

## 令和7年度 中央公民館事業計画

(4月1日～6月18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10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 15	1/7
6月14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 —	2/7

## 【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14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・大規模改修工事に伴う利用団体説明会】

○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し、登録申請に係る説明会を併せて行う。また、令和7年12月から大規模改修工事により休館となるため、利用団体向けに説明会を行う。

月 日 ( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月13日(火)	9:30 ～11:00	社会教育関係団体登録説明に係る説明会 大規模改修工事に伴う利用団体への説明会	公民館職員	—	1/1

## 《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14日(水)	13:30 ～15:00	開講式 「地球温暖化と熱中症」 ～今年の夏を健康に過ごすた めに～	アースドクター ふなばし 地域保健課 保健師・運動指導 士	名 150	1/6
6月11日(水)	13:30 ～15:00	楽しく食べて健康に！	キューピー株式 会社	名 150	2/6

### 【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16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21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18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》

#### 【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の卒業生で構成されている「若草の会」会員を対象に社会参加に必要な学習や経験をし、併せて仲間づくりの場とすることを目的とする。

月 日 ( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月13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 80	1/9
5月11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8日(日)	10:00 ～15:00	スポーツ体験		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30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 —	1/4
	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23日(水)	14:00 ～15:15	6か月までのつどい	南本町子育て 支援センター 職員	組 21	1/8
5月19日(木)	14:00 ～15:30	親子de楽しいお歌のコンサ ート	小松 萌	組 60	2/8
6月17日(木)	14:00 ～15:30	小児科医のおはなし	鈴木 美穂	組 20	3/8

### 【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に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2日(水)	18:30 ～20:30	卓球開放	中央卓球クラ ブ協力	名 24	1/12
5月7日(水)	18:30 ～20:30	卓球開放	中央卓球クラ ブ協力	名 —	2/12
6月4日(水)	18:30 ～20:30	卓球開放	中央卓球クラ ブ協力	名 —	3/12

## 令和7年度 浜町公民館事業計画

(4月1日～6月18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
6月14日(土)	10:30 ～12:00	おやこでシネマ	瀧澤篤朗	30名	1/10

## 《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21日(水)	13:30 ～15:00	開講式 オリエンテーション 「昭和の歌でエクササイズ」運動が苦手な方でも楽しめるレッスン	千葉県生涯スポーツ 公認指導員 山岸玲子	35名	1/6
6月18日(水)		「蔦屋重三郎ってどんな人」～江戸のメディア王～	歴史探検家 熊谷充晃		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づくりを図る。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月13日(火)	13:30 ～15:00	開講式 浜の歌声ひろば	ボイストレーナー 鳥居明美	120名	1/10
6月10日(火)		多文化講座 フラメンコの歴史と実演2	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：健康づくり課)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月10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 ふなばしシルバー リハビリ体操指導 士	50名	1/12
5月8日(木)					2/12
6月12日(木)	13:00 ～15:00	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、市民ヘルスマーティン グ			3/12

### 【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2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7日(水)					2/10

### 《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22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 15組30名	1/12
5月27日(火)		ロイヤルベビーマッサージ			2/12

### 【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20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	50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4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

### 【社会教育関係団体研修会】

○ねらい：「船橋市社会教育関係団体の登録に関する基準」に従い、社会教育関係団体を対象に団体のあり方についての研修を行う。また登録申請書の書き方について説明する。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月19日(土)	10:00 ～11:00	公民館における社会教育関係団体のあり方についての研修及び登録申請書の記載方法説明	公民館職員	43団体	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7年度宮本公民館事業計画

(4月1日～6月18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24日(土)	①10:00 ～10:45 ②11:00 ～11:45	缶バッチをつくろう	宮本児童ホーム職員	各 20名	1/10

## 《成人》

## 【社会教育関係団体研修会】

○ねらい：社会教育関係団体登録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17日(木)	10:00 ～11:00	社会教育関係団体登録説明会	公民館職員	41	1/1

## 【国際理解講座】

○ねらい：中国の家庭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22日(木)	10:30 ～13:30	水餃子作り	市国際交流員	12名	1/1

## 【仏像鑑賞講座】

○ねらい：多様なニーズをとらえた学習機会を提供するため仏像について学び、管区内のお寺を訪問し坐禅体験を行う。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
5月29日(木)		楽しく学ぶ仏像の世界			1/3
6月5日(木)	10:00 ～12:00	とっておきの仏像探訪記	仏像愛好家 松井 俊明	25名	2/3
6月12日(木)		慈雲寺訪問と坐禅体験			3/3

## 《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21日(水)	13:30 ~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18日(水)		熱中症ってなに?防ぐには?	大塚製薬株式会社		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4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11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22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27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9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14日(水)					2/12
6月11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17日(土)	14:00 ～16:00	Calamus 打楽器祭り～肉弾旋～	宮野下シリユウ (マリンバ) 眞行 (ヴィブラフォン)	300名	1/1

## 【楽しく元気に歩こう】

○ねらい：健康のために楽しく元気に歩き、参加者同士の交流を図る。

参加費：大人 500円 こども 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
4月6日(日)	9:30 ～12:00	大神宮から管区内学校を巡るウォーキングとモルック体験	宮本地区スポーツ推進委員	—	1/2

## 【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11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2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2(火) 計2回	18:30 ～20:30	卓球を楽しむ(5月より開催予定)	—	全 11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
6月から毎月	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7年度 海神公民館事業計画

(4月1日～6月18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21日(水)	14:30 ～16:00	ユニバーサルスポーツ (ア タックファイブ)	NPO法人船橋市 レクリエーション 協会	40名	1/10

### 《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
4月30日(水)	10:00 ～11:00	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21日(水)	13:30 ～15:00	【開講式】 「睡眠」と「健康」の知恵 袋講座	明治安田生命保 険相互会社	120名	1/10
6月18日(水)		「終活」サポート講座 (エ ンディングノート作成セ ミナー)	ソニー生命保険 株式会社		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：健康づくり課)

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

4月14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19日(月)		ふなばしシルバーリハビリ体操			2/12
6月9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			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：健康づくり課)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月5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12日(木)					2/5

### 《その他》

#### 【おんがくであそぼう】

○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30日(金)	10:30 ~11:00	リズム遊び・パネルシアター	茂木 旬子	親子25組	1/2

### 【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5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7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13日(火)	9:00 ~15:00	・定期総会 ・庭の除草作業	—	12名	1/5

### 【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 5月発行（令和7年度事業の紹介他）

◇発行部数 11,500部（1回当たり）