

# 令和6年度 中央公民館事業計画

(4月1日～6月19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
5月11日(土)	10:00 ～12:00	小学生けん玉教室	けん玉パフォーマー 嶋寺 克彰	名 20	1/11
6月15日(土)	11:00 ～15:00	こどもまつり【別掲】	本町地区社会福祉 協議会 他	名 —	2/11

### 【中央公民館こどもまつり】

○ねらい：地域の子供達が一堂に集まり、レクリエーションゲームや体験活動を通してふれあいの場をもつとともに、子供達の交流と豊かな情操を育む場とする。また、地域の青少年関係の団体等が連携して事業に取り組むことにより、地域の教育力の向上をめざす。

月 日 ( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月15日(土)	11:00 ～15:00	工作、レクゲーム、マジックコーナー、模擬店 他	本町地区社会福祉 協議会、青少年相談 員連絡協議会南部 ブロック 他	名 —	1/1

## 《成 人》

### 【社会教育関係団体研修会】

○ねらい：中央公民館登録の社会教育関係団体を対象に研修会を開催し、サークル活動の意義について学ぶ機会とする。また、活動報告に係る説明会を併せて行う。

月 日 ( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月7日(火)	10:00 ～11:00	社会教育関係団体活動報告に係る説明会	公民館職員	団体 120	1/1

## 【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	定 員	備 考
6 月 18 日 (火)	10:00 ～12:00	触っておぼえる！スマホの基本 と LINE の体験	ソフトバンク 株式会社	名 14	1/3

## 《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、身近な話題を取り上げて学習するとともに、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
5 月 8 日 (水)	13:30 ～15:00	開講式 終活のポイント ～遺言・相続等の基礎知識～	ファイナンシャル プランナー 高橋 重男	名 150	1/10
6 月 12 日 (水)	13:30 ～15:00	交通安全教室・防犯講話	市 民 安 全 推 進 課・船橋警察署	名 150	2/10

### 【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
4 月 17 日 (水)	13:00 ～14:00	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 シルバーリハビ リ体操指導士	名 50	1/11
5 月 15 日 (水)	13:00 ～14:00	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 シルバーリハビ リ体操指導士	名 50	2/11
6 月 19 日 (水)	13:00 ～14:00	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 シルバーリハビ リ体操指導士	名 50	3/11

## 《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少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
4 月 14 日 (日)	10:00 ～15:00	総会・保護者会 ・新入会員歓迎会	小中学校特別支 援学級教師	名 —	1/9
5 月 12 日 (日)	10:00 ～15:00	カラオケ大会	市民ボランティ ア 会員父母	名 —	2/9
6 月 9 日 (日)	10:00 ～15:00	スポーツ大会		名 —	3/9

### 【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	定 員	備 考
5 月 17 日 (金)	10 : 00 ～11 : 30	0・1歳ぽかぽか広場 親子で楽しめる遊びふれあい遊び 情報交換 他	児童ホーム職員	名 —	1/6
	15 : 00 ～16 : 30	小学生わくわくタイム 遊び・工作のコーナー 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
4 月 17 日 (木)	10 : 00 ～10 : 40 11 : 00 ～11 : 40	親子で楽しむママボディメイ クピラティス	荒木 知世	組 30	1/11
5 月 30 日 (木)	14 : 00 ～15 : 30	小児科医のお話	小児科医 那須 武 南本町子育て 支援センター 職員	組 20	2/11

## 【卓球開放】

○ねらい：卓球台を開放し、どなたでも気軽に参加できるようスポーツできる場を提供する。

月 日 ( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4 月 3 日 (水)	18 : 30 ～20 : 30	卓球開放	中央卓球クラブ協力	— 名	1/12
5 月 1 日 (水)	18 : 30 ～20 : 30	卓球開放	中央卓球クラブ協力	— 名	2/12
6 月 5 日 (水)	18 : 30 ～20 : 30	卓球開放	中央卓球クラブ協力	— 名	3/12

## 令和6年度 浜町公民館事業計画

(4月1日～6月19日)

### 《青少年》

#### 【遊びの学校・ハッピーサタデー】

○ねらい：地域の子供たちの居場所づくりを目的に、地域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	定 員	備考
5月11日(土)	13:30 ～15:30	おやこでシネマ	瀧澤篤朗	30名	1/10
6月8日(土)	13:30 ～15:30	未定	若松地区青少年健全育成会	未定	2/10

### 《成人》

#### 【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	定 員	備考
5月15日(水)	13:30 ～15:00	椅子ヨガで全身スッキリ	バレトンインストラクター RIKA	35名	1/6
6月19日(水)		地球温暖化と南極越冬隊の1年	元法制大学非常勤講師、元気象庁職員 加藤美雄		2/6

### 《高齢者》

#### 【いきいき健康大学】

○ねらい：地域での学習を通して高齢者の健康と生きがいを図る。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
5月14日(火)	13:30 ～15:00	浜の歌声ひろば	バリトン歌手 内田正人	120名	1/10
6月11日(火)		多文化講座 フラメンコってなんだ？ 歴史と実演	河合和順 真神裕美		2/10

## 【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
4月11日(木)	13:00 ～14:00	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	20名	1/6
6月13日(木)					2/6

## 【ふれあい いきいきサロン華の会】

○ねらい：毎月第1水曜日に定期的を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
4月3日(水)	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	なし	1/10
5月1日(水)					2/10
6月5日(水)					3/10

## 《その他》

### 【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
4月23日(火)	10:00 ～11:30	親子リトミック	地域ボランティア 他	0歳児の 親子	1/11
5月28日(火)		栄養士さんによる離乳 食講座		15組30名	2/11

### 【春のふれあいウォーキング】

○ねらい：ウォーキングを通して参加者同士の地域交流を図るとともに、爽やかな汗を流すことにより健康増進にも寄与する。

(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
--------	-----	-----	----	-----	----

4 月 28 日 (日)	9:00 ～13:00	ウォーキング (浜町公民館～長津川親水 公園往復)	湊町地区スポーツ推 進委員	30 名	1/1
--------------	----------------	---------------------------------	------------------	------	-----

【地域交流グラウンドゴルフ大会】

○ねらい：グラウンドゴルフを通して地域住民の健康増進を図るとともに、参加者相互の交流の場とする。  
(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
5 月 19 日 (日)	9:00 ～12:00	グラウンドゴルフを通しての地域住民の健康増進と交流の場	湊町地区スポーツ推進委員	50 名	1/1

【社会教育関係団体登録説明会】

○ねらい：公民館利用団体の代表者等を対象に社会教育関係団体登録申請書の作成方法を説明するとともに、社会教育関係団体のあり方について研修し、各サークルの資質の向上を図る。

月 日 ( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
4 月 20 日 (土)	10:00 ～11:00	社会教育関係団体活動報告 書作成の説明 他	公民館職員	なし	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 5 月 (年 3 回)

◇発行部数 7,500 部 (1 回当たり)

# 令和6年度 宮本公民館事業計画

(4月1日～6月19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	講 師	定員	備考
5月11日(土)	10:00 ～12:00	プレゼントを作ろう フラワーボックスとメッセージ カード制作	公民館職員	40名	1/11
6月8日(土)	10:00 ～12:00	プレゼントを作ろう2 アンブレラマーカードとメッセー ジカード制作	公民館職員	40名	2/11

## 《成 人》

### 【社会教育関係団体研修会】

○ねらい：社会教育関係団体活動報告説明並びに公民館利用について説明する。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
4月18日(木)	10:00 ～11:00	社会教育関係団体 活動報告説明会	公民館職員	—	1/1

### 【スマホで会場予約相談会】

○ねらい：スマホを使った抽選予約(申込～当選申請)のやり方をサポートする。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
5月9日(木)	10:00 ～11:00	スマホで予約したい方 自分のスマホ・タブレットを使っ て8月の抽選予約をする	公民館職員	8組	1/1

### 【国際理解講座】

○ねらい：市在住外国人数第2位のベトナムについて、料理を通じて生活習慣や文化等への理解を深める。

(共催：国際交流課)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
5月23日(木)	10:30 ～13:30	ベトナム生春巻き作り	市国際交流員 グエン・ティ・チャー	12名	1/1



### 【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	定員	備考
5 月 30 日(木)	13:30 ～15:30	触っておぼえる！スマホの基本 と LINE の体験	ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー	10 名	1/1

### 《高齢者》

#### 【宮本寿大学】

○ねらい：高齢者が心豊かにうる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
5 月 15 日(水)	13:00 ～15:00	開校式・カーレットを楽しもう！	NPO 法人カーレットジャパン協 会 代表 田邊陽二	100 名	1/10
6 月 19 日(水)		モルックを楽しもう！	君津モルック協会 会長 鈴木荘一		2/10

#### 【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 5 日(水)	13:30 ～15:00	認知症についての講話	株式会社東京体育機器	30 名	1/4
6 月 12 日(水)		認知症を予防するための体操や 脳トレ等			2/4

#### 【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	定員	備考
4 月 23 日(火)	10:00 ～11:00	ふなばしシルバーリハビリ体操	保健師・理学療法士・作業療 法士・初級体操指導士	40 名	1/12
5 月 28 日(火)		推進事業の説明及び体操実技			2/12

#### 【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	定員	備考
--------	-----	-----	-----	----	----

4月10日(水)	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	—	1/12
5月8日(水)					2/12
6月12日(水)					3/12

## 《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	定員	備考
5月19日(日)	14:00 ～16:00	中国 21 弦古筝と日本 25 絃箏の調べ	KOTOKOTO(デュオ) 伍芳(21 弦古筝) 久野木史恵(25 絃箏)	300 名	1/1

### 【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：300 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
5月12日(日)	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	—	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の交流を図る。

月 日( )	時 間	内 容	定員	備考
毎月 第 1・3(火) 計 4 回	18:30 ～20:30	卓球を楽しむ(5 月より開催予定)	—	全 21 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
4 月 毎週(水)(土)	14:00 ～16:00	図書の貸出、返却	名 冊
5 月 毎週(水)(土)			名 冊
6 月 毎週(水)(土)			名 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	定員
毎月 第2(木) 計3回	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	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6年度 海神公民館事業計画

(4月1日～6月19日)

### 《青少年》

#### 【ハッピーサタデー】

○ねらい：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い、仲間づくりの場とする。  
(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
5月18日(土)	10:00 ～11:30	子ども卓球教室	KTC (卓球サークル)	20名	1/9

#### 【Let' s ダンス！】

○ねらい：子供たちに人気のあるダンスを夏の目玉のイベントとして実施することで、児童ホームに興味をもってもらったり、知ってもらおうきっかけとする。  
(共催：海神児童ホーム)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月8日(土)	14:00 ～15:30	Let' s ダンス！ ヒップホップダンスをやるう	田仲 由奈	小学生 30名	1/1

### 《成 人》

#### 【社会教育関係団体研修会】

○ねらい：社会教育関係団体の代表者を対象として、社会教育関係団体の望ましいあり方、登録申請書の提出などに関する説明会を実施し、公民館使用に関する共有を図る。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月8日(水)	10:00 ～11:30	社会教育関係団体の研修	公民館職員	53団体	1/1

### 《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	定 員	備 考
5月15日(水)	13:30 ～15:00	【開講式】 交通安全教室・防犯講話	市民安全推進課 職員	120名	1/10
6月19日(水)		映画鑑賞会			2/10

## 【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「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	定 員	備 考
4月8日(月)	10:00 ～11:00	ふなばしシルバーリハビリ体操	健康づくり課職員、シルバーリハビリ体操指導士	各60名	1/12
5月20日(月)		ふなばしシルバーリハビリ体操・市民ヘルスマーケティング			2/12
6月10日(月)		ふなばしシルバーリハビリ体操			3/12

## 【介護予防教室】

○ねらい：簡単な体操や脳トレにより介護予防を図る。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月6日(木)	10:00 ～11:30	生き生きと若々しく過ごすための教室	東京体育機器株式会社運動指導員	30名	1/5
6月13日(木)					2/5

## 《その他》

### 【おながくであそぼう】

○ねらい：音楽を通して親子のふれあいを図ると共に、交流、仲間づくりの場を提供する。

(共催：海神児童ホーム)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月24日(金)	10:30 ～11:00	親子での音楽あそび	茂木 旬子	親子25組	1/3

## 【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	定 員	備 考
-----	-----	-----	-----	-----	-----

4月6日(土)	13:00 ～16:00	自由に卓球を楽しむ	社会教育関係団体 ゆうゆうクラブ	誰でも	1/11
6月1日(土)			社会教育関係団体 ぶどう卓球		2/11

### 【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	定 員	備 考
5月29日(水)	9:00 ～15:00	・ 定期総会 ・ 庭の除草作業	—	13名	1/6

### 【海神公民館だより（通年事業）】

○ねらい：公民館事業や地域情報を掲載し、地域とのコミュニケーションを図る。

◇発行月 6月発行（令和6年度事業の紹介他）

◇発行部数 11,500部（1回当たり）