

市で実施している講座一覧（令和元年度）

| 担当課 | 講座、事業、検診等名 | 目的・内容 | 対象者 | 有料・無料 | 備考 |
|-------|------------------------------------|------------------------------------|------------------|-------|-------------|
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（バランスボールでスタイルUP ☆） | バランスボールエクササイズの実践 | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（4回で入門完結！正しく分かるカメラ塾） | カメラの設定方法と撮影方法を学ぶ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（クラフトテープで編むマルシェかご） | 丈夫で大きめのかご作り | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（からだに添うからだ育て） | 身体の自然の動きを育て、自身を整え育む | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（水墨画入門講座） | 水墨画の筆法と魅力を理解する | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（新“超”初心者のためのピアノレッスン講座） | 初心者のためのピアノレッスン | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（健康作りを意識したストレッチ＆太極拳） | 足腰を鍛える太極拳の実践 | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（ココロとカラダをゆるめるヨガ） | ストレス、身体の不調を整えるヨガ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（旅先で使える英語！） | 色々な場所で使える簡単な英語表現を学ぶ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（骨盤底筋トレーニング「ひめトレ®」） | 小さなボールを使って骨盤を支える筋肉を鍛え、骨盤のゆがみを正す | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（フラダンスで簡単・楽しくエクササイズ♪） | ゆったり踊って、体のゆがみを整え、代謝をアップさせる | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（首。肩。腰。改善ゴムバンド運動） | ゴムバンドを使った運動で体の悩みの原因を解消する | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（抱っこで産後エクササイズ ☆） | 赤ちゃんを抱っこして音楽に合わせて簡単なステップのエクササイズを行う | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |

市で実施している講座一覧（令和元年度）

| 担当課 | 講座、事業、検診等名 | 目的・内容 | 対象者 | 有料・無料 | 備考 |
|-------|--|-------------------------------------|--------------------------|-------|-------------|
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座 （ゆったりフラダンスで心も身体も健康美人☆） | フラダンスのゆっくりな動きで身体の中から健康になる | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（詩吟でお口の体操） | 正しい呼吸法と大声でのどの衰えを防ぐ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（心と体の健康フラメンコ） | フラメンコを普通の生活の中に取り入れながらリズムと歌を体全体で表現する | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて・学び・アイ講座（心を育てる読み聞かせ（絵本の楽しみ）） | 心を育てる人間のナマの声での読み聞かせ、語り大切さを学ぶ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 公民館講座「自分で防ぐ！自分で守る！インターネット時代のセキュリティ」 | ネットセキュリティに関する座学 | 市内在住、在勤、在学 | 無料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 公民館講座「やさしいエクセル入門」 | エクセルの基本操作を学ぶ | 市内在住、在勤の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 公民館講座「やさしいワード入門」 | ワードの基本操作を学ぶ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 公民館講座「はじめてのパソコンを楽しもう」 | パソコンの基本操作を学ぶ | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 公民館講座「プロ棋士羽根泰正の家族で囲碁講座」 | 初心者を対象に、囲碁の基本のルールやマナーなどを学ぶ | 市内在住、在勤、在学の人（3歳以上～）とその家族 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 春の市内史跡めぐり講座 | 市内史跡めぐり | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 秋の市内史跡めぐり講座 | 市内史跡めぐり | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 公民館講座「浴衣着付講座」 | 浴衣の着方、帯の結び方を実践し学ぶ | 市内在住、在勤の18歳以上の女性 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて市民大学第1講座 | 古地図・絵図からみる長久手 | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて市民大学第2講座 | 小牧・長久手の戦いと戦いに関する史跡 | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて市民大学第3講座 | ほとぎのさと長久手と猿投窯ー瀬戸焼・常滑焼の源流をたどるー | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて市民大学第4講座 | 初めての方も踊れる方も！輪になって踊ろう長久手温度 | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | ながくて市民大学第5講座 | 甲冑の歴史と楽しい甲冑づくり | 市内在住、在勤、在学の18歳以上の方 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 愛知県立大学連携講座 | 太宰治の文革世界ー時代とともにあった太宰作品を読み解くー | 市内在住、在勤、在学の18歳以上 | 有料 | 社会教育法に基づき実施 |
| 生涯学習課 | 土曜日に英語で遊ぼう♪ | はじめての英語に親しむ | 市内在住の小学1、2年生 | 無料 | 社会教育法に基づき実施 |

市で実施している講座一覧（令和元年度）

| 担当課 | 講座、事業、検診等名 | 目的・内容 | 対象者 | 有料・無料 | 備考 |
|-------|---|--|---------------------|-------|--------------------|
| 文化の家 | アートスクール講座（フルート、ギター、チェロ、ジュニア弦楽、絵画、デッサン+アート、子ども美術、バレエ、戯曲セミナー） | 市民の文化創造活動のきっかけづくりをお手伝いし、受講者同士の交流の促進、良いコミュニティ作りを図る。 | どなたでも（各講座により年齢制限あり） | 有料 | |
| 文化の家 | えんげきリビング | 台本を「読む楽しさ」「演劇の面白さ」を知ってもらうための講座。 | 小学生以上 | 有料 | |
| 文化の家 | 男のサックスカフェ | 55歳以上の初心者向けのサックス講座。定年後の男性の地域デビュー、絆づくりを図る。 | 55歳以上 | 無料 | |
| 健康推進課 | がん検診（胸部・胃・大腸・乳腺・肝炎） | がんの早期発見・早期治療 | 市内在住 | 有料 | 健康増進法に基づき実施 |
| 健康推進課 | 子宮検診 | がんの早期発見・早期治療 | 市内在住 | 有料 | 健康増進法に基づき実施 |
| 健康推進課 | 前立腺がん検診 | がんの早期発見・早期治療 | 市内在住 | 有料 | 健康増進法に基づき実施 |
| 健康推進課 | 眼底検診・緑内障検査 | 緑内障の早期発見・早期治療 | 市内在住 | 無料 | 健康増進法に基づき実施 |
| 健康推進課 | 健康診査（特定健診非対象者） | 疾病の早期発見・早期治療 | 市内在住 | 無料 | 健康増進法に基づき実施 |
| 健康推進課 | 歯周病検診 | 歯周病の早期発見・早期治療 | 市内在住 | 有料 | 健康増進法に基づき実施 |
| 健康推進課 | 39歳以下健診 | 疾病の早期発見・早期治療 | 市内在住 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | 健康マイレージ事業 | 健康づくりに取り組む人の拡大と定着化の促進 | 市内在住、在勤、在学 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | 朝食づくり講座 | 子どもの頃から正しい食習慣の定着を促進 | 市内在住 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | 8520・9020運動表彰 | 生涯を通じての歯の健康づくりの推進 | 市内在住 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | ゲートキーパー養成講座 | 地域で見守り、必要な支援につなげる人たちの養成 | 市内在住 | 無料 | 長久手市地域自殺対策計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | 骨密度測定 | 自身の健康状態を確認し、今後の健康管理に役立てる | 市内在住 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | 体成分分析装置測定会 | 生活習慣病の予防・改善 | 市内在住 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | こころの相談室 | こころに悩みを持つ人の生活を援助 | 市内在住 | 無料 | 長久手市地域自殺対策計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | まちの保健師 | 地域にて保健師が行う相談 | 市内在住 | 無料 | |
| 健康推進課 | ラジオ体操事業 | 市民が主体的に行う健康づくりの推進 | 市内在住 | 無料 | 長久手市健康づくり計画に基づき実施 |
| 健康推進課 | 親子健康手帳交付 | 親子（母子）健康手帳の交付 | 市内在住の妊婦 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | パパママ教室 | 妊娠期の集団指導、交流 | 市内在住の初妊婦 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 妊産婦歯科健康診査 | 歯科診察、歯科指導 | 市内在住の妊婦又は産後1年未満の産婦 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 妊婦訪問指導 | 家庭訪問による指導 | 市内在住の妊婦 | 無料 | 母子保健法 |

市で実施している講座一覧（令和元年度）

| 担当課 | 講座、事業、検診等名 | 目的・内容 | 対象者 | 有料・無料 | 備考 |
|-------|--------------------|--|---|-------|---------------------|
| 健康推進課 | 妊産婦健康診査 | 健康診査費用の一部補助 | 市内在住の妊婦又は産婦 | 上限あり | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 乳児健康診査 | 健康審査費用の一部補助 | 乳児 | 上限あり | 母子保健法 |
| 健康推進課 | こんにちは赤ちゃん訪問 | 家庭訪問 | 乳児と産婦 | 無料 | 児童福祉法 |
| 健康推進課 | 乳幼児訪問指導 | 家庭訪問 | 乳幼児と保護者 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 産前・産後ヘルパー派遣事業 | 家事援助 | 妊娠中～産後6か月未満。ただし多胎は1年未満 | 有料 | 子ども子育て支援事業計画 |
| 健康推進課 | 産後ケア事業訪問型 | 家庭訪問 | 産後1年未満 | 有料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 3～4か月児健診 | 健康診査 | 乳児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 10～11か月児相談 | 身体計測、集団指導 | 乳児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 1歳6か月児健診 | 健康診査、歯科検診 | 幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 3歳児健診 | 健康診査、歯科検診 | 幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 3歳8か月児健診 | 眼科検診、歯科検診 | 幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 5歳児すこやか発達相談 | アンケート調査、園訪問、相談 | 幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 育児教室 | 育児支援、集団指導、交流会 | 乳児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 幼児健診事後指導教室 | 健診要支援児童の観察、相談、助言 | 幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 子育て相談 | 育児相談、発達相談 | 乳幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | のびのび計測 | 身体計測、相談 | 乳幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 健康推進課 | 転入者説明会 | 母子保健事業、予防接種の説明 | 乳幼児 | 無料 | 母子保健法 |
| 長寿課 | シニアフィットネス | 健康づくりを目的とした様々な運動プログラム。 | 市内在住の60歳以上の方 | 有料 | 7,8月のみ無料 9月以降は有料 |
| 長寿課 | 買い物リハビリ | 「買い物」という日常生活に欠かせない行為に送迎の支援をすることで、単なる買い物支援だけでなく、身体を動かすことや、参加者同士の交流につながり、介護予防、健康づくりにつながっていくことを目的とする。 | 生活機能の低下により外出が難しくなりがちな 市内在住の65歳以上の人 | 有料 | |
| 長寿課 | 筋トレOB | 福祉の家にある運動器具を使い、筋力向上トレーニングを実施することに加え、運動機能、認知機能に係るプログラム。 | 平成28年度までに実施していた転倒予防教室（筋力向上トレーニング事業）の修了者 | 無料 | |
| 長寿課 | みんコラ（民間企業コラボレーション） | 民間企業とのコラボレーションとして店舗の空きスペースにて、認知症予防の脳トレ運動や関節の運動を実施。 | 市内在住の方 | 無料 | |

市で実施している講座一覧（令和元年度）

| 担当課 | 講座、事業、検診等名 | 目的・内容 | 対象者 | 有料・無料 | 備考 |
|-----|---------------|---|---|-------|----|
| 長寿課 | どこでもいきいき運動教室 | みなさんが集まる場所に、運動講師を無料で派遣する。 ・ロコモ予防運動、腰痛・肩こり予防運動などの運動教室・・・（最大月1回） ・口腔ケア、栄養プログラム・・・（期間内各1回） といった内容を実施する。 | 以下の項目を満たす者。 ・市内在住の65歳以上の方が5人以上で参加すること ・運動等を安全に実践でき、かつ他の迷惑にならない市内の場所を申請者が用意できること ・当該運動等の実践が、営利を目的としたものでないこと | 無料 | |
| 長寿課 | 毎日コツコツ健康づくり教室 | 運動実践、食生活のワンポイントアドバイス等、日常生活の中で毎日少しずつでもコツコツ取り組める健康づくりの知識を学ぶことを目的とする。 | 市内在住の方 | 無料 | |
| 長寿課 | いきいきライフパーティー | コーディネーション運動や参加者同士のコミュニケーションを目的とした運動、健康寿命延伸・ロコモ予防を目的としたオリジナル体操「ながくてハーモニー体操」等を実施する。 | 市内在住の方 | 無料 | |
| 長寿課 | いきいき倶楽部 | 65歳以上の高齢者を対象に、地域のみなさまで楽しく過ごすことと、健康の維持を目的として、老人憩の家や地域の集会所で健康チェック・創作活動・運動等を行う。 | 市内在住の65歳以上の方 | 無料 | |
| 長寿課 | いきいきサロン | 介護サービス事業所などの専門職による、健康づくりに役立てていただくためのサロン（通いの場）を開催。 | 市内在住の65歳以上の方 | 無料 | |