職員出前講座メニュー一覧表（令和6年4月現在）

No.	講座名	内容	担当部署	対象			備考
				一般	小学校	中学校	
市政に関すること							
1	もばらの情報をお届けします ～広報もばらとウェブサイトのはなし～	広報とは何か、広報活動の状況、広報紙の作成過程など並びにウェブサイトの概要	総務部 秘書広報課	○	○	○	
2	マイナンバー制度のはなし	マイナンバー制度について、概要を説明します。	総務部 総務課	○	×	×	
3	よくわかる　もばら市の財政状況 （予算・決算）	市の予算概要、決算概要について一般会計を中心にわかりやすく説明します。	企画財政部 財政課	○	△	○	小学校5年生以上
4	知っておきたい住民税のしくみ	住民税（市・県民税）の申告や、課税のしくみについて説明します。	企画財政部 市民税課	○	○	○	※実施期間 7月～11月
5	知っておきたい固定資産税のしくみ	固定資産税の課税の仕組みについて、わかりやすく説明します。	企画財政部 資産税課	○	×	×	
6	教えて　議会のはなし	市議会のしくみ、運営について説明します。	議会事務局	○	○	○	
7	政治と選挙のおはなし	社会生活を送る上で大切な「政治」と「選挙」についてお話しします。なお、選挙が予定されている場合など、時期によってはお引き受けできない場合があります。	選挙管理委員会	○	○	○	
生活・環境に関すること							
8	かしこい消費者づくり	消費生活相談員が話題となっている消費生活に関するテーマについて講話します。	市民部 生活課	○	×	×	
9	デジタル活用　シニア向けスマートフォン講座	スマートフォン等を活用した行政手続や災害時の情報収集等について説明します（受け入れ人数の上限あり）。	総務部 総務課	○	×	×	
10	避難所の開設・運営について	マニュアルに基づく避難所の開設・運営要領について説明します。	総務部 防災対策課	○	×	×	
11	備えるべき防災対策とは？～自助・共助・公助～	市の防災対策や家庭・地域での自主防災対策について説明します。	総務部 防災対策課	○	○	○	
12	すすめようリサイクル～ごみの減量化・資源化への取り組み～	ごみ処理の状況と減量化・資源化のための制度・仕組みについて説明します。	経済環境部 環境保全課	○	○	○	

職員出前講座メニュー一覧表（令和6年4月現在）

No.	講座名	内容	担当部署	対象			備考
				一般	小学校	中学校	
13	もばらの環境（大気・水）	茂原市の大気環境、河川の水質等の現状を説明し、環境の改善を図るにはどうすれば良いかを一緒に考えます。	経済環境部 環境保全課	○	×	×	
14	田んぼを利用した防災対策 ～田んぼダム・ため池水位調整～	お米を作る田んぼを利用した水害対策について説明します。	経済環境部 農政課	○	○	○	
15	農地の売買、貸借、転用はどうするの？	田や畑を耕作目的で売買したり、住宅などを建てる場合の許可条件や手続きについて説明します。	農業委員会	○	×	×	
16	空き家の基礎知識について	空き家に関する基礎知識、茂原市の空き家の現状と取組みについて紹介します。	都市建設部 建築課	○	×	×	
健康・保険・福祉に関すること							
17	介護保険制度のはなし	介護保険制度全般について、概要を説明します。 1.制度のしくみ　2.サービスの利用方法等 3.地域包括支援センター　4.その他	福祉部 高齢者支援課	○	×	×	
18	認知症の正しい理解 （認知症サポーター養成講座）	認知症に関する正しい知識と理解を身につけるための「認知症サポーター養成講座」の講師を派遣します。 受講後は認知症サポーターとして市に登録されます。	福祉部 高齢者支援課 （地域包括支援室）	○	△	○	小学校3年生以上
19	フレイル（虚弱）を知っていますか？ ～イレブンチェックでわかるあなたのフレイル状態～	東京大学高齢社会総合研究機構が認定したフレイルトレーナーが、高齢者のフレイル予防についてわかりやすく説明します。（テキスト付）	福祉部 高齢者支援課 （地域包括支援室）	○	×	×	
20	高齢者の皆さんが摂るべき栄養素とは？	動かないことでフレイル（虚弱）が進み、筋肉の量や質の低下を招く大きな原因となります。高齢者の皆さんが今こそ摂りたい栄養素についてわかりやすく説明します。	福祉部 高齢者支援課 （地域包括支援室）	○	×	×	
21	やっぱり筋肉！貯筋で明日を元気に。もばら百歳体操のすすめ～	自宅でも簡単にできるもばら百歳体操や高齢者向けの筋力トレーニングについて実技を含めわかりやすく説明します。（もばら百歳体操のDVD付き）	福祉部 高齢者支援課 （地域包括支援室）	○	×	×	
22	オーラルフレイルをしっかり予防	動かないことでフレイル（虚弱）が進み、食事がむせたり、固いものが食べにくくなるなどお口の機能が低下すること（オーラルフレイル）が懸念されています。高齢者のお口の機能を高めるための取り組み方についてわかりやすく説明します。（実技あり）	福祉部 高齢者支援課 （地域包括支援室）	○	×	×	
23	最近頭を使っていないと感じたら？気軽にできるコグニサイズ（認知症予防）	コグニサイズとは軽運動しながら頭の体操を行うことで、脳の活性化を図るエクササイズです。コグニサイズの方法についてわかりやすく説明します。（実技あり）	福祉部 高齢者支援課 （地域包括支援室）	○	×	×	

職員出前講座メニュー一覧表（令和6年4月現在）

No.	講座名	内容	担当部署	対象			備考
				一般	小学校	中学校	
24	茂原市の子育て支援について	市の子育て支援全般について説明します。	福祉部 子育て支援課	○	○	○	取りまとめは子育て支援課で行い、講座時は保育課も同行します。
25	子どものしつけについて	子育て中の保護者やその周囲の方へ体罰等によらない子育てに向けた工夫についてお話します。	福祉部 子育て支援課	○	○	○	
26	早期発見が大切です ～もばらの健（検）診～	茂原市で実施している各種健（検）診の説明と、受診後に見つかる可能性の高い病気について説明します。	市民部 健康管理課	○	×	×	
27	ロコモティブシンドローム「運動器機能低下症候群」について	寝たきり予防や転倒予防について説明します。	市民部 健康管理課	○	×	×	
28	歯の健康塾	子供向け・・・虫歯予防のお話をします。 働きざかり向け…歯周病予防について等のお話をします。 高齢者向け…誤えん性肺炎の予防について等のお話をします。	市民部 健康管理課	○	○	○	
29	健康栄養セミナー	子供向け・・・離乳食や幼児食の進め方、おやつについて等のお話をします。 大人向け・・・バランスのよい食事や生活習慣病予防の食事についてお話しします。	市民部 健康管理課	○	○	○	
30	大切な人の悩みに気づいてください～あなたも今日からゲートキーパー～	周りで悩んでいる人を見かけたら、その人が命を絶つ道へ向かわないためにあなたができること…「ゲートキーパー」とは何かを学びましょう。	市民部 健康管理課	○	○	○	
31	受動喫煙の害を知ろう！	「建物内禁煙」「敷地内禁煙」等、禁煙に関する話題が多くなっていますが、喫煙はどのような害を及ぼすのか知りましょう。	市民部 健康管理課	○	○	○	
32	生活習慣病を知ろう！	生活習慣病について、病態や予防についてわかりやすく説明します。 （疾患別でもOK。例 「糖尿病を知ろう！」「脂質異常症を知ろう！」）	市民部 健康管理課	○	○	○	
33	思春期のこころとからだ	大人への階段を昇りつつある思春期世代の子ども達に向けて、この時期のこころとからだの特徴を知り、性に関する話題を提供します。また、生徒一人一人が「自分自身を大切にすること」を一緒に考える時間を作ります。	福祉部 子育て支援課	○	○	○	
34	女性の健康について	女性の健康は家庭全体の健康につながります。ライフスタイル別で、①妊娠・出産に関すること ②更年期に関すること 等各々の期間で気をつけたい疾患や予防法について説明します。	市民部 健康管理課	○	○	○	
35	子どもの健康について	お子さまの年齢によって、気をつけたい事故や病気があります。その対処法について説明します。（小児救急・応急手当についてなど）	福祉部 子育て支援課	○	○	○	
36	母乳とミルク栄養について	乳児期のお子さまにとって大切な栄養となる母乳とミルクについての正しい知識を提供します。また、次の妊娠に向けての卒乳時期についてのお話もします。	福祉部 子育て支援課	○	×	×	

職員出前講座メニュー一覧表（令和6年4月現在）

No.	講座名	内容	担当部署	対象			備考
				一般	小学校	中学校	
37	がん予防とがん検診について	がん予防方法についての説明と、早期発見を目的に茂原市で実施している各種がん検診について説明します。	市民部 健康管理課	○	○	○	
38	75歳からの医療制度	後期高齢者医療制度について説明します。	市民部 国保年金課	○	×	×	
39	生活保護制度のはなし	生活保護制度全般について、説明します。	福祉部 社会福祉課	○	×	×	
40	障害者福祉サービスあれこれ	各制度、サービスの利用方法について説明します。	福祉部 障害福祉課	○	○	○	
産業に関すること							
41	もばらの農業（茂原市の農業の概要と農業振興について）	茂原市の農業の概要について説明し、今後の農業振興について考えます。	経済環境部 農政課	○	○	○	
42	もばらの農業（耕作放棄地の現状と対策について）	農業における耕作放棄地の問題を解説し、今後の農業振興について考えます。	経済環境部 農政課	○	○	○	
43	もばらの農業（有害鳥獣はなぜ問題なのか）	農業における有害鳥獣の問題を解説し、今後の農業振興について考えます。	経済環境部 農政課	○	○	○	
44	もばらの商工観光	市内の商工業、観光等の現状及び課題について説明します。	経済環境部 商工観光課	○	○	○	
まちづくりに関すること							
45	地域におけるまちづくり～自治会と市民活動のはなし～	地域コミュニティの主要な担い手である自治会や、まちづくり条例に基づく地域まちづくり協議会、市民活動団体など、地域コミュニティの重要性について説明します。	市民部 生活課	○	△	○	小学校3年生以上
46	もばらの将来像（総合計画）ってどんなもの？	茂原市のまちづくりの基本的な方向や、市の取り組むべき施策を示す「基本構想」や「基本計画」について説明します。	企画財政部 企画政策課	○	○	○	
47	お互いを思いやり、ともに支え合う社会づくり ～男女共同参画のはなし～	市民一人ひとりが性別に関わらず個性と能力を十分に発揮して自分らしく生きることのできる「男女共同参画社会」の実現に向けた取組みについて説明します。	企画財政部 企画政策課	○	○	○	
48	ロケツーリズムについて	「千葉もばらロケーションサービス」の活動と、映像作品を通じた情報発信とまちづくりについて説明します。	経済環境部 商工観光課	○	○	○	

職員出前講座メニュー一覧表（令和6年4月現在）

No.	講座名	内容	担当部署	対象			備考
				一般	小学校	中学校	
49	みんなで進めるまちづくり（都市計画）	茂原市の都市計画に関する基本的な方針や、都市基盤施設等について説明します。	都市建設部 都市計画課	○	△	○	小学校3年生以上
50	もばらの景観	茂原市景観計画の概要と景観まちづくりの取り組みについて説明します。	都市建設部 都市計画課	○	△	○	小学校3年生以上
51	地域公共交通について	市内を運行する市民バスやデマンド交通について、利用方法等を説明します。	都市建設部 都市計画課	○	○	○	
教育・文化に関すること							
52	国際交流に参加してみませんか？	茂原市の姉妹都市ソルズベリー市との交流について、また、気軽に参加できる国際交流活動について説明します。	企画財政部 企画政策課	○	○	○	
53	もばらゆかりの美術作品のはなし	郷土ゆかりの主な芸術家について、美術館の収蔵作品を紹介しながら説明します。	教育部 美術館・郷土資料館	○	×	×	
54	もばらの歴史のはなし(文学、先覚者等も含む)	原始・古代～近代までのもばらの歴史を、テーマ別に紹介します。例えば市内の代表する下太田貝塚等の遺跡や戦国時代の城郭について、藻原寺や鷲山寺等の歴史等、可能な中で郷土資料館収蔵の資料に触れてもらいながら解説します。一時代に絞ってテ-マを決めていただいても構いません。	教育部 美術館・郷土資料館	○	×	×	
55	もばらのスポーツ	茂原市のスポーツ団体とスポーツ振興の取り組みについて説明します。また茂原市発祥のスポーツ「タッチバレーボール」や誰でも気軽に楽しめる「ボッチャ」の説明をします。（実技も可）	教育部 体育課	○	○	○	
56	青少年指導センターのしごと	青少年指導センターで取り組んでいる補導活動や相談活動について説明します。	青少年指導センター	○	○	○	
57	もばらの生涯学習	生涯学習の意義と必要性について、また本市における生涯学習推進事業について説明します。	教育部 生涯学習課	○	×	○	
58	もばらの社会教育	市が現在取り組んでいる事業や施設、茂原の社会教育を支える団体の活動を紹介します。	教育部 生涯学習課	○	○	○	
59	大人が支える青少年の健全育成	青少年期の健全育成の重要性と現在行われている事業内容について説明します。	教育部 生涯学習課	○	×	×	
60	教育委員会のしごと	教育委員会の制度、役割について説明します。	教育部 教育総務課	○	○	○	

職員出前講座メニュー一覧表（令和6年4月現在）

No.	講座名	内容	担当部署	対象			備考
				一般	小学校	中学校	
61	戦国時代～江戸時代のもばら	戦国大名小田原北条氏と安房の里見氏の勢力下にあった房総半島の動静を紹介するとともに、徳川家康の関東入部からもばら六斎市の開設、地域の村々の成立、荻生徂徠等について紹介します。藻原寺や本納橘樹神社の歴史も含まれます。内容の詳細は、学校での授業や地域に応じて対応させていただきます。時代ごとにテ−マを決めていただいても構いません。	教育部 美術館・郷土資料館	×	○	○	
62	市内の文化財のはなし	市内には、鶴枝ヒメハルゼミ発生地ほか国指定・登録文化財が5件、三ケ谷永興寺の木造釈迦如来立像ほか県指定文化財が13件、本納城跡ほか市指定文化財が56件あります。これら市内に現存する貴重な文化財について紹介します。	教育部 生涯学習課	○	○	○	
63	郷土もばらで活躍した人たち(政治、教育、産業など)	郷土もばらは、東條一堂、鵜澤総明、石井菊次郎、白鳥庫吉、千葉天夢など、著名な先覚者たちを多く輩出しています。それぞれ活躍した人たちの功績を紹介します。郷土資料館で収蔵している資料に触れながら学習します。また学校での授業や地域に応じて対応させていただきます。	教育部 美術館・郷土資料館	×	○	○	
64	原始・古代のもばらのくらし	旧石器時代のもばらには人々が移動しながら、イノシシやシカ等を追い、石器を用いた狩猟生活をしていました。縄文時代には、竪穴住居をつくり、土器を取り入れた生活へと変わり、やがて有力者の出現と、農耕社会の発展により、より豊かな社会へとは変わったことを郷土資料館で収蔵している実物の石器、土器等の資料に触れながら学習します。また学校での授業や地域に応じて対応させていただきます。	教育部 美術館・郷土資料館	×	○	○	
65	明治～昭和のくらし	家庭でスイッチひとつで電気やガスが使え、様々な電化製品が生活を便利にしています。しかし、少し前までは、電気やガスを使わない道具がたくさん使われていました。郷土資料館で収蔵している実物の生活道具に触れながら、昔の暮らしの様子を学習します。	教育部 美術館・郷土資料館	×	○	○	
66	戦時中のもばらのくらし	戦時中のもばらのくらしを、郷土資料館で収蔵している実物の資料に触れながら学習します。	教育部 美術館・郷土資料館	×	○	○	