

びほろ「まち育」出前講座メニュー表

令和7年4月1日現在

分野	Nº	講座名	講座の内容	講座の形式	所要時間	課名	グループ名
町の運営	1	いろいろあるよ役場のしごと	役場の仕事をご紹介します。	講話・見学	30～60	町民活動課	町民活動グループ
	2	グラフで見る財政状況	財政のしくみ、美幌町・近隣市町村の財政状況について	講話	60～90	財務課	財務グループ
	3	もっとしりたい今年度の予算	今年度のやくばのしごとについて	講話	60～90	財務課	財務グループ
	4	データから見る美幌町	各種統計資料から美幌町の状況を学ぶ	講話	60～90	政策推進課	政策統計グループ
	5	これからのまちづくりを考える	自治基本条例の内容について	講話	60～90	政策推進課	政策統計グループ
	6	みんなで育てよう美幌町 ～協働のまちづくり～	協働とは何か？ 協働の具体的な進め方について	講話	60～90	政策推進課	政策統計グループ
	7	住民投票制度のしくみ	住民投票制度の内容について	講話	60～90	町民活動課	町民活動グループ
	8	美幌町総合計画について ～美幌の10年間のまちづくり～	現在の総合計画とこれからの総合計画について	講話	60～90	政策推進課	政策統計グループ
	9	美幌町まち・ひと・しごと創生総合戦略について	美幌町まち・ひと・しごと創生総合戦略の内容について	講話	60～90	政策推進課	政策統計グループ
	10	行政改革の取組 ～より良い役場へ～	行政改革の実績とこれからの行政改革について	講話	60～90	政策推進課	政策統計グループ
	11	美幌町の行政評価 ～満足度の高い行政経営を目指して～	行政評価の考え方と取り組み内容について	講話	60	政策推進課	政策統計グループ
	12	情報公開と情報提供 ～ひらかれた役場を目指して～	美幌町の情報公開制度、情報提供について	講話	60～90	町民活動課	広報相談グループ
	13	大切な個人情報を守るために	個人情報保護の内容について	講話	60～90	町民活動課	広報相談グループ
	14	まちの法律ってなあに？	まちのルールを定める条例・規則等について	講話	60～90	総務課	総務グループ
	15	くらしの中の選挙	選挙の種類、投票方法等について	講話・DVD	30	選挙管理委員会	－
	16	住み続けたい「まちづくり」	コンパクトな美幌町を実現するまちづくり計画を説明します	講話	30～60	建設課	都市整備グループ
安全・防災	17	みんなでつくろう。安全・安心なまちづくり	くらし安全まちづくり条例とは？ 防犯の取り組み	講話	60	町民活動課	町民活動グループ
	18	悪質商法に気を付けて！	最近の被害の手口と防止対策	講話	30～60	消費者協会	－
	19	交通安全教室	交通ルールマナーアップについて	講話・ビデオ	60	町民活動課	町民活動グループ
	20	我が町の防災対策	地震・風水害・土砂災害に対する身近な心得	講話	30～60	危機対策課	危機対策グループ
	21	住民の絆が命を守る自主防災活動	自主防災の取り組みと家庭の防災	講話	60	危機対策課	危機対策グループ
	22	初期消火訓練	消火器の取扱説明書および消火体験	講話・実技・ビデオ	60	消 防 署	予防・調査担当
	23	天ぷら油実験	鍋内天ぷら油に着火し、消火内容を知る	講話・実技・ビデオ	60	消 防 署	予防・調査担当
	24	防火資器材取扱訓練	町からの貸与物品の使用法を学び体験する	講話・実技・ビデオ	60	消 防 署	予防・調査担当
	25	地震対策	地震の恐ろしさを知り、普段から備える	講話・ビデオ	60	消 防 署	予防・調査担当
	26	自宅用防災（火災）警報機の義務化	設置義務を知り、自ら設置推進する	講話・実技	60	消 防 署	予防・調査担当

	27	普通救命講習Ⅰ	心肺蘇生法（主に成人を対象）、異物除去法及び大出血時の止血法、A E Dの使用法	講義・実技	180	消 防 署	救急担当
	28	普通救命講習Ⅱ	心肺蘇生法（主に成人を対象）、異物除去法及び大出血時の止血法、A E Dの使用法	講義・実技	240	消 防 署	救急担当
	29	普通救命講習Ⅲ	心肺蘇生法（主に小児、乳児、新生児を対象）、異物除去法及び大出血時の止血法、A E Dの使用法	講義・実技	180	消 防 署	救急担当
	30	救命入門コース	胸骨圧迫及びA E Dの取扱い	講義・実技	90	消 防 署	救急担当
	31	救命入門コース（2）	胸骨圧迫及びA E Dの取扱い	講義・実技	45	消 防 署	救急担当
	32	町内バスの利用方法	路線バス及び申込バス「もーびー」の利用方法	講義	60	町民活動課	町民活動グループ
保健・医療	33	国民健康保険制度と医療費について	保険制度の概略と美幌町の医療費の動向について	講話	60	戸籍保険課	医療給付グループ
	34	後期高齢者医療制度について	後期高齢者医療制度の内容について	講話	60	戸籍保険課	医療給付グループ
	35	ご存じですか福祉サービス（介護保険制度）	介護保険制度やサービスの内容について	講話	90	保健福祉課	高齢介護グループ
健康・福祉	36	見直そう！病気を招く生活習慣	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）と生活習慣病の関係 メタボリックシンドロームの予防 糖尿病の予防、美幌町の医療費	講話・調理実習	30～	保健福祉課	健康推進グループ
	37	知っているようで知らないタバコのはなし	こんなに進んだ禁煙治療、たばこががん・生活習慣病	講話	30～45	保健福祉課	健康推進グループ
	38	あなたの食生活は大丈夫ですか？	バランスの良い献立のたて方 生活習慣病予防のための食事のポイント 子どもの食生活について	講話・調理実習	30～180	保健福祉課	健康推進グループ
	39	災害時に役立つバッククッキング	災害時の調理法「バッククッキング」の実演講習 ※材料費が必要	講話・実演	90	保健福祉課	健康推進グループ
	40	介護予防で心身しゃきっと	高齢期をいつまでも元気に過ごすためのポイント 運動・栄養・お口のお手入れ 認知・閉じこもり・うつ予防	講話・実技	30～120	保健福祉課	健康推進グループ
	41	新社会人のための健康講座	社会人として能力を発揮するための生活習慣と健康づくり（少人数でも対応可）	講話	45～60	保健福祉課	健康推進グループ
	42	子どもの心と体の健康	生活習慣、お口の健康、病気の予防、親との関わりなど	講話	30～60	保健福祉課	健康推進グループ
	43	しゃきっとプラザの役割	しゃきっとプラザの役割、施設概要についての説明	講話・見学	30～60	保健福祉課	健康推進グループ
	44	ご存じですか福祉サービス（高齢者福祉）	高齢者福祉制度とサービスの内容について	講話	30	保健福祉課	高齢介護グループ
	45	ご存じですか福祉サービス（障がい者福祉）	障がい者福祉制度とサービスの内容について	講話	30	社会福祉課	民生障がい福祉グループ
	46	知ってほしい成年後見制度	成年後見制度の内容について	講話	30～60	保健福祉課	高齢介護グループ

	47	命の健康教育	結婚、出産、子どもを産み育てることについて	講話	60	保健福祉課	健康推進グループ
	48	ご存じですか民生委員さん児童委員さん	民生委員と児童委員の役割について	講話	60	社会福祉課	民生障がい福祉グループ
	49	認知症サポーター養成講座について	認知症を知り、認知症の人や家族を応援する「認知症サポーター養成講座」に係る説明	講話	60～90	保健福祉課	高齢介護グループ
	50	こころの健康づくり	・こころの健康を保つために	講話	40～120	保健福祉課	健康推進グループ
			・知っているようで知らないこころの病気				
			・アルコール依存症について				
	51	地域医療のいま	国保病院経営の現状と課題について	講話	60～90	国保病院総務課	総務グループ
	52	地域包括支援センターって何をしてくれるところ？	地域包括支援センターの役割や活動について	講話	30～60	地域包括支援センター	－
	53	介護保険制度について詳しく知ろう	介護保険制度についての説明	講話	30～60	地域包括支援センター	－
	54	知っておきたい認知症のこと	認知症との付き合い方 (認知症地域支援推進員)	講話	30～60	地域包括支援センター	－
	55	住み慣れた地域で自分らしい生活を過ごすためには	地域包括ケアシステムについての講話・実践報告	講話	30～60	地域包括支援センター	－
	56	高齢者の権利を守る！～高齢者の権利擁護について～	高齢者虐待防止法の概要と早期発見のポイント、 地域住民の役割について説明します。	講話	30～60	地域包括支援センター	－
	57	人生会議って何？～もしもの時のことを考えてみよう	人生会議についての考え方や記録の残し方について 説明します。	講話	30～60	地域包括支援センター	
	58	健康と生きがいを取り戻そう！シルバー人材センターとは？	経験や知識・技能を活かして様々な仕事を引き受け るシルバー人材センターの活動紹介	講話	60	シルバー人材センター	(問い合わせ) 高齢介護グループ
	59	出前お話し会	紙芝居、絵本の朗読、手遊び	講話	30	図書館課	図書館グループ
税金	60	暮らしと税金		講話	60	税務課	課税グループ
	61	住民税のしくみ		講話	60	税務課	課税グループ
	62	固定資産税のしくみ		講話	60	税務課	課税グループ
水道	63	下水道のしくみ	下水処理の仕方などについて	見学	60	上下水道課	施設グループ
	64	なくては困る水道のしくみ	水道事業の概要、水ができるまで	講話・見学	60	上下水道課	営業グループ
	65	水道料金・下水道料金のおはなし	水道料金・下水道料金について	講話	60	上下水道課	営業グループ

産業・観光	66	びほろ農業の概要と農業の豆知識	びほろ農業のあらましと農業用語・単位の解説等	講話	60	農林政策課	農政グループ
	67	「アスパラガス」を町の特産品に！ ～日本初の栽培法へチャレンジ～	「3色アスパラ生産」と「国内初の11月アスパラ生産」 で真の地域ブランドをめざす取組についてご紹介	講話・見学	60	みらい農業課	農業センターグループ
	68	農業者年金のしくみ	内容の説明、手続きと啓蒙啓発	講話	30～60	農業委員会	
	69	商工業のはなし	現状と今後について	講話	60	商工観光課	商工観光グループ
	70	びほろの観光	現状と今後、観光名所、イベントについて	講話・見学・ビデオ	60	商工観光課	商工観光グループ
	71	オホーツクの鉄道「石北本線」の歴史と魅力	石北本線の成り立ちや特徴、主な見どころについて解説	講話	60	北見工業大学	(問い合わせ) 政策統計グループ
道路・住宅	72	道路、公園、河川の管理について	町の管理状況と地域自治会が管理協力できること	講話	60	環境管理課	維持管理グループ
	73	美幌町の除雪について	町の除排雪の方法などについて	講話	30～60	環境管理課	維持管理グループ
	74	あなたの家は地震がきても大丈夫？	美幌町耐震改修促進計画（家屋倒壊の危険性、耐震改修促進計画）について	講話	30～60	建設課	建築グループ
	75	橋の魅力を伝えたい！！	社会基盤施設の中でも花形と呼ばれる「橋」の魅力 について解説	講話	60	北見工業大学	(問い合わせ) 政策統計グループ
こども・青少年・ 教育	76	町の子育て支援の活動	子育て支援センター、児童センターの活動内容の見学	見学	60	社会福祉課	子育て支援センターグループ 児童支援グループ
	77	町の子育て支援	子育て支援事業や保育事業についての説明	講話	30～60	社会福祉課	児童支援グループ
	78	地域の子どもは地域で育てる	青少年の健全育成について	講話	60	社会教育課	社会教育グループ
	79	まご育て講座	イマドキの子育て(昔とココが違う！) について	講話	30～60	保健福祉課	健康推進グループ
	80	びほろの自然	美幌の植物、美幌の動物（水辺の昆虫・魚・ハチ類 等）について	講話・実習・実技 見学・ビデオ・スライド	120	博物館課	博物館グループ
	81	美幌町の社会教育	社会教育とは（社会教育中期計画を中心とした美 幌町の社会教育についての講話）	講話・見学	60	社会教育課	社会教育グループ
	82	身も心もリフレッシュ	対象となる年齢層に合わせて、レクリエーションやゲー ムなどをして楽しむ。	実習	60～90	社会教育課	社会教育グループ
	83	今、「話し合い」がアツい！	ワークショップにおける話し合いの手法を用いて、1つ のテーマに沿って皆さんで話し合いを行う	実技	120～150	社会教育課	社会教育グループ
	84	マナビティーセンター利用サークルのご紹介 ～マナビはセンの輝き！～	マナビティーセンター利用サークルの紹介 （どんな目的で活動しているのかなど）	講話・見学	30～45	社会教育課	社会教育グループ
	85	リーダーってナンだ！？	・小学生～高校生までを対象としたリーダー研修 ・グループワークやレクリエーションの理論と実践の両方 から学ぶ	講話・実習	60～	社会教育課	社会教育グループ
	86	宿泊体験のお手伝い	宿泊学習指導・集団活動指導・キャンプ指導	講話・実習	応相談	社会教育課	社会教育グループ
	87	出前お話し会	紙芝居、絵本の朗読、手遊び	講話	30	図書館課	図書館グループ

	88	美幌町学校運営協議会（コミュニティ・スクール）について	コミュニティ・スクールとは、学校運営協議会の役割	講話・スライド	30～60	学校教育課	学校教育グループ
	89	【シニア向け】本当に簡単なスマートフォン講座	・基本的な操作（電話をかける、写真を撮る） ・インターネットを使ってみよう ・YouTube（ユーチューブ）を見てみよう	講話・実習	30～	社会教育課	社会教育グループ
歴史	90	びほろの歴史①	太古の美幌	講話・実習・実技・ 見学・ビデオ・スライド	30～120	博物館課	博物館グループ
	91	びほろの歴史②	美幌町史や各叢書から美幌町をふり返る	講話・スライド	60	政策推進課	政策統計グループ
スポーツ・文化	92	いい汗かこう・軽スポーツ体験！	ミニバレーボール、ミニテニス、軽スポーツ活動を通して健康づくり、仲間づくり、ストレス解消	実技	60	スポーツ振興課	スポーツ振興グループ
	93	いい汗かこう・トレーニング体験！	・トレーニングルームの紹介 ・器具の使い方 ・ストレッチ体操 ・健康・体力保持増進に効果的なトレーニング方法	実技・見学	60～90	スポーツ振興課	スポーツ振興グループ
	94	体力測定会	体力測定、レクリエーション活動を通じて健康づくり	実技	60	スポーツ振興課	スポーツ振興グループ
	95	美幌文化の殿堂！「びほーる」を知る	「びほーる」の施設見学 美幌町における文化振興の取組について	講話・見学	30～45	社会教育課	文化振興グループ
環境	96	ごみの減量と資源リサイクル	ごみ処理の現状と分別方法	講話	60	環境管理課	環境衛生グループ
	97	ごみはどこにいくの	最終処分場及びリサイクルセンターの見学	見学	60	環境管理課	環境衛生グループ
	98	豊かな森づくり	町の未来を拓く森づくり	講話	60	農林政策課	森林農地整備グループ
	99	屈斜路湖と摩周湖の結氷について－地球温暖化の影響－	湖の全面結氷の観測と今後の結氷予測について説明	講話	60	北見工業大学	（問い合わせ） 政策統計グループ
	100	南極での雪氷研究－知られざるマイナス70℃の雪と氷の世界－	南極のドームふじ観測基地で体験した越冬観測の様子紹介	講話	90	北見工業大学	（問い合わせ） 政策統計グループ
その他	101	男女共同参画社会をめざして	男女共同参画社会への意識改革と女性参加について	講話	60	町民活動課	広報相談グループ
	102	地方都市における国際交流	ニュージーランド・ケンブリッジとの国際交流のあらまし	講話	60	町民活動課	町民活動グループ
	103	はじめよう！ ボランティア	ボランティアの楽しみ方と活動内容について	講話	30～60	社会福祉協議会	－
	104	人権講座	人権の大切さ、人権擁護委員の活動について	講話・DVD	30～60	町民活動課	広報相談グループ
	105	風力を中心とした自然エネルギーに関する講義	自然エネルギーによる電気の発生や使われ方をわかりやすく	講話	60～70	北見工業大学	（問い合わせ） 政策統計グループ
	106	パワーエレクトロニクスってなに？	再生可能エネルギーの導入にも不可欠なパワーエレクトロニクスの技術を解説	講話	60～90	北見工業大学	（問い合わせ） 政策統計グループ