

令和8年 4月～

～ 学び 育ち 人がやく ～

出前ときめきのまち講座

市職員がお伺いします!!

通称「出前講座」は、地域の学習支援や市政に関する情報提供の機会として、職員が市民の皆様のもとに出向き、事業の説明や意見交換を行うものです。今年度は、110の講座があります。申込み、利用方法、留意事項等については、最終ページをご確認ください。

分野	No.	講座名	内容	担当課	
A コミュニティ・自治	1	上田市総合計画について	総合計画の概要について	政策企画課 ☎23-5112	
	2	上田地域定住自立圏について	定住自立圏の概要と役割、取組について		
	3	上田市のスマートシティ化について	「上田市スマートシティ化推進計画」の概要、目指す姿について	DX推進課 ☎23-8246	
	4	上田市の地域内分権について	地域内分権とは、住民自治組織や地域協議会の活動について	市民参加・協働推進課 ☎75-2230	
	5	上田市自治基本条例と協働指針について	自治基本条例の概要、参加と協働のまちづくりなど		
	6	活力あるまちづくり支援金について	支援事業の概要、申請の準備や方法など		
	7	自治会への各種補助事業について	共同集会施設整備事業補助金、コミュニティ助成事業、その他各種補助事業	総務課 ☎23-5332	
	8	上田市の情報公開・個人情報保護制度	上田市情報公開制度・個人情報保護制度の概要について		
	9	マイナンバー制度について	マイナンバー制度(社会保障・税番号制度)の概要について		
	10	上田市の組織と仕事	組織と各部局の担当業務の概要について		
	11	公共施設の老朽化と公共施設等総合管理計画	人口減少時代における公共施設のマネジメントについて		行政改革推進課 ☎71-6435
	12	広報の取り組みについて	広報うえだ、行政チャンネル、ホームページ、SNS、メール配信を活用した広報の取組について		広報課 ☎71-8080
	13	シティプロモーションについて	市内外の多くの人々から「選ばれる都市」を目指すシティプロモーションの取組について		観光シティプロモーション課 ☎23-5408
	14	議会のしくみ	議会の役割、構成、議員、会議の進め方、傍聴の手続き等		議会事務局 ☎22-0452
	15	選挙制度と選挙運動	選挙の仕組み(歴史・意義・選挙権と被選挙権・国政選挙と地方選挙)と選挙運動について 模擬投票の体験について		選挙管理委員会事務局 ☎23-5438
	16	上田市の財政状況	地方財政とその枠組み、財政状況など		財政課 ☎23-5113
	17	市税の概要	市税全般について	税務課 ☎23-5169	
B 産業・経済	18	中小企業の融資制度	融資制度のあらましと活用方法について	商工課 ☎23-5395	
	19	上田市の計量業務	上田市が行うはかりの検査等の業務について		
	20	市街地活性化講座—中心市街地の活性化—	商店街の大切さと中心市街地活性の取組について		
	21	就業支援・勤労者支援事業について	就業希望者支援・勤労者支援のための総合窓口サービスと雇用対策事業などの概要について	地域雇用推進課 ☎26-6023	
	22	上田市の観光について	上田市が取り組む観光振興の概要	観光シティプロモーション課 ☎23-5408	
	23	上田市の農業について	市民の皆さんの食生活を豊かにする、市の農業振興・地産地消の取組について	農業政策課 ☎21-0053	
	24	地域の手で農地・資源・地域環境を保全する取組について	農業や農村地域が持つ色々な働き(多面的機能)と、多面的機能支払交付金を使用した取組事例、交付金制度をご案内します	農地整備課 ☎23-5123	
	25	農業委員会の役割	地域財産である農地の保全・活用について	農業委員会事務局 ☎23-5466	
C 自然・文化・スポーツ	26	美術であそぼう～ゲームで学ぶ鑑賞体験～	県内の美術館・博物館の所蔵作品をモチーフにしたアートカードを通して、美術作品の鑑賞ポイントを遊びながら見つけていくプログラム(小学校3年生以上対象)	サントミュージゼ 上田市立美術館 ☎27-2300	
	27	上田ゆかりの芸術家 その仕事と人生(山本鼎、石井鶴三、ハリー・K・シゲタ、中村直人、林倭衛)	上田出身またはゆかりの深い5人の芸術家の仕事と人生について(ご希望の人物を1人をお選びください。) ①山本鼎(版画家・洋画家・美術教育運動家) ②石井鶴三(彫刻家・版画家) ③ハリー・K・シゲタ(写真家) ④中村直人(彫刻家・画家) ⑤林倭衛(洋画家)		

分野	No.	講座名	内容	担当課
C 自然・文化・スポーツ	28	地域映像上映会 ※1	上田地域の人々の暮らしや伝統工芸などを記録した、大正時代から現代までの映像115作品から上映	iプラザうえだ (市民ICT推進センター) ☎71-7591
	29	上田市の地域文化の情報発信(デジタルアーカイブ) ※1	インターネットを活用した地域文化の情報発信とその取組について	
	30	上田市の文化財	文化財の紹介と保存・活用の取組について	
	31	上田市文化財保存活用地域計画について	各地域の文化財を総合的に保存し、活用していくことを目的に作成した「上田市文化財保存活用地域計画」について、わかりやすく説明します	生涯学習・文化財課 ☎23-6362
	32	上田城跡整備について	上田城の歴史や保存活用の方針、今後「櫓・櫓門」の復元や「武者溜り」の整備がどのように進められていくかをわかりやすく説明します	櫓復元推進室 上田城跡整備室 生涯学習・文化財課 ☎23-5403
	33	日本遺産について学ぼう	日本遺産！ レイラインがつなぐ「太陽と大地の聖地」～龍と生きるまち信州上田・塩田平～について学びます	
	34	上田市の文化振興について	上田市で行っている文化イベント等について説明します	文化政策課 ☎75-2005
	35	池波正太郎と「真田太平記館」 ※2	池波正太郎と「真田太平記」について	池波正太郎 真田太平記館 ☎28-7100
	36	展示資料で見る上田の歴史 ※2	博物館の展示資料案内	博物館 ☎22-1274
	37	公文書で見る上田市の歴史 ※3	所蔵資料の説明及び公文書館の案内	公文書館 ☎75-6682
	38	第82回国民スポーツ大会について ～2028信州やまなみ国スポ～	上田市を会場とする競技種目、会場やボランティア活動などについて	国民スポーツ大会準備室 ☎23-3620
	39	上田市の森林について	上田市の森林状況、上田市森林整備計画及び森林経営管理制度について	
	40	有害鳥獣対策について	有害鳥獣駆除・防除対策について	森林整備課 ☎23-5124
	41	松くい虫対策について	松くい虫被害のメカニズム、防除対策について	
42	花と緑のまちづくり	花の種銀行、花を育て隊、自治会等への花苗配布について	都市計画課 ☎23-5127	
D 生活環境	43	上田市景観計画について	上田市各地域の個性豊かな景観を守り、美しく魅力あるまちを次代に引き継ぐことを目的として策定した「上田市景観計画」について	都市計画課 ☎23-5127
	44	歴史的風致を活かしたまちづくり	「上田市歴史的風致維持向上計画」の概要、地域の歴史的資源を活かしたまちづくりについて	都市計画課 生涯学習・文化財課 ☎23-5127
	45	人口減少社会に対応したまちづくり	今後急激に進むと予想される人口減少に対応したまちづくりツールの一つである「都市計画マスタープラン」と「立地適正化計画」について	
	46	太陽光発電を目的とした開発行為	大規模な太陽光発電施設の建設計画に対して、秩序ある開発行為を促すために市が運用している各制度(指導要綱・ガイドライン・条例)について	都市計画課 ☎23-5134
	47	上田市の道づくり	道路行政について 幹線道路・生活道路の整備について	土木課 ☎71-6358
	48	上田市の公共交通	上田市の公共交通の現状と、公共交通を維持していくための課題について バスの乗り方について	交通政策課 ☎23-5011
	49	上田市の交通安全	交通事故の発生状況や事例の説明、交通事故を防ぐ心掛け、夜光反射材の着用の必要性など	
	50	上田市の生活安全	特殊詐欺の被害防止、その他防犯対策についての解説など	市民参加・協働推進課 ☎22-4140
	51	消費者トラブルを避けるために	消費者としての心構えやネット通販を利用する際の注意点、悪質商法の手口、悪質商法から高齢者を守るためのポイントなど	上田市消費生活センター ☎75-2535
	52	上田市の地球温暖化対策について	地球温暖化問題と地球温暖化対策について 市が進める施策、市民の行動指針、事業者の行動指針等について	環境政策課 ☎23-5120
	53	上田市の環境保全について	環境調査、公害苦情の状況、外来生物について	
	54	資源循環型施設建設及び周辺整備事業について	施設建設及び周辺整備について	資源循環型施設 建設関連事業課 ☎71-8082
	55	ごみはどうやって出すの？ どのようにリサイクルされるの？	ごみや資源物の出し方、分別の方法、リサイクルについて ～適切なごみ出しができるよう、一緒に考えましょう～	廃棄物対策課 ☎22-0666
	56	ごみの減らし方・生ごみの有効利用	ごみの減らし方や生ごみの堆肥化、ごみ減量制度(やさいまるなど)の紹介	ごみ減量企画室 ☎22-0666
	57	家庭の水道・下水道設備	家庭の水道・下水道設備はどうなっているのか、その維持と管理について	サービス課 ☎75-1092
	58	上田市の上水道事業	上水道の概要について、「水の大切さ」について	上水道課 ☎72-4253
	59	上田市の下水道事業	下水道のはたらきと仕組みについて	
	60	下水処理のしくみ(施設見学)	下水処理のしくみってどうなっているの？ 顕微鏡を使って微生物を見てみよう!!	下水道課 ☎75-1091
	61	水道事業の広域化検討について	将来を見据えた水道事業のあり方について	上下水道基盤強化対策室 ☎75-2267

分野	No.	講座名	内容	担当課
D 生活環境	62	染屋浄水場の仕組み、水質管理(現地見学)	水道水が作られる仕組みについて 水道水の水質管理について	浄水管理センター ☎22-0658
	63	上田市の防災対策	上田市の防災・減災対策、地域の災害リスクの確認、自助・共助による取組の必要性について	危機管理防災課 ☎21-0123
	64	こんな火事がー火災予防についてー	火災が起きる原因、日ごろからの注意、火が出た時の行動など	消防予防課 ☎26-0029
	65	応急手当講習 ※4	「助かるはずの命」を救うための人工呼吸、胸骨圧迫、AED(自動体外式除細動器)、止血法について(実技もあります) ※普通救命講習Ⅰ:3時間、※救命入門コース:90分、45分	消防警防課 ☎26-0119
	66	上田市の消防団活動	地域防災の中核を担う上田市消防団の紹介、日頃の活動について	危機管理防災課 ☎21-0123
E 福祉・健康(男女共同参画)	67	地域福祉の推進	地域住民がお互いに支え合い、助け合うための「地域福祉計画」の実践について	福祉課 ☎71-8081
	68	障がい者福祉制度について	障がい(身体・知的・精神)やそれぞれの福祉制度について	障がい者支援課 ☎23-5158
	69	うえだ手話言語・情報コミュニケーション条例について	条例の概要、市の取組について	
	70	視覚障がいについて理解を深めよう	視覚障がいに関する基礎知識や接し方などについて 見えづらさがある方の読書などについて	点字図書館 ☎22-1975
	71	上田市の高齢者福祉と介護保険事業について	高齢者福祉と介護保険事業を一体的に定めた上田市高齢者福祉総合計画の概要について	高齢者介護課 ☎23-5140
	72	介護保険制度について ※4	介護保険と市町村の役割、被保険者と要介護認定、保険給付・費用負担のしくみ	
	73	介護保険以外の高齢者福祉サービス ※4	ひとり暮らしの高齢者の生活支援、要介護者を在宅で介護している家族の支援など、上田市が実施している「介護保険以外の高齢者福祉サービス」を紹介します	
	74	「新しい認知症観」を知ろう	「認知症になると何もできない、わからなくなる」などの考え方が根強く残る中で、誰もが周りの人と繋がりながら、希望をもち、自分らしく暮らし続けていくという「新しい認知症観」について学びましょう	
	75	認知症サポーター養成講座	認知症の人を正しく理解し、認知症の人やご家族を温かく見守るサポーターを養成する講座。認知症の症状や対応の仕方、認知症の人やご家族の気持ち等を学びます	
	76	高齢者の健康づくり・介護予防とは ※4	いきいきと生活するために必要なものとは何でしょう 介護予防について皆さんと一緒に考えましょう	健康推進課 ☎23-7124
	77	あなたの血管は大丈夫? ー若いころからの生活習慣病予防に取組みましょうー ※4	生活習慣と関連が深い健診データを自分で読み取りましょう 生活習慣病を予防するための生活や食事などについて学びましょう	
	78	思春期の食生活 ー今、これから自分でできることー ※4	思春期の身体づくりに必要な食事の基本を知って、自分の食事と比較しながら食の大切さを学習します	
	79	目指そう!「8020」 ※4	歯科疾患(むし歯、歯周病)予防の話 ブラッシングやデンタルフロスの実習など	健康推進課 ☎23-8244
	80	あなたもこころのサポーターになりませんか ※4	心の病気について正しい知識を持ち、身近な人を手助けする方法を学ぶ(2時間コースは認定証発行あり)	健康推進課 ☎28-7123
	81	生涯を通じた健康づくり ※4	少子高齢化が進む中、一人ひとりが健康を維持することがより重要になっています。健康づくりについて「健康幸せづくりプロジェクト事業」の内容を中心に考えていきます	
	82	地域医療体制の仕組みについて ※4	地域の医療を守るために、上田市が取り組んでいる事業と医療の仕組みについて	地域医療政策室 ☎75-5463
	83	国民健康保険のしくみ ー安心して医療を受けるためにー	病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるための国民健康保険の制度や税金、医療給付やサービスについて	国保年金課 ☎75-7121
	84	後期高齢者医療制度について	75歳以上のみなさんが全員加入する後期高齢者医療制度について(制度の趣旨、被保険者、保険料、給付)	
	85	上田市国保の特定健診について	40歳～74歳までの国保被保険者のみなさんが対象の特定健診・特定保健指導の制度や目的、受診方法等について	
	86	男女共同参画社会ってどんな社会?	男女共同参画社会と男女共同参画計画について	人権共生課 ☎23-5245
87	犯罪被害者等の支援について	上田市犯罪被害者等支援条例の概要、支援の内容など	人権共生課 ☎75-2245	
88	多文化共生のための取組について	国籍や文化の違いを認め合い、地域社会の一員としてともに助け合い活躍できる多文化共生のまちづくりについて考えます		
89	リプロダクティブヘルス/ライツ講座	女性のライフステージに対応した健康の維持増進の講座です プレコンセプションケアについて、ブライダルチェックについて など	健康推進課 ☎23-8244	
90	保育園給食の話(希望により実習可) ※4	保育園の給食を参考にした子どもの食事の話 (実習内容については応相談)	保育課 ☎23-5132	
F 子育て・教育	91	上田市の子育て支援 ※4	上田市の子育て支援施策について ～子育て世帯を取り巻く現状と課題～	子育て・子育て支援課 ☎23-5106
	92	いきいき子育て講座 ※4	親子で楽しむふれあい遊びの紹介。お母さん同士のコミュニケーションを深め、子育てについて語り合しましょう	
	93	地域で子育てを支えよう ー上田市の発達支援事業についてー ※4	上田市が実施している発達支援事業について紹介します	発達相談センター ☎24-7801
	94	いのちの学級～思春期のための命の学級～	小学生～高校生を対象にした性教育 プライベートゾーンや、自分の健康管理、男女のかかわり方などについて 助産師とともに考えましょう	健康推進課 ☎23-8244

分野	No.	講座名	内容	担当課
F 子育て・教育	95	児童館、児童クラブ、学童保育所って どんなところ？	施設の紹介や放課後児童対策の状況など	学校教育課 ☎23-5101
	96	不登校児童・生徒への取り組み	不登校児童・生徒の状況と学校・教育委員会の相談体制と支援策など	
	97	学校給食と成長期の子どもの食生活 ※4	学校給食の状況と給食を通してみられる子どもたちの食生活の実態、 成長期の子どもの食生活について	学校保健給食課 ☎23-5173
	98	上田市のコミュニティスクールについて ～地域とともにある学校づくり～	市内の各小中学校で進められているコミュニティスクール(地域とともに ある学校づくり)について、その目的やさまざまな取組(学校支援ポラン ティア、コミュニティルーム等)を学びます	
	99	子どもの成長と大人の役割	子どもの成長と夢の実現、大人としてのサポートや接し方を一緒に考えて みましょう	
	100	体験活動の重要性と上田市の状況 ～育成会事業を中心に～	体験活動の重要性について考えながら、教育委員会や育成会等の取組事 例を紹介します	生涯学習・文化財課 ☎23-6370
	101	リーフレット「スマホ・ネットをかしこく安全に使 うために」	リーフレット「スマホ・ネットをかしこく安全に使うために」を使い、 青少年育成と電子メディアについて学びます	
	102	子どもの人権について	子どもの人権に関わることについて	
	103	上田市の戦争遺跡	DVDの上映を通じて、市内の戦争遺跡について学びます	
	104	上田自由大学について	上田から始まり、社会教育の先駆けとなった上田自由大学について学び ます	
	105	信州上田学について	地域の歴史や文化、産業や自然環境等を学び、地域に対する誇りと愛着 を育むことで、シビックプライドを持って自分事のまちづくりを行うこと ができる人づくりを目的とした「信州上田学」の取組について	学園都市推進室 ☎75-2502
	106	上田市の公民館活動	市内各公民館で開催している地域課題や成人学級、青少年・家庭教育に 関する講座など、公民館の活動内容について	各公民館
	107	上田市の図書館について ※5	市の図書館政策について 図書館の利用方法について 図書館見学	上田図書館 ☎22-0880
	108	子どもとスマホ・ネット ※1	子どものスマホ・ゲーム機などでのネット利用状況、利用する際の危険性 と対策、保護者・周囲の大人の対処法、AIを利用する際の注意など (小中学生・一般・保護者向け)	iプラザうえだ (市民ICT推進センター) ☎71-7591
109	インターネットの安心・安全な使い方 ※1	パソコンやスマホ等でインターネットを使う際の、架空請求、個人情報漏 洩などのトラブルへの対策、良いパスワードの作り方、AIの仕組みや利用 する際の注意など(一般・大人向け)		
その他	110	特製プログラム	講座一覧にないものをご要望により調整します (ご要望に添えない場合もありますので、ご了承ください)	生涯学習・文化財課 ☎23-6370

【留意事項】 申込み・詳細については、担当課までお問い合わせください。

※1は、土・日・祝日も開催可能です。ただし、休館日はご遠慮ください。(休館日については担当課にお問い合わせください)

※2は、館内での説明となるため、観覧料をいただきます。また、休館日はご遠慮ください。

※3は、館内での説明となるため、休館日はご遠慮ください(入館無料)。

※4は、業務の都合上、1ヶ月以上前までにお申込みください。

※5は、業務の都合上、2ヶ月以上前までにお申込みください。また、休館日・図書整理日はご遠慮ください。

★ 利用方法のご案内 ★

- お申込みできる方 市内在住・在勤・在学している方で構成されている、5人以上50人以下の団体・グループ
(50人を超える場合は要相談)
- 出前講座の内容 講座一覧参照(No.1～110)
- 料金 無料 ※入場料及び、会場借用に係る費用(会場設営含む)は、申込者側で対応願います。
- 申込方法 ①希望講座を選ぶ。 ※講座一覧にない内容を希望する場合は、生涯学習・文化財課までご相談ください。
②開催希望日の2週間以上前に担当課または公民館へ申込書を提出してください。
【申込書は上田市のホームページからダウンロード可能です】(電話でも仮申込は可能)
③日程調整の上、開催が決まりましたら、決定通知書を申込者へお送りします。
④講座内容及び当日の進行等の詳細については、事前に担当者で確認、調整をお願いします。
- 開催日時 基本的には、平日(月～金曜日)午前9時から午後9時までの2時間以内(ご希望に添えない場合もあります)
- 注意事項 ○年度内に、同じ団体が同じ講座を複数回申込みすることはできません。
○政治、宗教、営利を目的とした催しの場合は、利用できません。
○この講座は、皆さんの学習活動のお役に立つことが目的ですので、苦情等はお受けできません。

【出前講座に関するお問い合わせ】

上田市教育委員会 生涯学習・文化財課 (☎23-6370/FAX23-6368)へお気軽にどうぞ。

「上田市 出前ときめきのまち講座」



検索



上田市ホームページ