

令和元年度中央公民館事業計画

(6月27日～9月25日)

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー】

○ねらい：「子供達がスポーツと文化に親しむとともに、豊かな心や健全な精神を培う日」として、毎月原則第3土曜日を「ハッピーサタデー」として開設する。 (共催：青少年課)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月29日(土)	13:30 ～15:30	生け花体験 日本の伝統文化生け花を体験する	船橋市社会教育 団体「桔梗の会」	名 20	3/12
7月13日(土)	10:00 ～11:30	スポーツ雪合戦 毛糸のボールで雪合戦	船橋市スポーツ と健康を推進する会	名 30	4/12
8月3日(土)	10:00 ～11:30	クレイアートを楽しもう！ ソフト粘土を使っての作品作り	クレイアート 指導者 大沼 佐和子	名 24	5/12
9月21日(土)	13:30 ～15:30	おはぎ作り 秋分の日に因んでおはぎを作る	郷土料理研究家 石橋 京子	名 24	6/12

【サイエンスファンタジー】

○ねらい： 科学実験から子供たちが学ぶことの楽しさを知り発見を通して自ら考え力を養う。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月 20日(木)	午前の部 10:00～ 12:00 午後の部 13:00～ 15:30	科学の実験 詳細未定 (6 / 18 現在)	千葉県立船橋高等学校 たちばな理化学会	午前 40 名 午後 40 名	1/1

【夏休み子ども卓球教室】参加費：200円(保険代)

○ねらい：卓球を通して、子どもたちの情操を豊かにし、健全な育成を図る。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月30日(火)	10:00 ～12:00	ラケットの持ち方 基本の姿勢	船橋市社会教育 関係団体 中央卓球クラブ 東麗卓球クラブ	24 名	1/4
8月2日(金)		ルール説明 いろいろな打ち方			2/4
8月6日(火)		ラリー練習			3/4
8月9日(金)		簡単なゲーム			4/4

【読書感想文講座】

○ねらい：管区内の小学校3年生～小学校6年生を対象に、夏休みの課題のひとつである読書感想文の書き方について学んでもらう。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月 31日(水)	9:30 ～11:00	書くタネを見つけよう	元小学校教諭 齋藤 正子	15 名	1/3
8月 2日(金)		組み立てを考える			2/3
8月 8日(木)		原稿用紙に書いてみよう			3/3

【中学生ボランティア養成講座】

○ねらい：市内の中学校生徒を対象に福祉教育の推進を図る。また、参加者同士の交流を深める。

(共催：船橋市社会福祉協議会)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
8月 1日(木)	9:00 ～16:30	開講式・オリエンテーション 視覚障害者ガイドヘルプ体験 施設見学「船橋梨香園・誠光園」	社会福祉法人愛光 前常務理事 高梨 憲司	40 名	1/2

8月 2日(金)		災害ボランティア講座 手話講座 感想文作成、閉講式	船橋SLネットワ ーク 代表 片桐 卓 船橋市聴覚障害 者協会 福祉サ ービス公社手話 通訳者	40	2/2
----------	--	---------------------------------	---	----	-----

【こども将棋教室】

○ねらい：小学生に伝統文化ともいえる将棋の魅力を伝え、参加者同士の交流を深める。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
8月8日(木)	10:00 ～11:30	詳細未定（6 / 1 8 現在）	NPO法人えんだい	20名	1/3
8月22日(木)		詳細未定（6 / 1 8 現在）			2/3
8月29日(木)		詳細未定（6 / 1 8 現在）			3/3

《成 人》

【はじめての手話講座】

○ねらい：初心者向けの手話講座を開催し、その体験の中で聴覚障害者に対する理解を深める。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
9月 17日(火)	13:30 ～15:30	・自己紹介 ・聞こえない人について ・手話	船橋市聴覚障害者 協会 喜多原 直久	20 名	1/5
9月 24日(火)		・講和 ・手話			2/5

《高齢者》

【中央ふれあい学級】

○ねらい：高齢者が生きがいのある社会生活を送ることができるように、身近な話題を取り上げ学習するとともに、仲間づくりの場として開設する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月10日(水)	13:00 ～14:30	日本の世界遺産	世界遺産アカデミー認定講師 真船 千秋	200名	3/10
9月11日(水)		「心と身体を守るアンガーマネージメント」	アンガーマネジメントファシリテーター 山岸 和子		4/10

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：高齢化の進展に伴い、健康の保持増進に努める重要性が増大しているなか、体に負担のない簡単な体操を普及することで、高齢者の健康寿命を延ばし、健やかで心豊かに生活することを目的とする。

(共催：健康づくり課)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月17日(水)	13:00 ～14:15	ふなばしシルバーリハビリ体操の説明、体操実技	健康づくり課職員 シルバーリハビリ体操指導士	80名	4/12
8月21日(水)					5/12
9月18日(水)					6/12

《その他》

【青年教室「若草の会」】

○ねらい：市内小中学校の特別支援学級及び特別支援学校を卒業した青年で構成されている「若草の会」に対して、社会教育の立場から会員ひとり一人が社会参加に必要な学習をするとともに仲間づくりの場とする。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月 7日(日)	10:00 ～15:00	スポーツ大会 (青少年会館)	小中学校特別支援学級教師 市民ボランティア 会員父母	—名	3/9
9月 1日(日)		趣味講座(料理教室 他) 保護者会			—名

【卓球開放】

○ねらい：気軽にできるスポーツとして卓球台を開放し、市民の健康づくりに寄与する。毎月第1水曜日の夜に開催する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月3日(水) ～9月4日(水) 計3回	18:30 ～20:30	卓球台の一般開放	(協力) 中央卓球クラブ	名 —	6/12

【サンデー・コンサート】

○ねらい：中央公民館を主たる活動場所とする吹奏楽や管弦楽の団体に発表の場を設け、レベルの高い市民楽団の演奏を市民が身近に聴ける機会を設けることにより、市民の音楽への関心を高め、文化振興の推進をはかる。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
8月25日(日)	14:00 ～15:30	市民楽団による演奏会	船橋フィルハー モニー管弦楽団	名 150	2/4

【巡回児童ホーム事業】

○ねらい：児童ホームのない地域への児童ホーム機能の提供を図るため開催する。地域の子育て中の親が子供と集う場としての「0・1歳ぽかぽか広場」「2・3歳ぽかぽか広場」と、地域の小学生が集まる場としての「小学生わくわくタイム」を実施する。
(共催：船橋市児童ホーム)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月12日(金)	10:00 ～11:30	0・1歳ぽかぽか広場 スキンシップ遊び・わらべうた・紙芝居・簡単工作	児童ホーム職員	名 —	3/9
	15:30 ～17:00	小学生わくわくタイム 簡単工作・ゲーム大会 他		名 —	
9月20日(金)	10:00 ～11:30	0・1歳ぽかぽか広場 スキンシップ遊び・わらべうた・紙芝居・簡単工作		名 —	4/9

15:30 ～17:00	小学生わくわくタイム 簡単工作・ゲーム大会 他	名 —
-----------------	----------------------------	--------

【出張子育て支援事業】

○ねらい：子育て支援センターでのサービスの一部を提供することにより、より多くの子育て中の親が子供と市の子育て支援サービスを受けることができるための環境作りを行う。

(共催：南本町子育て支援センター)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月24日 (水)	14:00 ～15:30	子育て談話室 「歯のはなし」	南本町子育て支 援センター職員	組 30	4/11
9月25日 (水)	14:00 ～15:30	6ヶ月までの親子の集い ベビーマッサージ、情報交換 他	南本町子育て支 援センター職員	組 30	5/11

令和元年度浜町公民館事業計画

(6月27日～9月25日)

《青少年》

【遊びの学校・ハッピーサタデー】

○ねらい：地域の子どもたちの居場所づくりを目的に、さまざまな団体が連携して、子どもの遊びと交流の場を作る。
(共催：青少年課・若松地区青少年健全育成会他)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月13日(土)	10:00 ～12:00	ペットボトルロケットづくり (参加費 100 円)	若松地区青少年健全育成会	25 名	4/12
8月17日(土)	10:00 ～12:00	水鉄砲づくり (参加費 100 円)		30 名	5/12
9月21日(土)	10:00 ～12:00	ボードゲーム		未定	6/12

【海とのふれあい講座 親子海洋教室】

○ねらい：目の前に展開する三番瀬や東京湾を通して海について学び、団体活動の体験と親子の交流を図る。(参加費 3,000 円)
(共催：船橋海洋少年団)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月14日(日)	9:00 ～12:00	バードウォッチング	船橋海洋少年団指導者 他	親子 20 組 40 名	2/7
8月25日(日)	10:00 ～15:00	海と船の教室 東京海洋大学			3/7
9月15日(日)	9:00 ～13:00	ハゼ釣り			4/7

【小学生落語教室】

○ねらい：プロの落語家の解説と落語を聞き、学校の授業に生かす。また、間近で落語を聞き、日本の伝統芸能の素晴らしさに触れる。
(共催：若松小学校)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月12日(金)	10:30 ～12:00 13:30 ～15:00	落語の解説と実演	落語家 三遊亭円福	204 名 (若松小学校 4 年生対象)	1/1

《成人》

【若松小・中学校家庭教育セミナー】

○ねらい：子供のしつけや成長発達への理解等を学習し、家庭教育の充実を図る。
(共催：若松小学校後援会、若松中学校後援会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
--------	-----	-----	-----	-----	----

7月9日(火)	13:00 ～15:00	ロープワークとAED講習	防災コミュニティネットワーク	定員なし	1/3
---------	-----------------	--------------	----------------	------	-----

《女性》

【女性セミナー】

○ねらい：女性を対象に生活の課題や教養の向上に関する学習に取り組み、地域における女性の交流と自立を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月17日(水)	10:00 ～11:30	人生100年時代 ～心ゆたかに生きるために～	麗澤大学大学院准教授 川久保剛	45名	2/8
9月18日(水)	10:00 ～11:30	使える、役立つメディカルア ロマ	AromaU 山本さちこ		3/8

《高齢者》

【いきいき健康大学】

○ねらい：ますます進む高齢化社会に対応し、地域での学習を通して高齢者の健康と生きがいづくりを促進する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月9日(火)	13:30 ～15:00	歴史講座 「江戸の地域社会を支えた町火消」	歴史愛好家 井上正記	150名	3/10
9月10日(火)	13:30 ～15:00	健康講座 テーマ未定	未定	150名	4/10

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：シルバーリハビリ体操の普及を推進し、健康づくり・介護予防の促進を図る。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月11日(木)	13:00 ～14:15	ふなばしシルバーリハ ビリ体操事業の説明及 び体操実技	健康づくり課職員 シルバーリハビリ 体操指導士	80名	4/12
8月8日(木)					5/12
9月12日(木)					6/12

【ふれあいいいききサロン 華の会】

○ねらい：毎月第1水曜日に第2・3集會室において定期的に開催することにより、家庭に閉じこもりがちな高齢者同士の交流や仲間作りに寄与する。

(共催：湊町地区社会福祉協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
8月14日(水)	10:00	おおむね65歳以上の高齢者に	地域ボランティア	なし	4/9

9月4日(水)	～11:30	よる交流会や軽体操など	他		5/9
---------	--------	-------------	---	--	-----

《その他》

【音楽フェスティバル】

○ねらい：近隣地域の小中学校の音楽発表と交流の場を設けるとともに、音楽を通して地域住民の潤いある暮らしと豊かなまちづくりに役立てる。
(共催：湊町地区社会福祉協議会)

月 日()	時 間	内 容	出 演	定 員	備考
7月7日(日)	10:00 ～12:00	近隣の小・中学校の音楽発表会	湊中学校、湊町小学校、南本町小学校、若松中学校	150名	1/1

【みんな de ラジオ体操】

○ねらい：夏休みに地域の方たちを対象に、ラジオ体操を通じて健康増進と相互交流を図る。
(共催：湊町地区スポーツ推進委員)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
8月3日(土)	9:00 ～9:30	ラジオ体操とストレッチ	湊町地区スポーツ推進委員	誰でも	1/4
8月10日(土)					2/4
8月17日(土)					3/4
8月24日(土)					4/4

【すくすく広場】

○ねらい：0歳児を持ち、育児にかかりきりで孤立しがちな母親達の交流や情報交換を通して、仲間作りや育児についての知恵と知識を共有する。
(共催：湊町地区社会福祉協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月23日(火)	10:00 ～11:30	ベビーマッサージ	地域ボランティア 他	0歳児の親子 25組50名	4/12
8月27日(火)		身体測定、栄養士講話、 手形・足型スタンプ			5/12
9月24日(火)		親子でリトミック			6/12

【子育て応援講座「おおきくなあれ♪」】

○ねらい：運動を通じた親子のふれあいや、子供の健康について学び、親と子の心身の向上を図る。
また、参加者同士の交流の場とする。
(共催：保健所地域保健課 西部保健センター)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月27日(木)	10:00 ～11:30	心理士さんのおはなし	心理士	1歳児の親子、 2～3歳児の親子	2/3

7月4日(木)	10:00 ～11:40	親子リトミック	リトミック講師 戸辺典子	各12組	3/3
---------	-----------------	---------	-----------------	------	-----

【卓球台一般開放】

○ねらい：施設の空いている時間を活用して、地域住民の健康増進および交流の場を提供する。

月 日()	時 間	内 容	定 員	備 考
7月28日(日)	12:00 ～15:00	卓球台の一般開放	誰でも	1/1

【浜町公民館だより かもめ通信（通年事業）】

○ねらい：公民館事業の募集記事や地域情報を掲載し、地域の方とのコミュニケーションを図る。

- ◇発行月 9月(年3回)
- ◇発行部数 7,500部(1回当たり)

令和元年度宮本公民館事業計画

(6月27日～9月25日)

《青少年》

【ハッピーサタデー】

○ねらい：子供たちが月に一度、スポーツや文化活動に参加し、豊かな心や健全な精神を培うことができるよう、家庭や学校、地域の協力を得ながら環境を整えていく。(共催：青少年課)

月 日()	時 間	内 容	協力団体・講師	定員	備考
8月3日(土)	10:30～ 12:00	茶道の体験(参加費 200円) 作法と和の心を学ぶ	宮本地区民生委員児童委員	20名	3/10
8月17日(土)	9:30～ 11:30	空手の体験(保険代 100円) 基本を学ぶ	空手講師 山中雄二	20名	4/10

《成人》

【みやもと生涯学習セミナー】

○ねらい：船橋市生涯学習コーディネーターと共に企画・実施されるセミナーを開催することで、市民と行政が一体となって生涯学習を推進する。参加費：500円(共催：船橋市生涯学習コーディネーター)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
6月27日(木)	10:00～ 12:00	船橋大神宮一境内の摂社と外宮 —	船橋市生涯学習コーディネーター 連絡協議会 川瀬建雄・河野成夫	38名	4/4

【船橋を歩く】

○ねらい：地域を訪ね歩きながら「船橋」の歴史を学び地域理解の一助とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
9月5日(木)	10:00～ 11:30	地域を訪ね歩きながら「船橋」の 歴史を学ぶ	船橋地名研究会 滝口昭二	25名	1/3
9月12日(木)	10:00～ 13:00				2/3

《高齢者》

【宮本寿大学】

○ねらい：高齢者が心豊かにうらおいのある生活を送れるよう、多様な学習を通して、交流・生きがいを感じる場とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
--------	-----	-----	-----	----	----

7月17日(水)	13:00～ 15:00	カーレットを楽しもう	NPO 法人カーレットジャパン協会田 邊陽二	200名	3/10
9月18日(水)		太極拳を体験しよう	全日本太極拳連盟公認指導員 上野厚子		4/10

【認知症予防講座】

○ねらい：誰にでも起こり得る認知症について正しく理解するとともに、体操や脳トレをつかった認知症を予防するための方法を学ぶ。
(共催：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
6月28日(金)	13:30～ 15:00	認知症についての講話 認知症を予防するための体操や 脳トレ	東京体育機器株式会社	40名	1/4
7月5日(金)					2/4
7月19日(金)					3/4
7月26日(金)					4/4

【介護予防教室】

○ねらい：地域の高齢者を対象に、介護予防の意義及び取り組み方法を学ぶ。
(共催：宮本在宅介護支援センター)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
7月10日(水)	10:00～ 11:30	げんき体操(転ばず、物忘れせず、 健康維持)	宮本在宅介護支援センター	40名	4/12
8月14日(水)					5/12
9月11日(水)					6/12

【ふなばしシルバーリハビリ体操普及事業】

○ねらい：体操を通じて市民相互に支えあい、健康づくりと介護予防に取り組む。
(共催：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
7月24日(水)	10:00～ 11:15	ふなばしシルバーリハビリ体操 推進事業の説明及び体操実技	保健師・理学療法士・作業療 法士・初級体操指導士	40名	4/12
8月28日(水)					5/12
9月25日(水)					6/12

《その他》

【消防訓練】

○ねらい：公民館を利用する団体と一緒に、消防訓練及び避難訓練を行う。

月 日()	時 間	内 容	定員	備考
7月27日(土)	13:30～ 14:30	避難訓練・通報訓練・消防訓練	一名	1/2

【秋のグラウンドゴルフ大会】

○ねらい：地域住民が軽スポーツを楽しみながら、交流と地域づくりを図る。

参加費：200円（共催：宮本地区スポーツ推進委員）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
9月14日(土)	9:30～ 12:00	グループに分かれて、グラウンドゴルフを楽しむ	宮本地区スポーツ推進委員	100名	1/1

【みやもと三百人劇場】

○ねらい：質の高い音楽を提供することにより、地域住民の文化・芸術の理解を深める。

月 日()	時 間	内 容	出 演	定員	備考
7月13日(土)	14:00～ 16:00	珠玉の名曲コンサート	デュオ・エピファニー	300名	1/1
9月14日(土)	14:00～ 16:00	明るく楽しいデキシードジャズ	ファイネストジャズメン	300名	1/1

【宮本卓球開放】

○ねらい：毎月1・3火曜日の夜2階講堂を開放し、市民の方が自由に卓球を楽しみ、軽スポーツを通して健康増進と地域住民との交流を図る。

月 日()	時 間	内 容	定員	備考
毎月 第1・3(火) 計6回	18:00～ 20:30	卓球を楽しむ	—	全 24回

【宮本公民館ほんの森】

○ねらい：水曜日と土曜日の午後、図書ボランティアの協力を得て、地域住民に良質な図書を提供する。

月 日()	時 間	内 容	利用者数
6月 毎週(水)(土)	14:00～ 16:00	図書の貸出、返却	名冊
7月 毎週(水)(土)			名冊
8月 毎週(水)(土)			名冊
9月 毎週(水)(土)			名冊

【クリーンアップみやもと】

○ねらい：宮本地区の自治会と一緒に、公民館周辺にある公園等の清掃を行うことで、地域の美化に努めるとともに、地域住民との交流を図る。
(共催：宮本四和自治会)

月 日()	時 間	内 容	定員
--------	-----	-----	----

毎月 第2・4(木) 計6回	8:15～ 8:45	公民館周辺の公園及び道路等の清掃	—
----------------------	---------------	------------------	---

【宮の森ギャラリー】

○ねらい：宮本公民館で活動する社会教育関係団体の作品等を展示する機会を提供することで、社会教育関係団体の交流と活性化を図る。

月 日()	時 間	内 容	定員
毎月	9:00～ 21:00	社会教育関係団体の作品や活動の様子を展示する	—

令和元年度 海神公民館事業計画

(6月27日～9月25日)

《青少年》

【ハッピーサタデー】

○ねらい：スポーツや文化活動に参加し、豊かな心や健全な精神を培うことができるよう、家庭や学校、地域の協力を得ながら環境を整える。
(共催：青少年課・海神児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
8月1日(木)	10:00 ～14:00	子ども映画鑑賞会	公民館職員	--名 自由参加	3/12
8月10日(土)	13:30 ～15:00	夏休み工作教室	船橋レクリエーション協会	20名	4/12
9月21日(土)	10:00 ～11:30	親子でおかしづくり	菊池 成美	12組	5/12

【子供将棋教室】

○ねらい：日本に古くから伝わる将棋の学びを通して、子供たちの豊かな心や健全な精神を養い、地域交流の場とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月24日(水)	9:30 ～11:00	礼儀作法から駒の動かし方など将棋の初歩を学ぶ	特定非営利活動法人 えんだい 齋藤 久男	20名	1/3
7月31日(水)				20名	2/3
8月7日(水)				20名	3/3

【親子いけばな教室】

○ねらい：日本の伝統を伝える生け花を通して、しきたりや決まりを大事にしながら花を生けることで、和に親しみながらその文化を学び、豊かな心や健全な精神を培うことができるようにする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
--------	-----	-----	-----	-----	-----

7月27日(土)	10:00 ～11:30	いけばなの基本から学ぶ 各回 800円	いけばな講師 村田 明峯 高橋 豊啓 中村 里峯	15組	3/9
8月24日(土)					4/9

《成人》

【地域交流講座】

○ねらい：地域の人たちの交流を通して、地域の住民同士が支え合い、協力し合える街づくりを目指す。
高齢者の孤立を無くし、互いに温かい見守りや助け合いのできるような地域交流を行う。地域社会についての理解を深め、ボランティア活動ができる人を発掘する。

(共催：海神地区社会福祉協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
9月7日(水)	13:30 ～15:30	誤嚥性肺炎予防の視点・口 腔ケアの必要性	口腔ケアセンタ ー長 大塚博子	100名	1/3
9月14日(水)		講談	神田すみれ		2/3
9月21日(水)		笑顔で元気に フェイス ストレッチング	藤原比佐代		3/3

【二葉幼稚園家庭教育セミナー】

○ねらい：0歳児から2歳児までの子育て中の親が気軽に集い相互交流や子育ての不安・悩みを相談する
場を提供する。

(共催：二葉幼稚園)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月10日(水)	9:30 ～11:30	・音楽あそび 体を動かそう	二葉幼稚園 副園長 藤原 なおみ	一名	2/3
9月11日(水)	9:30 ～11:30	・絵本のお話	絵本作家・絵本コ ーディネータ	一名	3/3

			一・語り手 こが ようこ		
--	--	--	-----------------	--	--

《高齢者》

【シルバー料理教室】

○ねらい：高齢者の学習参加、社会参加の一環として簡単に出来る料理教室を開催し参加者が試食を通して仲間作りを図る。
(共催：海神地区社会福祉協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月18日(木)	10:00 ~12:00	シニア世代(主に男性)のための簡単、ヘルシー料理 (参加費 各回 500円)	管理栄養士 小川 喜代子	30名	4/9
9月19日(木)					5/9

【シリーズ健康(認知症)講座】

○ねらい：認知症の予防や認知症について理解をする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月27日(木)	10:00 ~11:30	・お口のトレーニング ・柔軟体操、チェア体操	健康づくり課	30名	4/5
7月4日(木)		・お口のトレーニング ・自宅での体操の継続について			5/5

【海神シルバー体操教室】

○ねらい：高齢者が体操教室に参加し健康維持、体力の増進を図るとともに、参加者同士の交流・仲間づくりに寄与する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月28日(金)	10:00 ~11:30	高齢者向けの健康体操 (参加費 300円)	健康管理士 一般指導員 酒井 辻子	90名	3/12
7月26日(金)					4/12
8月23日(金)					5/12

【海神寿大学】

○ねらい：高齢者の生活を豊かにし、生きがいのある社会生活を送るための学習及び仲間づくりの場とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
--------	-----	-----	-----	-----	-----

7月17日(水)		映画鑑賞会 「NITABOH～津軽三味線始祖外聞～」	公民館職員		3/10
9月18日(水)	13:30 ～15:00	文学講座 「サトウハチローと 小さい秋みつけた」	日本文学研究家 青池 國晴	150名	4/10

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：リハビリ医が考案した市民同士の支えあいによる健康づくり、介護予防、生活の質の維持向上を目指した「いつでも、どこでも、どなたでも」できる体操です。いつまでも、自分らしい生活を実現するために地域の皆さんと一緒にあなたに合った適切な運動を行なう。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月5日(金)					4/12
8月2日(金)	10:30 ～11:30	ふなばしシルバーリハビリ体操推進事業の説明および体操実技	健康づくり課職員 シルバーリハビリ体操指導士	80名	5/12
9月6日(金)					6/12

《その他》

【卓球開放事業】

○ねらい：第一土曜日（年8回）に講堂を開放し市民の方が自由に卓球を楽しむ。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月6日(土)			社会教育関係団体(4団体)		4/11
8月3日(土)	13:00 ～16:00	自由に卓球を楽しむ	・ぶどう卓球 ・さざんかクラブ ・ゆうゆうクラブ ・KTC	名 誰でも	5/11
9月7日(土)					6/11

【親子リトミック教室】

○ねらい：子育て支援事業として、親子のスキンシップを図り、母親同士のコミュニケーションの場とし

て実施する。

(共催：海神児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
9月12日(木)	10:30 ～11:40	親子リトミック教室 ・0,1歳児 10:30～11:00 ・2歳以上 11:10～11:40	リトミック講師 野々 美佐	40組 (各20組)	2/2

【ちびっこ広場】

○ねらい：お部屋を開放し子育てをしている0～3歳児の親子が自由に遊び、他の親子との情報交換や、仲間づくりの場の提供をする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月24日(水)	10:00 ～11:30	・歯のお話0歳～3歳 10:00～10:40 ・つかだおはなし会よみ聞かせ 11:05～11:25	西部保健センター 歯科衛生士	15組	4/11
8月28日(水)		・にこにこ広場	海神地区社会福祉協議会 にこにこ広場 代表 角田澄江		5/11
9月25日(水)		・栄養士 10:00～10:40 ・つかだおはなし会よみ聞かせ 11:05～11:25	西部保健センター 栄養士		6/11

【海神公民館ボランティア活動支援事業】

○ねらい：海神公民館内の緑の保全や庭等の美化活動、緑のカーテンコンクールへ参加する。海神公民館ボランティアの活動を支援することでボランティア活動への意識を高める。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月24日(水)	9:00 ～15:00	・ゴーヤの採取及び水撒き ・館内、庭、駐車場の清掃		名	3/10
8月17日(土)	9:00 ～12:00	・館内、庭、駐車場の清掃		名	4/10