～高校生、 保護者 人数：30～40名 申し込み：2か月前まで (日程要相談)	
684	病院で働く管理栄養士の 仕事を知らう！ 	食事で健康を支えるプロフェッショナル	病院栄養士の具体的な仕事内容、仕事のやりがい、管理栄養士になるための道のり、病院で働くためには	対象：中学生、高校生 時間・場所・内容の詳細は要相談	
685	健康づくりのための 食事実践教室	健康づくりは毎日の食卓から	食事バランスチェックをしてみませんか？ ライフステージに見合った健康づくりの食事を一緒に考えてみましょう。	時間：30～45分程度 対象・日時等ご要望に応じ、対応可能	
686	健康長寿をめざした 食事・栄養教室	フレイル（虚弱）予防の栄養と食生活	「健康長寿」をめざした健康生活をフレイル予防に焦点を当てて、日々の栄養・食事について考えてみましょう。		
687	ジュニアスポーツ選手の 食事・栄養教室 	基礎体力アップをめざす栄養と食事	基礎体力づくりの栄養、食事は、競技固有の体力づくりの要です。パフォーマンス・アップにつなげましょう。		
688	食中毒に気を付けよう！  	食品衛生の話	今、気を付けるべき食中毒や予防法を通じて、食品衛生の意識を高めます。	対象：すべて 各対象により、柔軟に対応します。 担当：食品科学科 古下	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
689	アレルギーとからだのしくみ (免疫) 	アレルギーの原因はなに？	食べ物や花粉とからだの両方の視点からアレルギーのしくみを、わかりやすく説明します。	対象：すべて 要望に応じてアレンジします。 担当：食品科学科 白井	

6. くらしと健康・福祉

●新講座【NEW】 ●子ども向け  ●子ども可能 

	講座名	サブテーマ	内容	備考	担当
690	食べられた物の旅  	栄養成分の消化・吸収のしくみ	食べたものが身体に吸収されるしくみや栄養の貯蔵と利用について、わかりやすく解説します。	対象：すべて 45分～90分を目安に適宜調節。 難易度を変えながら幅広く対応します。 開催日時・場所・設備は要相談 担当：食品科学科 臼井	国立研究開発法人 水産研究・教育機構 水産大学校
691 NEW	睡眠と生活習慣病	睡眠不足が体に及ぼす影響を知っていますか？	睡眠不足と生活習慣病の関連を知り、睡眠を充分とることの必要性について学ぶ。	対象：高校生以上 人数：原則10人以上 時間：60分程度 申込：1か月前まで（日程要相談） 場所：プロジェクターとスクリーンがある場所が望ましい	公立大学法人 下関市立大学 ☎083-252-0288
692 NEW	高校生と生活習慣病予備軍	高校生から知っておこう！！生活習慣病とは？	生活習慣病を知り、朝食を抜いたり、睡眠不足などがどのような影響を体を与えているのかを知り、生活リズムを整える必要性を学ぶ。	対象：高校生 人数：原則5人以上 時間：60分程度 申込：1か月前まで（日程要相談） 場所：プロジェクターとスクリーンがある場所が望ましい。	
693 NEW	在宅で行う腹膜透析	腹膜透析を在宅でサポートしたい！！	腹膜透析の家族負担を減らしたいと考えている方。一緒に腹膜透析の安全な支援方法を学ぶ。	対象：大人 人数：原則3人以上 時間：60分程度 申込：1か月前まで（日程要相談） 場所：10名以上の場合は、プロジェクターとスクリーンがある場所が望ましい。 （ない場合は要相談）	
694 NEW	いのちの授業  	重い病気や障がいをもつ子どものことを知っていますか	重い病気や障がいをもちながら生活している子どもがいます。その子たちの様子を紹介しながら、いのちの大切さについて一緒に考えましょう。	対象：すべて	
695 NEW	喪失とグリーフ（悲嘆）について 	グリーフを理解し、思いやりのコミュニティを創ろう	喪失体験が人に及ぼすグリーフについて説明し、大切な人を亡くした人に寄り添うこと、グリーフサポートや地域で支え合うことについて考える講座です。	対象：小学校3年生以上（対象の年齢によって話す内容をアレンジします）	