

## 令和7年度 白井なるほど行政講座メニュー 一覧

| N o      | 講 座 名                                                  | 講 座 概 要                                                                                                                       | 担当課等名         | 電話番号（直通）     |
|----------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|
| 行政       |                                                        |                                                                                                                               |               |              |
| 1        | 白井市のまちづくり ～総合計画とは～                                     | 白井市のまちづくりを進めるための全体計画となる「総合計画」について、策定の取組や、その内容等をご説明します。                                                                        | 企画政策課         | 047-401-5998 |
| 2        | 統計から見る白井市                                              | 国勢調査などの各種統計調査の結果を基に市の状況をご紹介します。                                                                                               |               |              |
| 3        | 身近なところから考える男女共同参画                                      | 男女共同参画を「仕事」・「家事・育児」・「介護」など、あなたの身近なところに関連づけて、ご説明します。                                                                           | 市民活動支援課       | 047-401-4078 |
| 4        | 「広報しろい」の役割・作り方                                         | 白井市の広報活動紹介と広報紙作成にかかわる手順と注意点をご説明します。                                                                                           | 秘書課           | 047-401-6913 |
| 5        | 市のキャラクター「なし坊ファミリー」を紹介します！                              | 「なし坊ファミリー」のプロフィールや活動内容などをご紹介します。                                                                                              |               |              |
| 6        | 市の財政状況                                                 | 予算・決算を基に市の財政状況をご紹介します。                                                                                                        | 財政課           | 047-401-6658 |
| 7        | 議会のしごと                                                 | 市議会の役割とながれについてご説明します。                                                                                                         | 議会事務局         | 047-491-6164 |
| 8        | 市税のしくみ                                                 | 市税の種類（個人住民税、固定資産税など）とその仕組みについてご説明します。                                                                                         | 課税課           | 047-401-4576 |
| 9        | つくってみよう！マイナンバーカード                                      | マイナンバーカードは、身分証明書にもなる顔写真付きのICカードです。交付手数料は無料で、コンビニで住民票・印鑑登録証明書・税証明等を取ることができるなど、様々な行政サービスを受けることができます。カードの申請方法やメリットなどについて、ご説明します。 | 市民課           | 047-401-3846 |
| 市民参加     |                                                        |                                                                                                                               |               |              |
| 10       | 市民参加・協働によるまちづくりとは                                      | 市民参加・協働・小学校区単位のまちづくりの考え方や取組についてご説明します。                                                                                        | 市民活動支援課       | 047-401-4078 |
| 11       | 自治会活動で地域力を高めよう                                         | 自治会の必要性と設立手順、運営方法、会員の加入促進のための取組、市の支援等、充実した自治会活動を行うために必要なことをご説明します。                                                            |               |              |
| 12       | 市民活動のすすめ<br>～地域で市民活動を実践しよう～                            | 市民活動の心構えやきっかけづくり、市民活動団体としての市民まちづくりサポートセンターの情報、市の支援等、地域で市民活動を実践していくために必要なことをご説明します。                                            |               |              |
| 13       | 市民参加条例を知ろう                                             | 白井市市民参加条例の目指すもの、白井市市民参加条例の解説や市民参加条例該当事業の総合的評価についてご説明します。                                                                      |               |              |
| 保険       |                                                        |                                                                                                                               |               |              |
| 14       | 国民年金制度                                                 | 国民年金制度の概要についてご説明します。                                                                                                          | 保険年金課         | 047-401-3942 |
| 15       | 国民健康保険制度                                               | 国民健康保険制度の概要についてご説明します。                                                                                                        |               | 047-401-3918 |
| 16       | 後期高齢者医療制度                                              | 後期高齢者医療制度の概要についてご説明します。                                                                                                       |               |              |
| 17       | 介護保険制度                                                 | 介護保険認定手続き、保険料、サービスの内容についてご説明します。                                                                                              | 高齢者福祉課        | 047-497-3473 |
| 18       | 地域包括支援センターってどんなところ？                                    | 地域包括支援センターの役割や活動についてご説明します。                                                                                                   |               | 047-497-3484 |
| 19       | 「地域包括ケアシステム」ってなに？                                      | 高齢化が進み医療や介護が必要になっても、住み慣れた地域で暮らし続けていけるよう地域全体で支える仕組みづくりについて説明し、参加者の皆様と考えていきます。                                                  |               |              |
| 福祉       |                                                        |                                                                                                                               |               |              |
| 20       | 成年後見制度ってなに？<br>～判断力が低下しても安心して暮らせるように～                  | 認知症、知的障害、精神障害などにより判断が低下した方々を守り支援する成年後見制度について、その概要や申立など手続きの方法、市が行っている成年後見制度に関する相談支援等をご説明します。                                   | 高齢者福祉課        | 047-497-3484 |
| 21       | 縁起でもない話をしよう！もしもの時に備える終活支援講座                            | 白井市終活支援ノートの概要、成年後見制度、葬儀等についての説明、「もしバナゲーム」で人生の最終段階の過ごし方について考えていきます。                                                            |               |              |
| 22       | 障害者福祉                                                  | 障害者の状況と障害者福祉サービスの概要についてご説明します。                                                                                                | 障害福祉課         | 047-497-3483 |
| 23       | しろい支え愛プラン（白井市地域福祉計画）<br>～ふれあい、育みあい、助けあい、ともに生きるまちをめざして～ | 地域福祉計画の内容と推進についてご説明します。                                                                                                       | 社会福祉課         | 047-497-3482 |
| 24       | 生活保護制度                                                 | 生活保護制度の概要についてご説明します。                                                                                                          |               | 047-497-3492 |
| 25       | くらしと仕事の困りごと、解決に向けたサポートをします！                            | 生活困窮者自立支援制度の概要や、白井市くらしと仕事のサポートセンターの支援についてご説明します。                                                                              |               | 047-497-3482 |
| 26       | 子ども・子育て支援制度について                                        | 子ども・子育て支援制度の概要についてご説明します。                                                                                                     | 保育課<br>子育て支援課 | 047-497-3487 |
| 27       | 児童福祉                                                   | 手当、助成、子ども子育て支援制度についてご説明します。                                                                                                   | 子育て支援課        | 047-497-3487 |
| 28       | 怒鳴らないでしつける子育てスキル（入門編）                                  | 「子どもが言うことを聞かずつい怒ってしまう」「イライラをぶつけてしまう」と悩んでいる親御さんに耳寄りな子育てスキルです。具体的なしつけの方法を学ぶことで、よりよい親子のコミュニケーションに活用できます。                         |               | 047-497-3477 |
| 保健・医療・予防 |                                                        |                                                                                                                               |               |              |
| 29       | 今日から始める介護予防                                            | 認知症の予防や、運動機能の向上など、元気にいきいき暮らしていくためのポイントをご紹介します。希望者に体組成（筋肉量等）の測定を行います。                                                          | 高齢者福祉課        | 047-497-3484 |
| 30       | 尿失禁予防で老後を快適に                                           | 尿もれの予防と改善に役立つ体操をご紹介します。                                                                                                       |               |              |
| 31       | 始めよう「しろい楽トレ体操」！                                        | おもりを入れたバンドを使って、歌を歌いながら楽しく筋力アップできる「しろい楽トレ体操」をご紹介します。                                                                           |               |              |

## 令和7年度 白井なるほど行政講座メニュー 一覧

| No             | 講 座 名                                                | 講 座 概 要                                                                                                                          | 担当課等名   | 電話番号（直通）     |
|----------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|
| 32             | 『白井なし坊体操』（白井梨トレ体操第2）でみんなと楽しく元気になろう！                  | 白井市のご当地体操第2弾！『白井なし坊体操』（白井梨トレ体操第2）を紹介します。子どもたちの体力づくりや運動不足解消のきっかけづくりを目的に、特産の梨をおいしく食べるまでの物語を歌と動きで表現したアップテンポで身体を動かすことが楽しいと感じられる体操です。 | 健康課     | 047-497-3494 |
| 33             | 聞いて納得！生活習慣病予防                                        | 糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病やメタボリックシンドロームなどの予防・改善方法を、ご要望の内容・時間にあわせてご紹介します。                                                             |         |              |
| 34             | 肺年齢を測って『COPD（シーオーピーディー）』を予防しよう！                      | COPD（慢性閉塞性肺疾患）とその予防法についての講話です。                                                                                                   |         |              |
| 35             | 出張！超音波骨密度測定で骨粗しょう症予防                                 | 骨粗しょう症予防を目的に、自身の骨密度を知ることができる超音波骨密度測定の実施と、毎日の生活で骨を丈夫にする食事や運動の具体的な方法についての講話です。                                                     |         |              |
| 36             | 出張！健康相談                                              | 健康診断結果や、日ごろ身体やこころの健康で気になっていることについて保健師が相談をお受けします。希望により血圧測定や体脂肪率測定を行います。                                                           |         |              |
| 37             | ～子どもの頃からがん予防～<br>あなたと大切な人の命のために                      | がんは国民の2人に1人がかかる身近な病気といわれています。白井市の現状やがん予防に好ましい生活習慣のポイント等についてわかりやすくご紹介します。小学生以上の児童・生徒を主な対象とします。                                    |         | 047-497-3495 |
| 38             | インフルエンザに備えよう！                                        | 家庭や地域におけるインフルエンザ対策についてご紹介します。                                                                                                    |         |              |
| 39             | 歯っぴいスマイル講座                                           | 幼児と保護者にはむし歯予防について、成人・高齢者には歯周病予防・オーラルフレイル予防・お口の体操をご紹介します。<br>※希望団体には、むし歯菌パッチテスト・咀嚼力テストを実施しますが、材料費が掛かるため、事前に申し込みが必要です。             |         | 047-497-3472 |
| 40             | ありのままの子育て<br>～子どもの自尊感情を育てよう～                         | 自分をかけがえのない存在と認め、自分自身を好きだと思う子どもの心を育むための育児講座です。成長に合わせた子どもへのかわり方や、パパやママがいきいき子育てするためのコツをアドバイスします。                                    |         |              |
| 41             | あっ！危ない！子どもの事故予防                                      | あなたの家の安全度チェック（子どもの死因TOP5に不慮の事故、家庭で行う事故予防）をご紹介します。                                                                                |         |              |
| 42             | ホームドクターはパパ＆ママ                                        | 子どもの健康管理、かかりやすい病気と対処方法をご説明します。                                                                                                   |         |              |
| 43             | いただきます！からはじめよう                                       | 離乳食、幼児食、生活習慣病予防、フレイル予防の食生活などの講話です。                                                                                               |         | 047-497-3494 |
| <b>消費・農業</b>   |                                                      |                                                                                                                                  |         |              |
| 44             | だまされない消費者になるために<br>～悪質商法の手口を知って未然に防ごう！～              | 市民を狙う悪質商法の被害を未然に防ぐために、代表的な手口をご紹介します。                                                                                             | 産業振興課   | 047-401-4641 |
| 45             | 消費生活センターってなにするところ？                                   | 消費生活センターが行っている業務について解説し、市民にとって身近な相談窓口であることを知っていただくとともに、これまでの相談傾向など情報を提供します。                                                      |         |              |
| 46             | 子どもを「かしこい消費者」に育てよう！<br>～保護者向け消費者教育～                  | 小・中学生の保護者を対象に、子どもを「かしこい消費者」に育てるため、お金の使い方、未成年の消費者トラブルや最近の悪質商法についてをご紹介します。                                                         |         |              |
| 47             | 白井市の農業                                               | 白井市の農業の特徴についてご説明します。                                                                                                             | 産業振興課   | 047-401-4631 |
| <b>環境</b>      |                                                      |                                                                                                                                  |         |              |
| 48             | 白井市の放射線対策                                            | 福島第一原子力発電所事故による市内の放射能汚染状況や市の放射線対策についてご説明します。                                                                                     | 環境課     | 047-401-5409 |
| 49             | 「ゼロカーボンシティ」への取組                                      | 白井市が目指す2050年「ゼロカーボンシティ」への取組について、ご説明します。                                                                                          |         |              |
| 50             | 白井市の自然                                               | 白井市の自然環境について、白井市第3次環境基本計画を基にご説明します。                                                                                              |         |              |
| 51             | 白井のごみを減らそう！（ごみリサイクル）                                 | ごみの減量化と分別についてクイズをまじえながらご説明します。                                                                                                   |         | 047-401-5429 |
| <b>都市・公共交通</b> |                                                      |                                                                                                                                  |         |              |
| 52             | ねえ、知ってる？都市計画                                         | 用途地域および地区計画などについてご説明します。                                                                                                         | 都市計画課   | 047-401-4682 |
| 53             | ねえ、知ってる？地区のまちづくり                                     | まちづくり条例の説明と運用などについてご説明します。                                                                                                       |         |              |
| 54             | 市営水道                                                 | 市営水道事業の概要などについてご説明します。                                                                                                           | 上下水道課   | 047-401-5203 |
| 55             | 下水道                                                  | 下水道の役割や市における下水道の状況と将来計画についてご説明します。                                                                                               |         |              |
| 56             | 空き家問題について                                            | 白井市空家等対策計画により、空き家の現状や対策について説明します。                                                                                                | 建築宅地課   | 047-401-4675 |
| 57             | ねえ、知ってる？みんなのまちの公共交通                                  | 白井市内の公共交通や、公共交通に関する取組、公共交通を利用するメリットをご説明します。                                                                                      | 都市計画課   | 047-401-4695 |
| <b>防災・防犯</b>   |                                                      |                                                                                                                                  |         |              |
| 58             | 防災対策講話                                               | 防災に対する市の取組などについてご説明します。                                                                                                          | 危機管理課   | 047-401-4650 |
| 59             | 白井市危機管理監（防災の専門的知識・経験等を有する「地域防災マネージャー（内閣府認定）」）による防災講話 | 防災の基本的考え、自分たちが住むまちの災害リスクと災害リスクへの備え、大地震発生時の行動と避難行動、自主防災組織の重要性と活動などをご説明します。<br>※内容は個別に調整して行います。                                    |         |              |
| 60             | 防犯・交通安全講話                                            | 市民の身近で発生する自転車盗、空き巣、ひったくり、電話de詐欺、高齢者の交通安全など犯罪・交通事故について、印西警察署との連携により、防犯・交通安全の講話を実施します。                                             | 市民活動支援課 | 047-401-4081 |
| <b>教育</b>      |                                                      |                                                                                                                                  |         |              |
| 61             | 白井市の文化財                                              | 文化財の保護と活用、市の歴史、市の指定文化財をご紹介します。<br>※見学のみは行いません。                                                                                   | 生涯学習課   | 047-492-1123 |
| 62             | 図書館探索                                                | 図書館の仕事紹介と普段は入れない「書庫」などの見学を実施します。                                                                                                 | 図書館     | 047-492-1122 |