

分類	講座番号	講座名	講座内容 ※ 講座内容の詳細は担当課にお問合せください	担当課 (電話番号)	土日開催	オンライン
市政・まちづくり	市 政・まちづくり					
	1	とよはしの台所	市の予算の内容と財政状況を説明します	財政課 (51-2117)	○	○
	2	どうする 公共施設	今後、人口減少などが予測されるなか、老朽化する公共施設等のあり方について考えます	公共施設再編室 (51-2193)		
	3	ボランティアってなに？	ボランティアとは何か、言葉の意味から実際の取り組みまで紹介します	市民協働推進課 (51-2484)		
	4	性別にとらわれず、みんないきいきと！	男女共同参画に関する基礎知識を学び、性別にとらわれない生き方について考えます	市民協働推進課 (51-2188)		
	NEW 5	性の多様性理解促進研修会 ～性はグラデーション 性の多様性を知ろう～ 【企業・職場向け】	誰もが自分らしく生きられる、能力を発揮できる職場をつくるために、性的マイノリティやSOGIについて考えてみませんか ※講座時間は30分、研修用動画を使用（研修用動画は提供可能）	市民協働推進課 (51-2188)		
	6	「人権」について考えよう ～職場における人権講座～ 【企業、職場向け】	職場における様々なハラスメントから人権を守るために大切なことを、資料や動画などでわかりやすく学ぶことができます	市民協働推進課 (51-2188)		
	7	「人権」について考えよう ～高齢者の人権講座～ 【老人会、シニアサロンなど向け】	高齢者が安心して暮らせるように、紙芝居を見て生きがいについて考えたり、日頃の生活での困ったことについて一緒に考えたりします	市民協働推進課 (51-2188)		
	8	女性活躍について考えよう 【企業、職場向け】	なぜ女性活躍を推進する必要があるのか、働く女性の活躍のために企業ではどんな取り組みが必要かについて、わかりやすく学ぶことができます	市民協働推進課 (51-2188)		
	9	野良猫対策どうしよう!? 地域猫活動のい・ろ・は	野良猫対策として地域で行う地域猫活動について、補助金制度などを含めて学びます	生活衛生課 (39-9127)	○	○
	10	あいちの河川と海岸	愛知県が行っている河川と海岸のハード対策（流域治水対策、地震津波対策、老朽化対策、多自然川づくりなど）について、豊橋市内の県管理河川と海岸も事例に紹介します ※愛知県河川課企画グループ実施	河川課 (51-2536)	○	○
	11	あなたの空家対策は大丈夫？ ～住まいの将来、検討しませんか～	あなたの住まいが空家になる前に、我が家の活かし方・しまい方を学びませんか？一緒に住まいのエンディングを考えましょう	建築物安全推進課 (51-2561)		
	12	発見！！「緑の役割」	身近な公園や街路樹などを紹介し、緑のもつ効用や大切さを考えます 身近な公園で散歩しませんか？	公園緑地課 (51-2655)	○	
	13	ピカピカの水（水道・下水道のはなし）	水道・下水道事業の経営状況や、豊橋の安全な水道水の仕組み、下水道の働き・仕組みを紹介します	営業課 (51-2761)	○	○
	14	「市議会」って何をしているところ？	議場の見学をしていただきながら、市議会の役割や仕組みなどについて丁寧に説明します ※ 議場（豊橋市役所西館8階）で実施します	議事課 (51-2922)		
	15	体験！発見！ はじめてのユニバーサルデザイン	ユニバーサルデザインは、障害の有無、年齢、性別、人種等にかかわらず多様な人々が利用しやすいよう、あらかじめ都市や生活環境をデザインする考え方です ユニバーサルデザインを体験と身近な例から学びます	政策企画課 (51-3151)		
	16	SDGsをふまえたまちづくり	持続可能な社会の実現のための国際目標である「SDGs（エス・ディー・ジーズ）」の考え方をふまえた、総合計画などのまちづくりについて説明します	政策企画課 (51-2180)		
	17	スマートシティとよはしの実現に向けて	先端的なデジタル技術をまちづくりに取り入れ、市民生活の質の向上や都市活動の効率化を図るスマートシティについて、豊橋市の取り組みを紹介します	政策企画課 (51-3151)		
	18	お互いさまのまちづくりを考えよう！	「お互いさま」の関係を築き、地域の力で困っていることを解決するまちづくりについて一緒に考えます	長寿介護課 (51-2359)		
	19	人にやさしいまちづくり塾	車いす体験やグループワークを通して、誰もが暮らしやすいまちについて考えます ※9月以降開講	建築指導課 (51-2587)		
	20	みんなで「まちなか」を盛り上げよう！	中心市街地活性化の取り組みを紹介します	まちなか活性化課 (55-8101)		○
こども・福祉	こども・福祉					
	21	いのちの授業	助産師の仕事、命の始まり、命の大切さ、命の大きさ、胎児の成長と誕生などについてお話しします ※月曜日・火曜日は開催不可 開催要件：平日の10時～16時 日程等要相談、打合せにて調整します	市民病院 管理課 採用・研修担当 (33-6373)		
	22	お産のはなし	妊娠から出産、産後までお産や育児にまつわるお話をします 可能な限り、ご要望に合わせた内容でお話しします ※月曜日・火曜日は開催不可 開催要件：平日の10時～16時 日程等要相談、打合せにて調整します	市民病院 管理課 採用・研修担当 (33-6373)		

分類	講座番号	講座名	講座内容 ※ 講座内容の詳細は担当課にお問合せください	担当課 (電話番号)	土日 開催	オン ライン
こども・福祉	NEW 23	医療的ケア児について	施設・学校等の皆さんに医療的ケア児についてお話しします (講座内容はご要望に応じて柔軟に対応いたします) ※水曜日は開催不可 開催要件 平日の10時～16時 日程等要相談、打合せにて調整します	市民病院 管理課 採用・研修担当 (33-6373)		
	24	“ちいさな声”を見逃さないで ～子ども虐待を防ぐために～	こども虐待のない社会を実現するために、私たちができることを一緒に考えます	こども若者 支援センター (51-2327)	○	○
	25	ヤングケアラー ～気づき・寄り添い・支援する～	家事や家族の世話などを毎日に行っている「ヤングケアラー」について 学び、彼らがこども・若者らしく成長できるまちを目指して、私たちができる ことを一緒に考えます	こども若者 支援センター (51-2327)	○	○
	26	学ぼう！成年後見制度 ～大切な権利や財産を守るために～	認知症などによって判断能力が不十分な方の権利や財産を守る「成年後見制 度」について学びます	福祉政策課 (51-2355)	○	○
	27	支え合いを通じてできること	地域の中で困っている人への支援の第一歩には、見守りや地域活動が重要で その大切さを学び、今できることを一緒に考えます	福祉政策課 (51-2355)	○	○
	28	豊橋刑務支所ってどんなところ？ ～再犯防止を目指して～	豊橋市は刑務所が市内に所在している数少ない都市です 刑務所ではどんなことをしているのか、受刑者の社会復帰に向けた取組などを 学びます ※ 開催要件：平日の10時～16時	福祉政策課 (51-2355)		○
	29	更生保護ってなんだろう？ ～立ち直りを支える「保護司」の仕事～	犯罪や非行をした人たちが再び罪を犯すことがないよう、その立ち直りを地域 で支える活動をしている「保護司」がいます 保護司はどんな人なのか、どん な仕事をしているかなどについて学びます	福祉政策課 (51-2355)	○	
	30	あなたの老後をサポート 「介護保険」	要介護認定の申請方法や介護サービスの内容など介護保険制度を紹介します	長寿介護課 (51-3133)		
	31	エンディングノート書き方講座 ～終活の第一歩を踏み出そう～	最期まで自分らしい人生を送るため、エンディングノートを書いて終活の第一 歩を踏み出してみませんか？	長寿介護課 (51-2338)		
	32	認知症サポーター講座 ～認知症にやさしいまちを目指して～	認知症は誰にでも起こり得ます 認知症についての知識を学び、正しい理解を身に付けませんか？	長寿介護課 (51-2338)		○
	33	～みんなに優しい“まち”を目指して～ 「障害者差別解消法」ってどんな法？ 障害特性にあったコミュニケーション方法を 知ろう！	合理的配慮を学んで、障害の有無にかかわらず、誰もが暮らしやすい社会を一 緒に考えます 併せて「障害特性に応じたコミュニケーション手段」を知り、身近なできるこ とについて考えていきます	障害福祉課 (51-2347)	○	○
健康・保健	34	身近な相談相手「民生委員」について紹介し ます	民生委員という言葉聞いたことはあるものの、あまり知られていない民生委 員 どんな人なのか？どんなことをしているのか？地域福祉に欠かすことのできな い存在である民生委員の活動内容について、わかりやすく紹介します！	生活福祉課 (51-2313)	○	○
	35	デイサービスってどんなところ？	デイサービスセンターでは、どのような方が利用でき、どんなサービスを受け られるのかを学びます ※ 5月以降開講（実施可能日要相談）	総合老人ホーム (61-2013)	○	○
	36	特別養護老人ホームってどんなところ？	特別養護老人ホームでの生活を紹介しますとともに、加齢による体の機能低下を 学びます ※ 5月以降開講（実施可能日要相談）	総合老人ホーム (61-2013)	○	○
	健 康 ・ 保 健					
	37	健康長寿のコツはここにある ～フレイル予防に挑戦！～	「フレイル」とは、加齢により心身機能が低下し、介護が必要となる手前の状 態のことで、生活習慣の振り返りと改善で予防が可能と言われています 保健師や管理栄養士、歯科衛生士がフレイルを予防し、健康寿命を延ばすコツ をお伝えします ※開催条件：原則2回開催（1回目終了後、約1～2か月後に2回目実施）	長寿介護課 (51-2338)	○	
	38	ストップ！薬物乱用 ～薬を正しく使いましょう～	薬の正しい使い方、薬物乱用の危害に対する正しい知識を学び、薬物の誘惑に 対しての対処法を一緒に考えます	保健医療企画課 (39-9101)		
	39	いろいろあるよ感染症 ～感染症あれこれ～	「感染症」って何？というところから、結核やそのシーズンに流行している感 染症などについて知るとともに、予防方法について学びます	保健医療企画課 (39-9104)		
	40	動物と上手につきあうために ～動物由来感染症について～	意外と知らない動物由来の病気とその病気をもらわないために動物とどのよう につきあっていくべきか説明します	保健医療企画課 (39-9104)		
	41	楽しくお得に健康をGET！ ～はじめよう！とよはし健康マイレージ～	健康づくりでポイントを貯めると、優待カードや抽選で記念品がもらえる「と よはし健康マイレージ」について紹介します スマホを活用して健康づくりをはじめませんか？初心者の方へも丁寧に説明し ます	健康増進課 (39-9117)		○
	42	気づいて！こころの黄色信号 ～自分と大切な人のこころを守るためにでき ること～	ストレスから生じる心や身体への影響やケアの方法（リラックス法の実践）に ついて紹介します また、身近な人のこころの不調に気が付いた時の接し方を学びます	健康増進課 (39-9145)		○
	43	食中毒から家族を守る！ ～家庭でできる食中毒予防～	家庭でできる食中毒の予防法や、手洗い実習による効果的な手洗い方法等を学 びます 災害時の注意事項等についても、要望に応じて対応します	生活衛生課 (39-9124)		
	44	お肉の安全はどうやって守っているの？	お肉の安全のために食肉衛生検査所で行っている検査を、スライドや標本を使用 してわかりやすく紹介します	食肉衛生検査所 (23-4929)	○	

分類	講座番号	講座名	講座内容 ※ 講座内容の詳細は担当課にお問合せください	担当課 (電話番号)	土日開催	オンライン
健康・保健	45	ACP（人生会議）について考えよう	将来、病気になったり、介護が必要になった時のために、あらかじめ家族や大切な人、医療・介護関係者とともに話し合っておくACP（人生会議）について医師が分かりやすくお話しします	市民病院 患者総合支援センター (33-6111(代)内線1411)		
	NEW 46	知って安心、乳がんのおはなし	「乳がんってどんな病気?」「なんとなく気になるけど、よく分からない…」そんな“乳がんのもやもや”をやさしくスッキリさせる講座です ※開催要件：6月以降開講 平日の10時～15時 日程等要相談、打合せにて調整します	市民病院 管理課 採用・研修担当 (33-6373)		
	NEW 47	脳卒中を予防して生き生き元気にくらそう	脳卒中ってどんな病気かを知ってもらい、市民のみなさんが元気な毎日を送ってもらえるように、日ごろから予防できる生活習慣をお伝えします ※開催要件：平日の10時～16時 開催希望日の2か月前までにお申し込みいただき、日程等要相談、打合わせにて調整します	市民病院 管理課 採用・研修担当 (33-6373)		○
産 業						
産 業	48	こんなにすごい★とよはしの会社	豊橋の産業や市内の魅力ある企業を紹介します 後半では、産業の観点からまちづくりを学べるグループワークを行います ※ 原則、小学生～高校生を対象とします ※1時間程度の講座です	産業政策課 (51-2416)		
	NEW 49	スタートアップってどんな会社?	社会や地域が抱える課題に着目し、新しいアイデアや技術、仕組みを活用して、その解決に取り組む企業である「スタートアップ」を紹介します	地域イノベーション推進室 (51-3089)	○	○
	50	三河港の企業とお仕事を紹介します	日本一の輸入自動車港である三河港にはどのような企業やお仕事があるか紹介します	みなと振興課 (34-3710)		
	51	1からわかる！競輪の楽しみ方入門	知的推理ゲームともいわれる「競輪」は頭の体操に最適！競輪を楽しむいろは”を学びます ※ 競輪場での説明可（実施可能日要確認）	競輪事務所 (61-3136)		
	52	豊川用水と地域農業の発展	豊橋農業の発展を支えてきた豊川用水の歴史を学びます	農業支援課 (51-2472)		
	53	こんなにすごい★とよはし農業	豊橋農業や地元農産物のポイント情報、地産地消の魅力などを紹介します	農業企画課 (51-2471)		
自 然・環 境						
自然・環境	54	それってごみ？それとも資源？ ー未来のために取り組もう！ごみ減量とリサイクルー	生ごみや古紙などご家庭でできるごみ分別について紹介します また、最近話題のプラスチックごみや食品ロスなどのごみ問題についても考えることで、ごみ減量やリサイクルの大切さを学びます	環境政策課 (51-2419)		○
	55	カーボンニュートラルって何？ ーともに変わろう 地球と私たちの未来のためにー	地球温暖化の将来予測と、カーボンニュートラルに向けて私達が選ぶべきライフスタイルについて学ぶと同時に、本市のゼロカーボンシティの実現に向けた取り組みを紹介します	環境政策課 (51-2419)		○
	56	豊橋の自然を学ぼう！	豊橋市内には自然がいっぱい！豊橋市の代表的な自然（葦毛湿原・汐川干潟・表浜海岸）をわかりやすく紹介します	環境保全課 (51-2385)		○
	57	守ろう！ごみの分け方、出し方	基本的なごみの分別、ごみステーションへの持ち出し方を学びます	収集業務課 (61-4136)		
	58	川について考えよう！	川の役割（治水・利水・環境）と身近な川について紹介します	河川課 (51-2536)	○	
防 犯・防 災・安 全						
防 犯・防 災・安 全	59	こんな犯罪、気をつけて！	侵入盗や特殊詐欺などあなたを狙う犯罪から身を守る防犯対策を紹介します	安全生活課 (51-2550)		
	60	落語で学ぶ特殊詐欺防止対策	被害が減らない特殊詐欺から身を守るため、様々な事例を交えながら落語で楽しく学びます ※開催日時については要相談 参加者20名以上 電話での事前予約不可 年間の開催回数に限りがあります	安全生活課 (51-2550)	○	
	61	消費生活相談員による出前講座	悪質商法やインターネットトラブルなどの最新情報と対処法をお伝えします ※ 開催要件：平日の10時～15時	東三河広域連合消費生活課 (26-9078)		○
	62	落語で学ぶ消費生活講座	悪質商法や特殊詐欺にあわないための注意点を落語で楽しく学びます ※ 開催要件：平日の10時～15時 参加者20名以上 電話での事前予約不可 年間の開催回数に限りがあります 前年度受講された団体は申し込み不可	東三河広域連合消費生活課 (26-9078)		
	63	漫談で学ぶ消費生活講座	悪質商法や特殊詐欺にあわないための注意点を漫談で楽しく学びます ※ 開催要件：平日の10時～15時 参加者20名以上 電話での事前予約不可 年間の開催回数に限りがあります 前年度受講された団体は申し込み不可	東三河広域連合消費生活課 (26-9078)		

分類	講座 番号	講 座 名	講 座 内 容 ※ 講座内容の詳細は担当課にお問合せください	担当課 (電話番号)	土 日 開 催	オ ン ラ イ ン
防 犯 ・ 防 災 ・ 安 全	64	地域で守ろう！要配慮者！！お互いに協力し 合えるまちを目指して ～避難行動要支援者登録台帳の活用～	災害発生時、高齢者や障害者などの災害時に支援が必要な方（避難行動要支援者）には、近所の方をはじめ地域の皆さんがお互いに協力して助け合う「共助」による支援が求められています 災害に強い地域づくり、高齢者になっても安心して暮らすことができる地域づくりの一助としてください ※本市で実施している「避難行動要支援者支援事業」の紹介になります	福祉政策課 (51-2355)		
	65	「もしも」の時の命を守ろう！ 災害時の健康サバイバル術	災害発生時における健康問題とその予防策を考えるとともに、応急手当を学びます	保健医療企画課 (39-9149)		
	66	ペット防災知ってますか？ ～地域が、あなたができること～	ペットがいる人にもいない人にも知ってほしい、ペット防災について学びます	生活衛生課 (39-9127)	○	○
	67	豊川（とよがわ）の水害と避難	豊川の水害と治水の歴史や、避難情報の入手方法、避難時の留意事項について学びます ※ 国土交通省豊橋河川事務所実施 ※ 開催要件：平日の10時～16時	河川課 (51-2536)		
	68	土砂災害はこわい！！	土砂災害の危険性や前兆現象を知ることにより、身の守り方について学びます	河川課 (51-2536)	○	○
	69	命を守る家づくり	地震対策に待ったなし！大地震についての知識や地震に対するわが家の耐震性について学びます	建築物安全推進課 (51-2579)		
	70	火災・救急事故を予防しよう！ ～意識と知識があなたの命を守る～	火災や救急事故の特徴や事例をもとに、気をつけるポイント、日頃からできる備えや身の守り方を学びます	(消防本部) 予防課 (51-3115)		
	71	使い方を知っていますか？あなたの職場の消 防用設備！！	事業所に設置されている消火器・自動火災報知設備などの消防用設備の使用方 法及び維持管理方法について学びます	(消防本部) 予防課 (51-3115)		
	72	119番通報講座 ～いざという時、あなたは 落ち着いて通報出来ますか？～	事前に119番の通報訓練を行うことで、緊急時に落ち着いて正確な通報がで きるよう学びます	(消防本部) 通信指令課 (51-2075)	○	○
	73	ストップ・ザ・交通事故！	あなたを交通事故から守るために、事故の傾向や知っておきたい基本的な交通 ルールをお伝えします	安全生活課 (51-2550)		
	74	知っているようで知らない自転車交通安全に ついて勉強しよう	具体的な自転車の通行方法など安全な利用について、また新たに導入された青 切符制度についてご説明します	安全生活課 (51-2550)		
文 化 ・ 学 習						
文 化 ・ 学 習	75	海外へ飛び出そう！	国際交流員が母国の日常生活や文化、風習などを紹介します (国際交流員が不在の場合は、職員が本市の国際交流について紹介します)	多文化共生 ・国際課 (51-2023)		○
	76	外国人住民と共に暮らすまち、豊橋！	外国人住民が多い豊橋市の多文化共生について一緒に考えましょう	多文化共生 ・国際課 (51-2007)		○
	77	豊橋ゆかりの詩人・丸山薫と詩	少年期と晩年を豊橋で過ごした郷土ゆかりの詩人・丸山薫の生涯や詩の世界な どを紹介します	文化課 (51-2874)		
	78	豊橋の伝統風を作ろう！	豊橋には江戸時代より伝わる伝統風があります その歴史や特徴、魅力について風を作って学びます (豊橋風保存会の会員が講師を務めます)	文化課 (51-2874)	○	
	79	犬の飼い方猫の飼い方	犬と猫の特性を理解し、しつけ方など適正な飼い方について学びます	生活衛生課 (39-9127)	○	○
	80	高齢者とペットの暮らし方	高齢者とペットの安心した暮らしのために、前もって知っておくべきことや備 えるべきことについて学びます	生活衛生課 (39-9127)	○	○
	81	動物をもっと知ろう！	総合動植物公園にいる動物のお話をします ※ 原則、動植物公園にて開催（入園料各自負担） 申込方法、別途説明あり	総合動植物公園 (41-2186)		
	82	図書館を使ってみよう！	日常の疑問や困りごと、図書館の資料で解決してみませんか 図書館の使い方のコツを紹介するとともに、紙芝居の読み聞かせや豆本作り、 写真を使った「昔の思い出語り」などを行います ※月曜日・火曜日は開催不可	図書館 (31-3131)		
	83	よくわかる！選挙のはなし	選挙のはなし（選挙の仕組みや投票率など）や、本物の投票箱・記載台を使っ た模擬投票を通して選挙の重要性について考えます ※開催希望日が選挙準備期間等と重なる場合、お断りさせていただくことがあ ります	選挙管理委員会 (51-2960)		
特製メニュー						
特製	84	特製メニュー（要事前相談）	上記にない講座については、希望する講座内容を広報広聴課までご相談くださ い（内容によって開催できない場合もあります）	広報広聴課 (51-2164)	要 相 談	要 相 談
その他	NEW 85	アジアパラ競技大会実施競技をやってみよ う！ ～豊橋市が競技会場となっているゴー ルボール体験～	パラスポーツである「ゴールボール」競技を体験し、障害のある人を含む多様 な立場や状況を自分ごととしての理解を深めながら、みんなで身体と頭を動か します	スポーツ課 (51-2866)		