

「話しましょう！おぢやの今、そしてこれから～出前講座～」講座リスト

- ▼ **【NEW!】** は、新規もしくは内容をリニューアルした講座です。
- ▼ 課名等が変更となる場合があります。
- ▼ この講座リストのほかに実施したい内容のご要望がありましたら、市民会館までご相談ください。

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
自治 コミュニ ニティ	1	新しいまちづくりプロジェクト「みんなの一步で、未来づくり大作戦」	新しいまちづくりプロジェクト「みんなの一步で、未来づくり大作戦」で目指す市民総参加のまちづくりとは？みんなでまちの未来の姿を描いてみましょう。	企画政策課
	2	地域の元気は小千谷を元気にする～小千谷市の市民協働～	私たちの暮らしや社会をよりよくするために、自治会や様々な団体が地域活性化に取り組んでいます。それらの団体の取り組みや市の支援制度の紹介をし、市民と行政が共に考え、活動に取り組むことの大切さについて考えます。	にぎわい交流課
	3	人口減少と地域づくり	いま日本は人口減少を迎えています。すでに少子高齢化、過疎化と相まって地域経済の衰退や地域の伝統的行事やイベントにも影響が出ています。これからの地域活動や自治会活動などについて考えましょう。	にぎわい交流課
産業・ 経済	4	子どものキャリア教育～しごと未来塾～のご紹介	小千谷市には、全国や世界に誇る事業所がたくさんあります。これらの事業所について学ぶ機会を設けるため、中学生と高校生を対象にした「しごと未来塾」を開催しています。事業所の紹介や若者の仕事観、地元事業所への就職についてお話しします。	企画政策課
自然・ 文化	5	小千谷の大地を見つめてみませんか	私たちが暮らす小千谷市は、坂の多いまちです。その理由の一つに河岸段丘に立地していることがあります。その成り立ちや地盤の特徴など、大地についてお話しします。ご希望があれば、現地で地形を見ながらの学習やまち歩きでの解説も行います。	教育センター
	6	川原の石からわかることとは	信濃川の川原には多くの石があります。その石はどんな石？ふるさとはどこ？など石について調べてみましょう。また、川原の石と市内の崖や石積みとの関係も探りましょう。	教育センター
	7	見てみよう身近な植物	私たちの周りには多くの野草。どんな植物であっても工夫された細密な花を咲かせます。小千谷の植物ガイドブック「見てみよう身近な植物」をもとに、すぐそばにある植物を見てみましょう。ご希望があれば、季節別のフィールドワークもご指導します。	教育センター

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
自然・文化	8	小千谷の縄文時代～人だらけだったおぢや～	小千谷市には、現在400を超える数多くの遺跡があります。その遺跡の大部分は縄文時代のもので、これは周辺地域の中でも、とても集中していると言えます。なぜたくさんの人々がこの地に住んだのか。どんな暮らしをしていたのか。土の中に眠っていた土器や石器、竪穴住居など人々の生活のあとから、謎解きを行います。片貝、真人など地域別でもお話しができます。	にぎわい交流課
	9	先人が育んだ至宝たち～あなたのまちの文化財～	あまり知られていませんが、私たちの身の回りには、先人から伝わっている「お宝」がたくさんあります。今、あなたが住んでいる町内にも実はたくさんのお宝があります。お宝といっても、モノや建物だけではありません。このお宝についてお話ししながら、あなたのまちの歴史に触れましょう。	にぎわい交流課
	10	発掘調査のイ・ロ・ハ	近年、小千谷市内では大規模な土木開発に伴う、遺跡の試掘調査が市内のいたるところで行われています。試掘調査の方法、遺跡の掘り方、出土した土器や石器・竪穴住居などの紹介、試掘調査後の本格的な調査の手順、さらに試掘調査で分かったことなどをお話しします。ちなみに試掘調査でわかることは、遺跡のことばかりではありませんが、あとは聞いてのお楽しみです！	にぎわい交流課
	11	おぢやの歴史最前線！！	小千谷市が持っている土器や古文書、民具などの所蔵品や、歴史を知るうえで大切なモノを紹介します。懐かしいモノや意外なモノがあります。	にぎわい交流課
	12	学芸員と行く！！城跡ガイドウォーク～えっ？小千谷に城なんてあるの？～	近年、手軽なハイキングやお散歩コースとして、小千谷の周辺の山を歩いている人が増えています。実はその山が山城になっている所も少なくありません。山城・平山城のガイドウォークで、城の作り方やまちの守り方を学びながら健康ウォークしませんか。	にぎわい交流課
	13	写真で巡る小千谷の文化財	愛染明王坐像や魚沼神社阿弥陀堂など国・県・市から指定されている文化財や登録有形文化財など、市内に多数ある文化財を写真で紹介します。	にぎわい交流課
	14	みんなで展示してみよう！これであなたも学芸員？！	【ワークショップ】 実物とガラスケースを囲んで、土器や古文書等の飾り方（例：照明、展示物の向き、解説文作成等々）をみんなで考えましょう。（解説15分＋展示50分＋解説15分）	にぎわい交流課
15	錦鯉の歴史について	小千谷市発祥の錦鯉は、国内はもとより世界中に愛好家があります。東京駅前に完成した錦鯉鑑賞池では、その彩りでたくさんの人々を楽しませています。錦鯉の歴史や世界への発信、これからのPRなどについてお話しします。	農林課	

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
生活	16	地域にあった公共交通を考える	公共交通は私たちの暮らしに欠かせないものです。交通弱者だけでなく、普段自由に自動車に乗られる人からも関心を寄せていただきたいと考えています。令和7年度から始まったAIオンデマンド交通や、路線バス、鉄道はこれから10年後どうなっていくのでしょうか。事例を通して公共交通について考え、学びを深めましょう。	にぎわい交流課
	17	空き家のこと、一度相談してみませんか？「空き家情報バンク」	「空き家情報バンク」への登録・相談、市ホームページへの掲載は無料です。実際の売買事例や移住定住のための活用についてご紹介します。	商工振興課
	18	水道水ができるまで	蛇口をひねれば、当たり前のように水がでてきます。安全で安心な水がどのように作られているのかを小千谷浄水場を見学しながらお話しします。	上下水道局
	19	まるごとわかる市税入門	みなさんの暮らしとかかわりの深い税金。市税の種類やしきみ、納付方法についてわかりやすくお話しします。	税務課
	20	ストップ地球温暖化～脱炭素社会に向けてできること～	急速に進む地球温暖化の原因、影響とその対策、また、温室効果ガスの排出量が実質ゼロの「脱炭素社会」の実現に向けた市の取り組みや市民の皆さんの取り組みを後押しする補助制度などについてお話しします。	環境共生課
	21	ごみの分け方、出し方講座	ごみを減らし、活かすための3R（リデュース、リユース、リサイクル）はご存じですか？3Rの話やごみの出し方、分け方のポイントや注意点についてお話しします。 【開庁日のみ】	環境共生課
	22	人権教育・啓発講座～あなたの身近にある人権～	人権は私たち一人ひとりの生活に深く関わる、身近で大切なものです。しかし、いじめやハラスメント、偏見や差別はなかなかなくなりません。みんなの人権について一緒に考えてみませんか。	市民生活課 (法務局人権擁護委員)
安全	23	あなたも狙われている！？知って防ぐ消費者トラブル	特殊詐欺や悪質商法の手口は年々巧妙化しています。また、SNSなどインターネットを通じたトラブルにより、若者の被害も増加しています。実際の消費者トラブルの実例を紹介しながら、被害を防ぐためのポイントをわかりやすく解説します。大切な家族や地域の皆さんを守るために、一緒に学んでみませんか。	市民生活課

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
安全	24	交通安全教室	歩行者のみなさん、ドライバーのみなさん、自転車を運転するみなさんに、守ってほしい交通安全のルールをお話します。交通指導員と一緒に楽しく学びましょう。	防災安全課
	25	災害にそなえましょう	地震や豪雨など近年全国で発生した災害からの学びを通し、ハザードマップの見方や災害時の情報収集の仕方、市からの情報伝達方法、ご家庭でのそなえなどを紹介します。皆さん自身や大切な人を守るためにできることなど、ご家庭の防災について考えましょう。	防災安全課 (日本防災士会)
	26	備蓄について考えてみましょう	ご家庭の災害への備えはできていますか。備蓄品と非常持出品の違い、使いながら備えるローリングストック法、役立つ備蓄品など備蓄の基本的な考え方についてお話します。	防災安全課 (日本防災士会)
	27	原子力防災講座	放射線のリスク、避難のリスク、屋内退避中の生活を正しく理解されていますか？放射線の知識や原子力防災の仕組みを学ぶことで、原子力災害が起きた際に自分がとるべき行動を考えましょう。	防災安全課
	28	“いざ”というとき困らない避難所運営の仕方	自主防災会で避難所を開設した際に何をすべきか、用意すべきものは何かなど避難所の運営方法を習得しましょう。	防災安全課 (日本防災士会)
	29	知っていますか？“マイタイムライン”のこと	ゲリラ豪雨や台風・・・大雨によって川や斜面の様子は刻一刻と変わります。あなたの地域の浸水被害を予想しながら、時系列的にそれぞれの避難行動について考えましょう。	防災安全課 (日本防災士会)
	30	身近なモノで防災グッズ作成・応急処置	災害や緊急時に役立つ、風呂敷や新聞紙など身近なモノを使った防災グッズの作り方や、応急処置の方法をご紹介します。	防災安全課
	31	防災力チャレンジ	防災に関することをクイズやゲームなどで分かりやすくお話します。ご希望のテーマにあわせてお話しますのでご相談ください。	防災安全課 (日本防災士会)

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
安全	32	あなたの家に潜む危険～防火の知識と注意点～	「もしものとき」のために、あなたの住宅の防火対策は大丈夫ですか？家庭の中に潜む様々な危険を知り、消火器や住宅用火災警報器及び感震ブレーカーの重要性、点検の仕方、使い方などを身につけましょう。	消防本部
	33	我がまちの消防団	火災や大規模災害などのいざというときに、身近に暮らす人達が大きな力となって地域を守っています。皆さんの安全を守る消防団の活動やその大切さをお話しします。	消防本部
福祉・医療	34	介護保険制度について	介護の状況に応じて、きめ細かく皆さんに提供できる介護保険のサービス。その種類や利用の手順についてお話しします。	福祉課
	35	ご存じですか？「オレンジガイド」	年配になると多くの人が心配になる認知症やその介護。福祉課で発行した「オレンジガイド2026」を参考に、「地域包括支援センター」の紹介や認知症の発症を遅らせる方法、介護者や周囲の人から知っていただきたいポイントなどをお話しします。	福祉課
	36	食べて 動いてよく寝よう！～健康に欠かせないこと～	生涯にわたり健やかな心と体をつくり生活するためには、「食べて 動いて よく寝よう」が大切です。生活習慣病を予防し、健康寿命を延ばしていきましょう。	健康・子育て応援課
	37	小千谷の子どもの生活習慣	市内の小学生の生活実態を調査した結果、見えてきた子どもの生活習慣。健やかな子どもの成長のために必要なことは何？	健康・子育て応援課
	38	ご存じですか？「食育」	生涯にわたって健やかに生活するためには、家庭での日々の食事が重要です。命の根源である「食」の基本についてお話しします。	健康・子育て応援課
	39	知っ得、納得！認知症	認知症の症状などを理解し、認知症の人と接するときの心構えや対応などの基本を学習します（認知症サポーター養成講座を兼ねる）。所要時間約90分（学校の授業などで開催の場合は授業単位に合わせて調整しますのでご相談ください）。	福祉課

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
福祉・医療	40	高齢者の安心・安全講座 ～高齢者の人権や財産を守る～	高齢者虐待や消費者被害について地域で気づき、防ぐためのポイントや、成年後見制度などについてお話しします。	福祉課 (地域包括支援センター)
	41	大人のための読み聞かせ	読み聞かせボランティアや職員による大人を対象とした読み聞かせです。仕事や日常に疲れた大人がリラックスできる静かな時間を提供します。ラジオや動画との違いをお楽しみいただけます。また、子どもや孫に読み聞かせするときの本の選び方や読み聞かせのコツも伝授します。 (所要時間：約30分)	にぎわい交流課
子育て・教育	42	小千谷市名誉市民西脇順三郎を知ろう	西脇順三郎の功績や生い立ち、詩の世界観などをわかりやすくお話しします。 (所要時間：約30分×2回／約60分×1回)	にぎわい交流課
	43	【NEW!】ホントカ。プレイリーダーあそびクリエイティブ(地域人材育成)	ホントカ。で活躍中のプレイリーダー(子育て支援)が、地域の方が地域のお祭りや集まり等で活用できる親子向けのアソビ・ものづくりを紹介します。 (内容・所要時間：要相談)	にぎわい交流課
	44	学校給食ができるまで ～学校給食センターの1日～	小千谷市立の学校は、給食を学校で調理しているところと、学校給食センターで調理し配送しているところがあります。その学校給食センターの1日の流れや仕組みについて、お話しします。	教育・保育課
	45	新米パパ・ママ向け 子どもの発育発達と子育て豆知識	新米パパ・ママの皆さん、お集まりください！ これからの子育て、子どもの発育発達について一緒に学びましょう。	健康・子育て応援課
	46	選挙の仕組みと大切さ ～選挙ってなぜあんなに大切なの～	選挙の仕組みって？投票に行ったらなにが変わるの？そんな疑問にお答えします！選挙についての正しい知識を身につけましょう。講座のあとは模擬選挙で投票体験もできます。	選挙管理委員会
その他	47	「ひと・まち・文化共創拠点ホントカ。」について	ホントカ。の役割、図書の利用、施設の利用など、ホントカ。の使い方をお話しします。また、対話形式で皆さんのさまざまな疑問にお答えします。(所要時間：要相談) ・ホントカ。でイベントを行いたい！ ・図書検索、本の配置はどうなってるの？ ・情報発信ツール「コトノハ」ってなに？ など	にぎわい交流課

分類	講座番号	講座名	内容	担当課
その他	48	<p>【NEW!】 小千谷の未来像～ 「小千谷未来ビジョン(小千谷市総合計画)」を読 んでみましょう</p>	5年後、10年後の小千谷が、どんなまちになったらいい と思いますか？令和8年3月に策定した「おちや未来ビ ジョン」を読んで、そのためにはどうしたらいいか、みん なで考えてみましょう。	企画政策課
	49	小千谷市の予算と 主要事業	市の予算がどのように作られ、何に使われているのかをご 存じですか？市の予算の仕組みや、予算の構成、主要な事 業について、わかりやすく説明します。	企画政策課
	50	市議会のしくみと 役割	4年に一度、選挙で選ばれる市議会議員。その議員で構成 される市議会の仕組みや役割についてお話しします。ま た、議場の見学や議会の傍聴もできます。ご希望の団体 は、ご相談ください。	議会事務局
	51	ふくし出前講座	健康づくりや福祉・生活に関するお話、福祉疑似体験や介 護技術習得の実技講座など、ご希望の講座を行います。 ※こちらの講座は社会福祉協議会の出前講座です。講座を 申し込む際は、社会福祉協議会（0258-83-2340）へご連 絡ください。	社会福祉協議会