

令和4年度中央公民館事業報告

(6月16日～9月21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	参加者数 /定員	備 考
7月23日(土) 晴れ	14:00 ～15:30	理科実験教室 光通信でオルゴールを鳴らそう！	蔵前理科教室ふ しぎ不思議	24名 男10・女14 定員24名	4/12
8月6日(土) 曇り	13:00 ～15:30	置き物時計作り	クレイアート指導者 大沼佐知子	23名 男5・女18 定員24名	5/12
9月17日(土) 中止	13:30 ～15:30	お彼岸の和菓子 本格的な和菓子作りに挑戦	和菓子職人 松本清司	新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため中止 (ワクチン接種担当職員の控室として実習室が使用されたため)	6/12

【サイエンスファンタジー】

○ねらい：身近なものを使った科学実験から、子ども達が理科に興味を持ち、発見を通して自ら考える力を養う。また、千葉県立船橋高等学校の生徒と協力して事業を運営し、地域学校との連携を図る。

月 日	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
7月30日(土) 中止	10:00 ～12:00 13:30 ～15:30	科学の実験	県立船橋高等学校 たちばな理化学会	新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため中止	1/1

【夏休み子どもダンス教室】参加費：150円(保険代)

○ねらい：ダンスを通して、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	参加者数 /定員	備 考
7月26日(火) 雨	10:00 ~11:30	基本のステップ	ダンスインストラクター むーみん	15名 男1・女14 定員20名	1/3
7月27日(水) 晴れ		振付①		14名 男1・女13 定員20名	2/3
8月2日(火) 晴れ		振付② 発表会(保護者向け)		14名 男1・女13 定員20名	3/3

○評価：新型コロナウイルスの感染が拡大しているなか、入室時の手指消毒や健康状態の管理、また、室内では密にならないよう各人の立ち位置を把握する目印を設置するなど、感染防止を図り実施した。内容はヒップホップダンスで3日間のレッスンで一曲振付を完成させて、最終日は保護者を対象に練習の成果を発表した。今回の教室で子供たちはダンスによる身体表現を学習するとともに、達成感や連帯感を養うことができた。

【読書感想文講座】

○ねらい：管内内の小学校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	参加者数 /定員	備 考
7月30日(土) 晴れ	9:30 ~11:30	読むときのコツ	日大習志野高等学校 国語科 教諭 大畑 盈	12名 男4・女8 定員12名	1/4
8月3日(水) 晴れ		組み立てのコツ		12名 男4・女8 定員12名	2/4
8月4日(木) 晴れ		書くときのコツ		12名 男4・女8 定員12名	3/4
8月5日(金) 晴れ		仕上げのコツ		11名 男4・女7 定員12名	4/4

○評価：本講座では、読書感想文の基礎となる「文書を読み感じたことを文にする」ことからはじめ、計4ステップの丁寧な段取りにて読書感想文の学習及び作成を行った。各回の受講時間が1時間を超える中、鉛筆を一生懸命走らせながら、読書感想文と向き合う姿が非常に印象的であった。また、4回目の最終日には、全員が原稿用紙への清書を終わらすことが出来た。本講座を通して、夏休みの宿題である読書感想文を完成させることはもちろんのこと、本の読解及び文書作成の基礎学習にも貢献できた。来年度も担当講師と連携を図り、継続した実施をしていきたい。

【船橋市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	参加者数 /定 員	備 考
8月 4日(木) 中止	9:00 ~16:30	視覚障害者ガイドヘルプ体験 施設見学	未定	新型コロナウ イルス感染拡 大防止対策の ため中止	1/2
8月 5日(金) 中止		災害ボランティア講座 手話講座			2/2

《成 人》

【ご褒美ヨガ♪ ~簡単椅子ヨガでリラックス~】

○ねらい：コロナ禍における運動不足解消のため、幅広い年齢層に運動の機会を提供する。

月 日	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定 員	備 考
6月 24日(金) 晴れ	①19:00 ~20:00	椅子ヨガの体験	ヨガインストラク ター RIKA	8名 男1・女7 定員15名	1/6
7月 1日(金) 晴れ				7名 男1・女6 定員15名	2/6
7月 3日(日) 晴れ	②10:00 ~11:00	【①夜の部】 ・6月24日・7月1日		13名 男0・女13 定員15名	3/6
7月 9日(土) 晴れ				12名 男0・女12 定員15名	4/6
7月 3日(日) 晴れ	③11:30 ~12:00	・7月3日・9日		7名 男2・女5 定員12名	5/6
7月 9日(土) 晴れ				6名 男1・女5 定員12名	6/6

○評価：今回行った椅子を使ったヨガは、「座ったまま、準備いらずで手軽にできる」をモットーに、ヨガが初めてでも楽しく、気持ちよく、体を動かすことのできるプログラムを用意した。自分のペースで取組み、参加者は気持ちよく汗をかけたとの感想であった。今回夜の時間帯に実施した1回目の回では、仕事帰りの方の参加が多かった。オンラインの部についてはZoomを使用し、講師と参加者をつないだが、画面と音声のズレといった不具合等も発生せず、参加者は講師の動きを真似て各々体を動かし、楽しく取り組むことができていたようだ。

【デジタルデバイド対策講座】

○ねらい：地域住民の生活の一助となり得るデジタルデバイド対策を提供する。

月 日	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定 員	備 考
6月23日(木) くもり	9:30 ～11:30	はじめてのオンライン体験 「ZOOM 入門編」	ソフトバンク 株式会社	10名 男2・女8 定員10名	5/9
7月12日(火) くもり	9:30 ～11:30	はじめてのスマホ体験 「スマホの基本とQR決済」		13名 男3・女10 定員14名	6/9
9月7日(水) 晴れ	9:45 ～11:45	はじめてのスマホ体験「かんたん入門編」		13名 男2・女11 定員14名	7/9
9月21日(水) 晴れ	9:45 ～11:45	はじめてのオンライン体験 「ZOOM 入門編」		8名 男1・女7 定員10名	8/9

《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	参加者数 /定 員	備 考
7月13日(水) 晴れ	13:30 ～15:00	歴史講座 ～江戸時代の村と百姓～	千葉県文書館 道上 和洋	19名 男2・女17 定員50名	3/10
9月14日(水) 晴れ		島国ニッポン ～島の話、あれこれ～	明治大学名誉教授 大胡 修	22名 男2・女20 定員50名	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	参加者数 /定 員	備 考
8月17日(水)	①12:50 ～13:30 ②14:00 ～14:40	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	新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため中止	3/6

《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	参加者数 /定 員	備 考
7月3日(日) 晴れ	10:00 ～15:00	スポーツ大会(バスケットボール、キックベースボール)	小中学校特別支援学級教師 市民ボランティア 会員父母	48名 男39・女9 定員ー	3/9
9月4日(日) 晴れ	10:00 ～15:00	趣味講座(ダンス、卓球、新聞ちぎり絵、英会話、空手)		59名 男46・女13 定員ー	4/9

【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	参加者数 /定 員	備 考
8月21日(日) 中止	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	新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため中止 (ワクチン接種会場として使用のため)	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」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	参加者数 /定 員	備 考
7月8日(金) 晴れ	10:00 ～11:30	0・1歳ぽかぽか広場 ・スキンシップ遊び ・親子ピクス ・情報交換 他	児童ホーム職員 運動指導士	17組 34名 男7・女27 定員30組	2/6
	15:00 ～16:30	小学生わくわくタイム ・簡単工作コーナー(プラバン) ・ゲーム他		21名 男9・女12 定員25名	

9月16日(金)	10:00 ～11:30	0・1歳ぽかぽか広場 ・スキンシップ遊び ・情報交換 他	児童ホーム職員	15組 30名 男4・女26	3/6
	15:00 ～16:30	小学生わくわくタイム ・簡単工作(紙バックコプター) ・ゲーム 他		定員30組 8名 男5・女3 定員30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	参加者数 /定 員	備 考
6月16日(木) 曇り	10:00 ～11:30	講演会 「心の成長としつけ」	公認心理師 永瀬 春美	16組 33名 男7・女26 定員20組	3/12
7月27日(水)	14:00 ～15:30	小児科医のおはなし 「乳幼児の病気と対応」	小児科医 武智 信幸	新型コロナ ウイルス感 染拡大防止 対策のため 中止	4/12
8月24日(水) 晴れ	14:00 ～15:30	6か月までのつどい (赤ちゃんのマッサージと個 別相談)	南本町子育て支 援センター職員 看護師・保育士	19組 42名 男8・女34 定員24組	5/12

令和4年度浜町公民館事業報告

(6月16日～9月21日)

《青少年》

【遊びの学校・ハッピーサタデー】

○ねらい：地域の子供達の居場所づくりを目的に、さまざまな団体が連携して、子供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	参加者数 /定員	備考
6月19日(日) 晴れ	10:00 ～12:00	みんなでお絵かき	お絵かきの先生 谷口真吾	22名 男3・女19 定員20名	3/12
7月16日(土) 雨	10:00 ～12:00	エコ体験 (材料費200円)	アースドクターふ なばし	5名 男5・女0 定員20名	4/12
8月6日(土) 晴れ	10:00 ～12:00	サマードームづくり (参加費100円)	若松地区青少年健 全育成会	18名 男4・女14 定員20名	5/12

《成人》

【メルカリ教室】

○ねらい：個人間で物品を売買出来るフリマアプリ「メルカリ」の使い方を知る事でリユースの意識を普及啓発する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
6月17日(金) 晴れ	①10:00 ～12:00 ②13:30 ～15:30	メルカリの説明と出品体験	(株)メルカリ認定講師	①15名 男1・女14 定員15名 ②15名 男2・女13 定員15名	1/1

○評価：メルカリ講座は初めての開催であったが、午前の部・午後の部とも定員以上の申込、かつ全員出席であり、関心の高さが伺えた。講座では、出品までの流れの確認をした後、実際に写真を撮って公開する手前までの練習を行い、発送方法などの説明をしてくれた。その後、本番として出品データを作成し、参加者一斉にインターネットに実際に公開した。売上金の受け取り方や困った時の問い合わせ先の紹介もあり、メルカリを利用する上での一通りの説明を聞くことが出来た。今後、利用したいとの感想を聞くことが出来、リユースへの意識を啓発出来た。

【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	参加者数 /定員	備考
7月5日(火) 曇り	10:00 ～11:00	救急講習	防災コミュニテ ィネットワーク	54名 男0・女54 定員なし	1/3

【浜カルチャー（絆）】

○ねらい：成人を対象に健康・教養・趣味など幅広い学習機会・情報を提供する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
6月22日(水) 曇り	13:30 ~15:00	軽体操・手話ダンス	手話ダンス教室「ほ っと・ハート」 巴静子	26名 男0・女26 定員30名	1/6
7月27日(水) 晴れ		手芸・花を咲かそう	生涯学習コーディネ ーター 藤田葉子	24名 男0・女24 定員30名	2/6
8月24日(水) 曇り		環境講座・作物はどこからき たか	秋草学園短期大学教 授 中村陽一	25名 男0・女25 定員30名	3/6
9月21日(水) 晴れ		紅茶講座・南インドの紅茶の 旅	Vine&Shrub(株)代 表 榎原律子	24名 男0・女24 定員30名	4/6

《高齢者》

【いきいき健康大学】

○ねらい：地域での様々な学習を通して、高齢者のための健康と生きがいを図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
7月12日(火) 曇り	13:30 ~15:00	歴史講座 「江戸のエコな生活」	江戸文化歴史研究家 井上正記	54名 男8・女46 定員120名	3/10
9月13日(火) 曇り		雑学講座 「映画をもっと楽しもう」	エッセイスト 瀧澤陽子	63名 男9・女54 定員120名	4/10

【はじめてのスマホ体験 シニア向けスマホ編】

○ねらい：地域やサークルの活動に役立てられるようデジタルデバインド解消を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
7月15日(金) 雨	10:00 ~12:00	シニア向けスマホの体験	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	13名 男4・女9 定員20名	1/1

○評価：デジタルデバインド対策として、シニア向けのスマホ講座を実施した。講座はスマートフォンとは何か？の基本から始まり、地図アプリを用いての指の動かし方・入力の方法、電話のかけ方、カメラの使い方など、「たくさん触って楽しむ」内容であった。また、アンケートはQRコードを使いスマホから回答してもらうことでQRコードの読み取りも体験した。2時間という短い時間であったが、いろいろ体験することで、デジタルデバインド解消の一助とすることができた。

【はじめてのスマホ スマホ使い方教室】

○ねらい：地域やサークルの活動に役立てられるようデジタルデバイド解消を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
8月4日(木) 曇りのち雨	10:00 ～11:30	スマホの基本的な使い方と日 常使う機能の学習	NTTドコモ スマホ教室講師	13名 男3・女10 定員20名	1/3
8月18日(木) 晴れ				12名 男2・女10 定員20名	2/3
8月25日(木) 曇り				13名 男1・女12 定員20名	3/3

○評価：スマートフォンの使い方について3回連続の講座を行った。基本の機能に加えてスマホを紛失したときや迷惑メールへの対応、災害時に使える機能などについて講義いただいた。講師3名により途中の質問に対してもきめ細かい対応が出来た。各回の後半には個別質問の時間もあり、受講者は自分の疑問を解決することも出来た。アンケートでは、再受講の希望が多く、今後も内容を吟味しながら継続して実施していきたい。

【ふれあいいいききサロン 華の会】

○ねらい：毎月第1水曜日に定期的で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	参加者数 /定員	備考
7月6日(水) 曇り	10:00 ～11:30	おおむね65歳以上の高齢者 による交流会	地域ボランティア 他	18名 男2・女16 定員なし	3/11
8月3日(水)				コロナの影響により中止	4/11
9月7日(水)				コロナの影響により中止	5/11

【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	参加者数 /定員	備考
8月18日(木)	① 12:50 ～13:30 ② 14:00 ～14:40	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	コロナの影響により中止	3/6

《その他》

【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	参加者数 /定員	備考
8月6日(土) 晴れ	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	11名 男3・女8 定員30名	1/4
8月13日(土) 曇りのち雨				10名 男1・女9 定員30名	2/4
8月20日(土) 曇りのち雨				8名 男2・女6 定員30名	3/4
8月27日(土) 晴れ				14名 男2・女12 定員30名	4/4

○評価：各回、スポーツ推進委員の指導により、ラジオ体操とストレッチ等を行った。人数は例年より少なかったが、毎回の参加者、子供の参加者もあり、地域の方の健康づくりと交流の場として定着している。地域の健康増進の場として、今後も継続していきたい。

【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	参加者数 /定員	備考
6月28日(火) 晴れ	10:00 ~11:30	親子でリトミック	地域ボランティア他	6組12名 男2・女10 15組30名	2/11
7月26日(火) 晴れ		ベビーマッサージ		4組8名 男2・女6 15組30名	3/11
8月23日(火)		栄養士の講話		コロナの影響により中止	4/11

【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4年度宮本公民館事業報告

(6月16日～9月21日)

《青少年》

【ハッピーサタデー】

○ねらい：子供たちが月に一度は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	講 師	参加者数 /定員	備考
6月18日(土) くもり	10:00 ～11:00	レッツ!グラウンド・ゴルフ!!!!	宮本児童ホーム 宮本地区スポーツ推進 委員	20名 男10・女10 定員20名	1/10
7月23日(土) 晴れ	10:15 ～11:00	えんにち	宮本児童ホーム 宮本地区社会福祉協議 会	22名 男2・女20 定員25名	2/10
	11:15 ～12:00			21名 男9・女12 定員25名	

《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（保険代）：100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	参加者数 /定員	備考
6月16日(木) くもり	10:00 ～12:00	成田参りと船橋宿	飛ノ台史跡公園博物館 職員 山本稔	18名 男10・女8 定員20名	1/3
6月23日(木) くもり		船橋宿の街と神社仏閣 ～江戸幕府のあしあと～	歴史愛好家 河野成夫	18名 男10・女8 定員20名	2/3
6月30日(木) 晴れ	9:30 ～12:00	散策 宮本台の今昔 懇談会	歴史愛好家(生涯学習コ ーディネーター) 川瀬建雄・河野成夫	14名 男7・女7 定員20名	3/3

○評価：船橋宿と江戸幕府のあしあとをテーマに、全3回講座で実施した。船橋宿や地域の史跡について理解が非常に深まる内容であった。また、当該講座は船橋市生涯学習コーディネーターとともに企画・実施した講座であり、充実した講座を実施しようと何度も打ち合わせを重ね、市民と行政が一体となって生涯学習の推進を図ることができた。次年度も継続して実施していきたい。

【地域史講座】

○ねらい：船橋市の歴史に関するテーマについて学ぶ機会を提供する。（共催：郷土資料館・文化課）

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
6月26日(日) 晴れ	14:00 ～16:00	磯田長秋 ー船橋に住んだ歴史 画家ー	郷土資料館学芸員 文化課学芸員	35名 男19・女16 定員50名	1/1

○評価：地域の歴史に興味がある方に参加いただき、「船橋の美術」を伝えられる有意義な時間を提供することができた。今後は、より多くの人に文化・芸術を伝えていけるよう「粘り強く」取り組んでいかなければいけないと改めて感じた。

【初心者向けスマホ講座】

○ねらい：地域住民の生活の一助となり得るデジタルデバインド対策を提供する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
7月28日(木) 晴れ	13:30 ～15:30	はじめてのスマホ体験 「スマホの基本とLINE体験」	ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー	5名 男3・女2 定員15名	1/1

○評価：デジタルデバインド対策として、初心者向けのスマホ講座を実施した。講座はスマートフォンの種類、持ち方や基本操作等の説明から始まり、地図アプリで基本操作等の確認をした後、わかりやすく楽しみながらLINEの便利な使い方等を体験するという内容だった。また、カメラ機能でQRコードを読み取ってアンケートに回答する方法も体験した。講座では貸出し用のスマートフォンで操作を体験したが、参加者の受講前の習熟度やスマートフォンの機種は、契約形態等が様々であるため、定員数や事前準備、講座の進行への影響等改善すべき課題も多いが、継続して実施していきたい。

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：体操をとおし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	参加者数 /定員	備考
6月22日(水) くもり	9:50～ 11:00～	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	18名 男2・女16 定員一名	ー
8月24日(水)	(2部入替制)			コロナの影響 により 中止	ー

【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	参加者数 /定員	備考
6月22日(水) くもり	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	コナミスポーツ株式会 社	19名 男1・女18 定員30名	3/4
6月29日(水) 晴れ				20名 男1・女19 定員30名	4/4

○評価：健康づくり課が実施する介護予防事業の一環として、同課との共催により実施した。担当講師としてコナミスポーツ株式会社から歯科衛生士と運動指導員が派遣され、認知症や介護予防に役立つ講話・簡単な柔軟体操・チェア体操等が組み込まれた内容であった。受講者が楽しみながら参加できるように工夫されており、また、講座が終わっても家で継続できるようにと内容が盛りだくさんの資料も配付され、充実した講座とすることができた。

【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・本町地域包括支援センター)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
7月13日(水) くもり	10:00 ～11:00	げんき体操(転ばず、物忘れせず、 健康維持)	宮本・本町地域包括支 援センター	21名 男1・女20 定員一名	4/12
8月10日(水) 晴れ				15名 男0・女15 定員一名	5/12
9月14日(水)				改修工事によ り 中 止	6/12

【初心者向けスマホ講座】

○ねらい：地域住民の生活の一助となり得るデジタルデバイド対策を提供する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
7月14日(木) 雨	13:30 ～15:30	はじめてのスマホ体験 「シニア向けスマホ編」	ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー	9名 男4・女5 定員15名	1/1

○評価：デジタルデバイド対策として、シニア向けのスマホ講座を実施した。講座はスマートフォンの種類、持ち方や基本操作等の説明から始まり、地図アプリで基本操作等の確認をした後、わかりやすく楽しみながら電話やメール機能の便利な使い方等を体験するという内容だった。また、カメラ機能でQRコードを読み取ってアンケートに回答する方法も体験した。講座では貸出し用のスマートフォンで操作を体験したが、参加者の受講前の習熟度やスマートフォンの機種は、契約形態等が様々であるため、定員数や事前準備、講座の進行への影響等改善すべき課題も多いが、継続して実施していきたい。

【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	参加者数 /定員	備考
7月20日(水) 晴れ	13:00 ~15:00	楽しい対話サロン ~ 青春時代の思い出を語ろう~	一般社団法人 心のひろば 五十木陽子	40名 男6・女34 定員100名	3/10
9月21日(水)		楽しく身体を動かそう	千葉県生涯スポーツ公認指導員 山岸玲子	改修工事により 中止	4/10

《その他》

【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	参加者数 /定員	備考
6月25日(土) 晴れ	14:00 ~16:00	バッハも シューベルトも デ イズニーも 音楽の贈りもの	歌 神谷満実子 チェロ 磯野正明 ピアノ 鳥井俊之	222名 男77・女145 定員300名	1/1

○評価：久しぶりとなる声楽コンサート。綿密なリハーサルを経て本番を迎えた。

こちらの希望としては、マイクを使わないコンサートにしたかったが、出演者の希望により後半はマイクを使用。アンケートにも「なぜマイク？」との指摘もあった。意図する内容ができなかったため、少し残念な結果となった。

月 日()	時 間	内 容	出 演	参加者数 /定員	備考
7月16日(土) 雨	14:00 ~16:00	716ジャズライブ	ピアノ 佐藤允彦 ベース 加藤真一 歌 上杉亜希子	216名 男151・女65 定員300名	1/1

○評価：ジャズピアノでは日本でも指折りのピアニスト・佐藤允彦氏を迎えての正統派ジャズライブ。著名な演奏家のコンサートのため、募集開始からあっという間に満席となった。そのため申込できなかった方から申込方法の再考を指摘され、次回のコンサートは2段階受付を試行することとなった。

(広報発行日翌日から200名、2~3日空けて残り100名)

コンサート自体は、さすがと思わせる内容でアンケートには再演を望む声や「こんな方が、なぜ宮本に？」という声が聞かれた。

【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	参加者数 /定員	備考
7月2日(土) 晴れ	13:30 ~14:30	避難訓練・通報訓練・消防訓練・起震車体験	26名 男10・女16 定員一名	1/1

○評価：国際交流協会が開催している「日本語教室」の日程に合わせて実施することで、施設の避難訓練を外国人にも体験してもらおう機会となっていて、継続して実施していきたい。

【スタインウェイを弾いてみませんか】

○ねらい：スタインウェイのピアノを一般の方にも弾いていただく機会を提供し、文化芸術に寄与する。

月 日()	時 間	内 容	参加者数 /定員	備考
8月12日(金) 晴れ	10:00 ～20:00	各1時間／合計18コマ	30名 男12・女18 定員一名	1/1
8月13日(土) くもりのち雨	9:00 ～17:00		22名 男7・女15 定員一名	

○評価：初めての試みである本講座は、会場利用率が下がるお盆の時期にあわせ、なかなか弾く機会の少ないスタインウェイピアノを弾いていただくという趣旨で開催した。
募集開始日から申込が殺到し、あっという間に締め切りとなった。
宮本公民館を初めて利用した参加者がほとんどで利用者の新規開拓にもなった。また、「ぜひ恒例化して欲しい」との声が多く、年に2回ほど、夏休みや春休みに開催していきたいと思う。

【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（保険代）：300円（共催：宮本地区スポーツ推進委員）

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備考
9月19日(月)	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 台風により中止	宮本地区スポーツ推進委員	名 男・女 定員一名	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	参加者数 /定員	備考
毎月 第1・3(火) 計7回	18:30 ～20:30	卓球を楽しむ（5月より開催） ※9月20日は改修工事により 中 止	37名 男19・女18 定員一名	全 19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	24名 44冊
7月 毎週(水)(土)			44名 91冊
8月 毎週(水)(土)			22名 52冊

【クリーンアップみやもと】

○ねらい：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。

月 日()	時 間	内 容	参加者数
毎月 第2(木)	9:15 ～9:45	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	参加者数
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4年度 海神公民館事業報告

(6月16日～9月21日)

《青少年》

【ハッピーサタデー】

○ねらい：家庭や学校、地域の協力を得ながら、スポーツや文化活動を通して、青少年の豊かな心や健全な精神を培う。
(共催：青少年課・海神児童ホーム)

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
6月25日(土) 晴れ	10:00 ～11:30	子ども卓球教室	社会教育関係団体 KTC	16名 男4・女12 定員16名	2/11
7月6日(水) 曇り	14:30 ～16:00	忍者体験	NPO法人船橋 市レクリエーシ ョン協会	26名 男11・女15 定員30名	3/11
8月20日(土) 曇り	10:00 ～11:30	環境講座 ・講話「地球温暖化ってな あに」 ・工作「ペットボトルで風力 発電」	アースドクター ふなばし	10名 男5・女5 定員20名	4/11
9月21日(水) 晴れ	14:30 ～16:00	クラフト(ゴム鉄砲、ペッ トボトル風車)	NPO法人船橋 市レクリエーシ ョン協会	29名 男12・女17 定員30名	5/11

【夏休み子ども陶芸教室】

○ねらい：陶芸の制作を通して、子供たちが伝統文化への関心を高め、創造力を養う場とする。

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
8月4日(木) 曇り時々雨	10:00 ～12:00	陶土で形作り⇒素焼き 材料費：300円	海神公民館陶芸団 体連絡協議会	16名 男5・女11 定員17名	1/3
8月18日(木) 雨		釉かけ、絵付け⇒本焼き		17名 男5・女12 定員17名	2/3
8月27日(土) 晴れ	13:00 ～15:00	完成作品の受け渡しと講師 からの講評		17名 男5・女12 定員17名	3/3

○評価：海神公民館にある陶芸釜を使用し、海神公民館陶芸団体連絡協議会の協力をいただき、子供たちに陶芸の楽しさ、作る楽しさを体験してもらうことができた。1回目は基本のマグカップのほか、葉っぱの形や丸や四角いお皿などを作り、7日ほど乾燥させた後素焼きをした。2回目は器に絵を書き薬をかけ、その後本焼きをした。完成した作品はみな個性があり立派なものであった。自分の作品をみて、焼く前と焼いた後の違いに感動する姿が印象的であった。陶芸団体連絡協議会の皆さんには、準備から指導、窯での焼成、作品の受け渡しまでお世話になった。子供たちの夏休みの思い出として、よい体験となった。

《成人》

【本館家庭教育セミナー】

○ねらい：子供が心身ともに健全に成長するうえで、家庭教育の果たす役割は極めて重要であり、同時に地域における連帯意識や教育力を高めていくことも、子育てや青少年の育成にとって重要な課題になっている。子育て中の保護者の心が少しでも軽くなるよう、学習の機会を提供し、心豊かな家庭教育の充実に寄与することを目的とする。

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
7月7日(木) 曇り	10:00 ～11:30	講話「ちょっと気持ちが軽くなる子育て」	臨床心理士 花澤 佳子	12名 男0・女12 定員20名	1/2
7月14日(木) 曇りのち雨	10:00 ～11:30	子育てアドバイス		11名 男0・女11 定員20名	2/2

○評価：本館家庭教育セミナーとして実施した。講座の運営方法については、講師と幾度となくメールでのやり取りを行い検討を重ねた。その甲斐もあり、内容としては非常に満足度が高かったようで、アンケートではびっしりと感想が記されており、感謝の言葉が多くあった。限られた回数での開催であったが、日ごろの子育てに対する不安や悩みの軽減、また新たな気づきにつながったものと思われる。

【癒しのナイトヨガ】

○ねらい：女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすために、自らの健康に目を向け、健康づくりを実践できるように支援する。

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
6月16日(木) 曇り	19:00 ～20:15	女性の骨盤とホルモンバランスに焦点をあてたヨガ	ヨガインストラクター 後藤 真弓	13名 男-・女13 定員15名	3/3

○評価：仕事をしている女性や日中忙しく活動している女性がヨガを通じて、心身のリラクセスができ、また、健康に目を向ける機会を提供することができた。アンケートの結果、参加者の評価も良く、目的がはっきりとしたヨガでよかった、体が軽くなり、血流も良くなった、ゆったりとした時間を過ごせてとてもリラックスできたとの感想をいただいた。今後も夜間の講座を検討していきたい。

【超簡単！男のフライパンクッキング】

○ねらい：料理初心者の男性を対象に、簡単に作れる料理を学ぶことで自身の健康について考え、自立した生活を送れるよう支援する。また、公民館の男性の利用促進や参加者同士のコミュニケーションを図ることを目的とする。

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
7月10日(日) 曇り	10:00 ～13:00	調理実習 (生姜焼き、ポテトサラダ、 卵焼き、味噌汁) 材料費2回で1,600円	野菜ソムリエ 平野 郷子	12名 男12・女- 定員12名	1/2
7月24日(日) 晴れ		調理実習 (チャーハン、餃子、天津卵、中華スープ、サラダ)		12名 男12・女- 定員12名	2/2

○評価：料理初心者の男性を対象に、健康の基本である料理に取り組む機会を提供し、また、公民館を利用したことのない男性の利用促進を図ることを目的とした。公民館活動は初めてだが満足したという方や、料理は難しいと思っていたが気楽に取り組めそう、家で作って好評だったという感想をいただき、目的はおおむね達成できた。初心者向けとして計画したが、器具の名前や包丁の使い方などを知りたいという意見もあったので、今後の講座に活かしていきたい。参加者からは継続してほしいとの声が多く、男性の料理への関心の高さがうかがえた。

《高齢者》

【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	参加者数 /定員	備 考
7月20日(水) 晴れ	13:30 ～15:00	海神の歴史あれこれ	海神歴史サークル 会長 長坂 由夫	58名 男9・女49 定員100名	3/4

【海神はつらつ健康体操】

○ねらい：高齢者の健康維持、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	参加者数 /定員	備 考
6月24日(金) 晴れ	10:00 ～11:30	認知症予防・ロコモティブシンドローム予防の体操	健康管理士上級指導員 酒井 辻子	38名 男4・女34 定員80名	3/5
7月22日(金) 雨のち曇り				37名 男4・女33 定員80名	4/5
8月26日(金) 曇り				34名 男2・女32 定員80名	5/5

○評価：定員には達しなかったが、高齢者の健康維持と体力の増進、参加者同士の交流、仲間づくりに寄与できたと思われる。これからも、家に閉じこもりがちな高齢者の体力維持の為、継続していきたい事業である。

【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「いつでも、どこでも、どなたでも」できる体操により、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す。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
7月1日(金) 晴れ	① 9:50 ～10:30 ② 11:00 ～11:40	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	19名 男4・女15 定員 各30名	2/4
8月8日(月)				コロナの影響により中止	3/4

【介護予防教室】

○ねらい：簡単な体操や脳トレを行い介護予防を図る。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
6月16日(木) 曇り	10:00 ~11:30	介護予防のための運動と脳 トレ	(株)ティップネス 運動指導員	20名 男1・女19 定員22名	3/5
6月23日(木) 曇り				18名 男1・女17 定員22名	4/5
6月30日(木) 晴れ				18名 男1・女17 定員22名	5/5

○評価：定員を超える応募があり、介護予防への関心の高さがうかがえた。参加率も良好で、皆さん熱心に認知症予防の講義を聞いたり、体を動かしたりトレーニングしていた。男性はお1人であったが休まず参加された。もっと男性の参加も促したい。

《その他》

【ピョピョ広場】

○ねらい：0歳児親子を対象に子供とのふれあい、親子のコミュニケーション、子育てのアドバイス・相談、専門的知識の提供、また、仲間づくりの場を提供する。

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
6月22日(水) 曇り	10:30 ~11:30	ベビーマッサージ	船橋市南本町子育て 支援センター 職員	3組6名 男1・女5 定員10組	2/4
7月27日(水) 晴れ		絵本の読み聞かせ	船橋市中央図書館 職員	4組9名 男2・女7 定員10組	3/4
8月24日(水) 曇り		親子遊びとリズムあそび	リトミック講師 安川 はるみ	6組15名 男4・女11 定員10組	4/4

○評価：0歳児親子を対象として、子育てのアドバイスや、専門的知識の提供等をし、また親子のコミュニケーション、仲間づくりの場を提供することが出来た。4回の学級講座にすることで、最終回には保護者同士も打ち解け、和やかに話をする様子もみられた。リフレッシュが出来たとの感想もあり、子育て支援として来年度も同じく継続していきたい事業である。

【家族で楽しく！iPadで初めてのプログラミング体験】

○ねらい：親子でiPadに触れ、簡単なプログラミングの仕組みを一緒に学ぶことで、親子のコミュニケーションを図るとともに、子供たちがデジタル社会への興味を持つきっかけとする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
7月9日(土) 晴れ	10:00 ～12:00	親子でプログラミングを体験する	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	10組 21名 男11・女10 定員10組	1/1

○評価：プログラミングやアプリ作りを親子で楽しそうに体験していた。講師の指導がゆっくり丁寧だったので、わかりやすく好評であった。今回募集人数は小学生親子10組であったが、申し込みは19組あり抽選とした。人気のある講座であり、デジタル社会を学ぶきっかけとして、来年度も実施したい。

【親子リトミック】

○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、保護者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	参加者数 /定員	備 考
6月17日(金) 曇り	10:00 ～11:10	親子リトミック ・1歳児 10:00～10:30 ・2歳児以上 10:40～11:10	リトミック講師 甲斐 知優 <small>ちひろ</small>	17組 34名 男9・女25 定員 各10組	1/2
9月16日(金) 晴れ				14組 28名 男12・女16 定員 各10組	2/2

○評価：児童ホームとの共催事業で、地域の子育て中の親子が楽しい時間を共有でき、参加者同士のコミュニケーションをとる機会を提供できた。

【卓球開放事業】

○ねらい：第一土曜日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	参加者数 /定員	備 考
7月2日(土) 晴れ	13:00 ～16:00	自由に卓球を楽しむ	社会教育関係団体 ・KTC	9名 男4・女5 定員—	3/4
8月6日(土) 曇りのち晴れ			社会教育関係団体 ・さざんかクラブ	15名 男6・女9 定員—	4/4

○評価：社会教育関係団体（卓球サークル）の協力のもと、月1回第1土曜日に開催した。当日自由参加にもかかわらず、多数の参加者があり、地域の皆さんの健康維持と参加者同士の交流を図ることができたと思われる。来年度も地域の皆さんに楽しんでいただけるよう、年度を通して実施していきたい。

【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、また緑のカーテンのお世話等、海神公民館の環境を整備するボランティア活動を支援する。

月 日()	時間	内 容	講 師	参加者数 /定員	備 考
7月26日(火) 雨のち曇り	9:00 ~14:00	・庭の除草作業	—	7名 男1・女6 定員13名	3/4