

中野まなびい塾を ご利用ください。

市の仕事について
お話します。



中野まなびい塾って？

市が行っている仕事について、職員が講師となってお話をする出前講座です。



利用条件は？

市民の方5名以上が集まる会合や研修会などであれば利用可能です。



どんな内容があるの？

全部で67の講座（別紙）を準備しています。ご希望の講座を指定してください。



手続きは？

申請書でのお申込みや、電子申請があります。

開催希望日の約1か月前までに申請してください。

終了後は受講者アンケートと簡単な報告書（感想）をいただきます。



費用は？

無料です。講師のお茶などの手配も必要ありません。



研修や講座など「どうやって企画してよいかわからない。」
という方や、まなびい塾利用についてのご質問などございま
したら、お気軽に生涯学習課までお問い合わせください。

中野市教育委員会事務局 生涯学習課生涯学習推進係

課長：小林 担当：千田

電話：0269-22-2111（内線 423）

メール：shogai@city.nakano.nagano.jp



まなびい塾を開催するまで



1 メニューを選ぶ

「中野まなびい塾講師派遣講座メニュー」の中から、聞きたい講座を選んでください。

2 開催希望日と時間を決める

開催希望日と時間を、2つ（第2希望まで）決めてください。

開催日は、夜間や土日祝日もお受けできます。

開催時間は、午前10時～午後9時までの間で、2時間以内としてください。



3 開催場所を決める

市内公共施設（公民館等）または、これに準ずる場所（公会堂等）をご用意ください。

4 申し込みをする

申請書または電子申請でお申し込みください。

開催希望日の約1か月前までにご提出ください。

【申込みに必要な事項】

- ① 申請者の住所、氏名、電話番号
- ② 希望する講座
- ③ 開催希望日と時間2つ（第2希望まで）
- ④ 開催場所
- ⑤ 参加予定人数（5名以上）



※お申込みいただいた後、市から「中野まなびい塾講師派遣決定通知書」をお送りしますので、保管してください。

5 周知する

まなびい塾の開催について周知してください。



6 まなびい塾開催

まなびい塾開催の数日前に、市から開催について確認のお電話をします。

当日は、講師として派遣する職員と生涯学習課の職員で伺います。

アンケートの記入にご協力ください。

7 「中野まなびい塾講師派遣講座実施報告書」を提出する

簡単な感想を記入し、3日以内にご提出ください。



聞きたい！知りたい！令和8年度中野まなびい塾講師派遣講座メニュー

番号	講座名	概要	時間（目安）	担当課
1	中野市総合計画	総合計画、総合戦略、計画の概要	30分	企画財政課
2	国・県・市の役割について	国・県・市の役割分担とそれぞれの役割りのどこが違うの？ （例）国道、県道、市道の違いとは	応相談	企画財政課
3	公共交通について学ぼう	市内公共交通の現状・活用方法の説明とコミュニティバスの利用方法の紹介	30～60分	企画財政課
4	D Xってなあに？	日々の生活をデジタルの活用でちょっと楽にする「DX（デジタルトランスフォーメーション）」の取組について	60～120分	企画財政課
5	中野市の台所状況	①令和8年度の歳入歳出予算の状況 ②令和7年度の決算状況（10月以降）	30分	企画財政課
6	市税のあらまし	①市の予算②市税の種類、制度③各種税の推移④収納実績の推移	50分	税務課
7	中野市の農業の概要	中野市の農業の現状と市の取組について	60分	農業振興課
8	森林の持つ役割について	中野市の森林の現状と市の取組について	30分	農業振興課
9	観光施設と観光宣伝	中野市の魅力再発見のため、当市の観光施設や伝統文化についての紹介とその宣伝方法に関する取組について	40～60分	商工観光課
10	商業活性化について	中野市の商工業振興についての概要と市内中小企業等への支援策（補助金等）のメニューについて	40～60分	商工観光課
11	都市計画マスタープランと立地適正化計画について	都市計画マスタープランとは何か、立地適正化計画とは何か	45～60分	都市建設課
12	中野市の街路事業	街路計画や計画街路内の建築申請の手続き方法（都市計画法第53条関係）について	45～60分	都市建設課
13	中野市の公園づくり	①既存施設の概要②都市公園の種類・目的③まちづくりと公園計画④今後の計画	30分	都市建設課
14	花のまちづくり	道沿いの花壇整備、花植えについて	30分	都市建設課
15	うるおいのあるまちなみ景観づくり	屋外広告物条例に関する規制内容、住民協定の策定の仕方、景観行政団体について	30～60分	都市建設課
16	考えてみよう！空き家問題	空き家の現状と空家等対策特別措置法について説明します。	30～60分	都市建設課
17	議会の仕組みと役割	地方議会制度や市議会の役割、定例会の流れについて	30分	議会事務局
18	選挙制度と選挙管理委員会の仕事	選挙制度のあらましと選挙管理委員会の仕事について	60分	選挙管理委員会事務局
19	監査委員の役割	監査制度のあらましと監査委員の仕事について	60分	監査委員事務局
20	固定資産評価審査委員会の役割	固定資産評価審査制度と委員会の仕事について	60分	固定資産評価審査委員会
21	スポーツで育む豊かな時間	ニュースポーツの体験会・講師派遣事業やスポーツ大会など、市のスポーツ振興事業の取組等について	30分	文化スポーツ振興課
22	学校ICTの今！GIGAスクール構想について	GIGAスクール構想と学校のICTの現状について	30～60分	学校教育課
23	学ぶための援助制度	就学支援制度とその手続きについて	30分	学校教育課
24	生涯学習って何だろう？	生涯学習の定義と中野市での取組について	30分	生涯学習課
25	文化財ってなあに	文化財とは何か、中野市内の文化財について理解を深めます。	60分	生涯学習課
26	子どもたちに本の楽しさを	中野市子ども読書活動推進計画の内容や取組について	30分	生涯学習課
27	子どもと楽しむ読み聞かせ	読み聞かせの大切さや子どもの成長への影響および実演をまじえた読み聞かせで楽しめる絵本の紹介	30～60分	図書館 生涯学習課
28	図書館のしごと	図書館の役割や利用方法について	30～60分	図書館
29	中野市をもっと知ろう	中野市をより広く深く知っていただくための、歴史・自然・美術の観点からの紹介	60分	博物館
30	博物館のしごと※会場博物館	現地（博物館）において、博物館の機能や学芸員の役割について説明します。	60分	博物館
31	公民館のしごとと分館活動	①公民館の役割 ②分館の役割 ③公民館の使い方 ④分館の活動状況	30分	中央公民館
32	健康づくりは若々しい血管から	血管年齢と血圧を測ってみましょう。生活習慣病予防と血管を若々しく保つヒントをお話しします。	30～60分	健康づくり課
33	自身のこころの健康を保つために	安心して相談できる先や日頃のストレス対処法について	30～60分	健康づくり課
34	ゲートキーパー養成講座（自殺対策）	身近に悩んでいる人への声かけや寄り添い方について ※自身のこころの健康を保つためにと併用可	30～60分	健康づくり課
35	こどもの健康づくり	こどもの健康や成長発達・子育て・予防接種について	15～60分	健康づくり課
36	備えて安心！健康習慣で将来へのコソコソ「貯筋」	体組成計による「体重」「体脂肪量」「筋肉量」計測体験と生活習慣病について	30～60分	健康づくり課

番号	講座名	概要	時間（目安）	担当課
37	歯周病について知ろう！	顕微鏡による歯周病菌の観察、歯周病の進行や予防方法について	30～60分	健康づくり課
38	元気な身体を維持するための食生活	健康づくりにつながる食事のポイントを中心に、食事の目安量やバランス等について	30～60分	健康づくり課 高齢者支援課
39	出張測定！野菜（ベジ）チャレンジ	野菜摂取量（推定値）の機械測定体験と食生活改善のポイントについて	40～60分	健康づくり課
40	自分の権利を守るためにできること	高齢者に起きる可能性のある権利侵害や財産を守るために活用できる制度について	30分	高齢者支援課
41	介護保険制度について	介護保険制度の概要について	30分	高齢者支援課
42	高齢者のための保健福祉サービス	在宅高齢者福祉サービスや高齢者の社会参加について	30分	高齢者支援課
43	支え合いの地域づくりに向けて	高齢者を取り巻く中野市の現状と安心して暮らせる地域づくりについて	30～60分	高齢者支援課
44	”フレイル” 予防で介護予防～人生100年時代！いつまでも元気に！～	『フレイル』状態を予防するために、フレイルチェックやフレイル予防について	30～60分	高齢者支援課
45	お口のわかがえり講座	「口は元気の源！」かむ力や飲み込む力の鍛え方について	30～60分	高齢者支援課
46	認知症について知ろう！～認知症サポーター養成講座～	認知症の正しい理解、対応について	60分	高齢者支援課
47	認知症について知ろう！	認知症予防について必要な知識について	30～60分	高齢者支援課
48	障がいのある方への総合支援	障害者総合支援法の制度や日常サービスや各種制度の概要について	60～90分	福祉課
49	子育て支援	子育て支援制度の概要と紹介	60分	子育て課 子ども相談室
50	もしものときに備えて	くらしと防災ガイドブック等を用いた防災に関する講座 ※参加者に対し持ち物があります。	60分	危機管理課
51	自主防災組織について	自主防災組織の設立方法や設立後の訓練や活動内容について、市内設立済の区の状況等を踏まえながら、理解を深めます。	60分	危機管理課
52	ごみと資源物の正しい分け方	ごみと資源物の分別やごみの減量とリサイクルについて	30分	生活環境課
53	交通事故ゼロをめざそう	交通事故の最近の傾向や事故件数が多い高齢者を対象に、事故を起こさない、被害にあわないための対策について	30分	生活環境課
54	悪質商法・特殊詐欺にあわないために	①悪質商法の被害防止と対応策の啓発 ②特殊詐欺の被害防止と対応策の啓発	60分	消費生活センター 生活環境課
55	認可地縁団体について	地縁団体（区）が法人格を取得するための手続き方法について	30～60分	市民協働推進室
56	マイナンバーカードについて	マイナンバーカードの申請から交付までの流れの説明、マイナンバーカードの出張申請	30～60分	市民課
57	国民健康保険のしくみ	国民健康保険制度の仕組みや申請手続きについて	30分	市民課
58	後期高齢者医療制度のしくみ	後期高齢者医療制度のしくみや、保険料の計算および納付方法、保険証を使用した際の給付申請や各種手続きについて	30分	市民課
59	差別のない明るいまちづくり	本市人権問題の現状と課題、市の取組について	60分	人権・男女共同参画課
60	男女共同参画について	中野市男女共同参画推進条例及び第4次中野市男女共同参画計画の内容と女性の登用・参画状況に関する市の現状について	20分	人権・男女共同参画課
61	地籍調査とは？	地籍調査の必要性和方法について	30分	都市建設課
62	中野市内の道路と河川	道路及び河川の種類と現状、管理の方法について	30分	都市建設課
63	下水道のあらまし	仕組みと効果、下水道の歴史などについて	60分	上下水道課
64	水道事業について	水道の現状や水道水の水質などについて	60分	上下水道課
65	普通救命講習会	①心肺蘇生法・AED使用方法 ②止血法 (受講時間3時間または事前eラーニングの場合は2時間で受講者に修了証)	120～180分	消防課 (岳南広域消防組合)
66	防火講話	火災発生事例をもとにした火災予防の知識と住宅火災警報器の設置のすすめについて	60分	消防課 (岳南広域消防組合)
67	農地の売買・賃借はどうすればいいの	農地の売買・賃借に関する許可制度等について	30分	農業委員会事務局