

令和8年度 中央公民館事業計画

(6月18日～9月23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「ふなばしハッピーサタデー」として開設する。
(共催：青少年課、浜町公民館)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月20日(土)	10:00 ～12:00	おやこでシネマ (浜町公民館共催)	瀧澤 篤朗	名 50	2/10
7月4日(土)	14:00 ～15:30	理科実験教室 ポンポン蒸気船を 作り水蒸気について学ぶ	蔵前理科教室ふし ぎ不思議	名 20	3/10
8月8日(土)	10:00 ～11:30	環境講座とソーラーヘリコプタ ー作り	アースドクター ふなばし	名 16	4/10
9月5日(土)	10:00 ～11:30	電気安全教室とファンファン電 流工作	関東電気保安協会	名 16	5/10

【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25日(土)	10:00 ～11:30	身近なものを使った科学実験	千葉県立船橋高等 学校	名 16	1/1

【夏休みキッズダンス教室】

○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。(会場：勤労市民センター)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月28日(火)	10:00 ～11:30	基本のステップ 振付1	ダンスインストラ クター むーみん (寺本睦美)	名 24	1/3
7月29日(水)		振付2 チーム分け			2/3
8月4日(火)		振付確認 発表会(保護者向け)			3/3

【図書館を使った調べる学習講座】

○ねらい：夏休みの自由研究に向けて図書館を使った調べものの仕方を学ぶ。

(共催：中央図書館)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7 月 29 日 (水)	10:00 ～12:00	夏休み科学実験講座	国際医療福祉大学 湯澤 聡氏	組 親子 12	1/1

【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	定 員	備 考
8 月 4 日 (火)	9:30 ～16:00	ボランティア活動の基礎知識 の習得・障害者への理解を深め る	未定	名 20	1/1

《成 人》

【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
7 月 17 日 (金)	10:00 ～12:00	触っておぼえる！スマホの基 本と災害の備え	ソフトバンク 株式会社	名 12	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
6 月 24 日 (水)	13:30 ～15:00	旅に出たくなる日本の世界遺 産	世界遺産アカデ ミー認定講師 西脇 英子	名 24	2/3
7 月 8 日 (水)	13:30 ～15:00	睡眠についての悩みを考える	スリープマスタ ー 大木 亨		3/3

【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：船橋市勤労市民センター・健康づくり課)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月1日(水)	10:30 ～11:00	ふなばしシルバーリハビリ体操の説明、体操実技	健康づくり課職員 シルバーリハビリ 体操指導士	名 35	2/11
8月5日(水)	10:30 ～11:00	ふなばしシルバーリハビリ体操の説明、体操実技	健康づくり課職員 シルバーリハビリ 体操指導士	名 35	3/11
9月2日(水)	10:30 ～11:00	ふなばしシルバーリハビリ体操の説明、体操実技	健康づくり課職員 シルバーリハビリ 体操指導士	名 35	4/11

《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年で構成されている「若草の会」会員を対象に社会参加に必要な学習や体験を行い、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
7月5日(日)	10:00 ～12:00	夏祭り	小中学校特別支援学級教師 市民ボランティア	—	4/9
9月6日(日)	10:00 ～12:00	趣味講座・保護者見学会	ア 会員父母	—	5/9

【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	定 員	備 考
7月26日(日)	14:00 ～15:30	市民楽団による演奏会 (会場：海神公民館)	船橋吹奏楽団	名 100	1/4

【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：船橋市勤労市民センター・船橋市児童ホーム)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7月17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	—	2/6
	15:00 ～16:30	小学生わくわくタイム ・簡単工作 ・ゲーム 他		—	
9月11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	—	2/5
	15:00 ～16:30	小学生わくわくタイム ・簡単工作 ・ゲーム 他		—	

【サンバ教室】

○ねらい：サンバに興味がある方にサンバを一連で学ぶ機会を提供することにより、サンバを継続して学び、市民祭りへの参加などを目標とすることで船橋にサンバが根付くきっかけとする。
(共催：船橋市勤労市民センター)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月20日(土)	10:30 ～12:00	サンバの基礎知識、基本ステップ・リズム練習など	Romi (山口 宏美) Grupo SOU AZUL 主宰	20 名	5/7
7月4日(土)					6/7
7月18日(土)					7/7

令和8年度 浜町公民館事業計画

(6月18日～9月23日)

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー】

○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・中央公民館・若松児童ホーム・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20日(土)	10:00 ～12:00	おやこでシネマ (中央公民館との共催事業)	瀧澤篤朗	50名	2/12
7月11日(土)	14:30 ～16:00	夏まつり	若松児童ホーム	未定	3/12
8月1日(土)	10:00 ～12:00	かんたんかがく実験	鈴木裕子	20名	4/12
8月20日(木)	10:00 ～11:30	モルック体験	湊町地区スポーツ推進委員	30名	5/12

【親子で中国料理教室】

○ねらい：親子で中国の家庭料理(水餃子)を学び、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
7月29日(水)	10:30 ～13:30	中国の家庭料理(水餃子)作り	船橋市国際交流員	親子8組	1/1

《成人》

【基礎から学ぶ！健康マージャン】

○ねらい：成人を対象に健康マージャンを学ぶとともに、参加者同士の交流を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月22日(月)	9:30 ～11:30	初めて牌を触る方を対象に基礎から健康マージャンを学ぶ	日本健康麻将協会推薦講師	32名	1/1

【浜町カレッジ】

○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。

(協働：南部地区生涯学習コーディネーター)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7 月 15 日(水)	13:30 ～15:00	プリザーブドフラワーを 使って自立する花束アレ ンジメント	鈴木裕子	16 名	1/5
9 月 16 日(水)		写真と映像で見る 船橋の 昭和の上映	郷土資料館職員		2/5

【レジンでアクセサリ・キーホルダークラフト教室】

○ねらい：船橋の海についての学習の機会を提供するとともに、令和 9 年度千葉県開催の全国高等学校
総合体育大会(インターハイ)の PR を図る。(共催：生涯スポーツ課高校総体運営室)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7 月 18 日(土)	10:00 ～12:00	高校生による、東京湾の マイクロプラスチックと レジンを使った工作	千葉県立小金高 等学校生徒	30 名	1/1

【デジタルデバイド対策事業】

○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	定 員	備考
8 月 25 日(火)	10:00 ～12:00	触っておぼえる！スマホ の基本と LINE 体験	ソフトバンク (株)	16 名	1/3

《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づくりを図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7 月 14 日(火)	13:30 ～15:00	港町船橋の漁業（水産物） について	農水産課職員	120 名	3/10
9 月 8 日(火)		ゆるやかよさこいストレ ッチ	健康運動指導士 渡辺美奈子		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：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月10日(金)	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	50名	4/12
8月14日(金)					5/12
9月11日(金)					6/12

《その他》

【夏休み 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6日(木)	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	30名	1/4
8月13日(木)					2/4
8月20日(木)					3/4
8月27日(木)					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
6月23日(火)	10:00 ～11:30	ロイヤルベビーマッサージ、足形アート	地域ボランティア他	0歳児の親子 15組30名	3/12
7月28日(火)		親子ストレッチ&保健師相談会			4/12
8月25日(火)		ベビードダンス&抱っこ紐調整			5/12
9月15日(火)		未定			6/12

【どんぐり広場】

○ねらい：1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30日(木)	10:00 ～11:30	ハワイアンリトミック	地域ボランティア他	1歳児の 親子 12組24名	1/3

令和8年度宮本公民館事業計画

(6月18日～9月23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
7月5日(日)	10:00 ～14:00	お化け屋敷	宮本児童ホーム職員	—	3/11
7月30日(木)	13:30 ～15:00	DNAを見てみよう!	かずさDNA研究所職員	24名	4/11
8月6日(木)	10:00 ～11:30	夏休み子ども環境教室	アースドクターふなばし	20名	5/11
9月19日(土)	10:00 ～11:30	軽スポーツを楽しもう!	宮本地区青少年相談員	30名	6/11

【一輪車教室】

○ねらい:初心者を対象とし、一輪車の習得を通して地域児童のふれあいと交流を図る。

(共催:宮本児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
6月20日(土)	10:00 ～11:50	一輪車を習得しながら交流を図る	船橋市一輪車協会 幸田義郎	20名	1/2
6月21日(日)					2/2

【親子の料理教室】

○ねらい:親子で学校の給食について学び、作ることで食育への理解を深める。(共催:保健体育課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
8月5日(水)	10:30 ～13:30	家庭でできる学校給食を作る	市保健体育課職員	12組	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
--------	-----	-----	-----	----	----

7月15日(水)	13:30	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	3/10
9月16日(水)	～15:00	昔の生活はこうだった!?	市郷土資料館 学芸員		4/10

【総合型介護予防講座】

○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23日(火)	13:30 ～15:30	介護予防についての講話 介護状態を予防するための体操や 脳トレ等	株式会社第一興商 健康運動指導士・栄養士	30名	1/5
6月30日(火)					2/5
7月7日(火)					3/5
7月14日(火)					4/5
7月21日(火)					5/5

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室(宮本公民館)】

○ねらい: 体操をとと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。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
8月17日(月)	10:00 ～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	ふなばしシルバーリハビリ体 操指導士	60名	4/8

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい: 体操をとと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
6月23日(火)	10:00 ～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	ふなばしシルバーリハビリ体 操指導士	60名	3/12
7月28日(火)					4/12
8月25日(火)					5/12

【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
7 月 8 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	—	4/12
8 月 12 日(水)					5/12
9 月 9 日(水)					6/12

《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
7 月 18 日(土)	14:00 ～16:00	アルパとハーブによるデュオコンサート	小野華那子(アルパ) 邊見美帆子(ハーブ)	300 名	1/1

【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	定員	備考
8 月 21 日(金)	9:00 ～18:00	各 1 時間／合計 20 コマ (時間は利用開始時間／各組 10 名まで)	10 組	
8 月 22 日(土)	9:00 ～18:00		10 組	

【乳幼児親子わくわくタイム】

○ねらい: 乳幼児の親子でコミュニケーションを図るとともに、わくわくできるような機会を提供する。

(共催: 宮本児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
7 月 15 日(水)	10:00 ～10:45	ちびっこ縁日	宮本児童ホーム職員	40 組	1/3
	11:00 ～11:45			40 組	

【学社連携事業】

○ねらい: 市場小学校の5年生とその保護者を対象に、生命について学び考える学習の機会とする。

(共催: 市場小学校)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
9 月 17 日(木)	13:30	家庭教育支援事業	助産師	-名	1/1

	～15:30	生と性の健康講座	鶴岡利江子、野本朋子		
--	--------	----------	------------	--	--

【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
9 月 13 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	—	全 11 回

【みやもとほんの森】

○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
7 月 毎週(水)(土)	14:00 ～16:00	図書の貸出、返却	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: 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 8 年度 海神公民館事業計画

(6 月 18 日～9 月 23 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
7 月 23 日 (木)	10:00 ～11:30	夏休み工作スペシャル バズーカ砲、くるくるシャ ボン玉	船橋市レクリエ ーション協会	30 人	3/10
8 月 1 日 (土)	10:00 ～11:30	ラダーゲッター体験	レクリエーショ ンコーディネー ター	20 組	4/10
9 月 19 日 (土)	10:00 ～12:00	親子料理洋室 手作りパン	菊池成美 (料理 研究家)	12 組	5/10

【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	定 員	備 考
7 月 29 日 (水)	10 : 00 ～12 : 00	陶芸教室	海神陶芸団体連 絡協議会	18 名	1/2
8 月 8 日 (土)					2/2

《成 人》

【多文化共生】

○ねらい：料理講座によって他国の文化や生活習慣の違いを知ることによって多文化共生への理解を促し、国際的な視野を育む。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
7 月 22 日 (木)	10 : 30 ～13:30	中国料理講座 西安風バーガーを作ろう！	市国際交流員	12 名	1/1

【家庭教育セミナー】

○ねらい：親子でふれあいながら、きれいな日本の文化を育むことを目的とし、家庭教育に関心をもってもらう。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
8 月 23 日 (日)	10 : 00 ～12:00	【整理編】親子で体験「わける」楽しさ	丸 マイ (整理収納アドバイザー)	親 子 10 組	1 / 3
9 月 5 日 (土)	10 : 00 ～12:00	【収納編】使いやすい仕組み作り	丸 マイ (整理収納アドバイザー)	親 子 10 組	2 / 3

【ナイトヨガ】

○ねらい： 日中忙しく活動している人を対象に、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支援する。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
8 月 28 日 (金)	18 : 30 ～19 : 45	リフレッシュヨガ	境井 奈巳 (ヨガ講師)	30 名	1 / 4
9 月 4 日 (金)					2 / 4
9 月 11 日 (金)					3 / 4
9 月 18 日 (金)					4 / 4

《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
7 月 15 日 (水)	13 : 30 ～15 : 00	世界遺産講座	西脇英子 (世界遺産アカデミー認定講師)	140 名	3/10
9 月 16 日 (水)		ばか面おどり体験講座	船橋ばか面おどり海神友の会		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「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
7 月 13 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	4 / 12
8 月 10 日(月)					5 / 12
9 月 14 日(月)					6 / 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 18 日(木)	10 : 00 ～11 : 30	唇・舌・声帯を鍛え嚥下の 強化と体操	株式会社第一興商 運動指導員	30 名	3 / 5
6 月 25 日(木)		ロコモチェック・筋力アッ プトレーニングと体操			4 / 5
7 月 2 日(木)		姿勢と歩行チェック・ボー ルを使った体操			5 / 5

《その他》

【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
7 月 4 日(土)	13 : 00 ～16 : 00	自由に卓球を楽しむ	社会教育関係団体 さざんかクラブ	誰でも	4 / 11
8 月 1 日(土)			社会教育関係団体 ゆうゆうクラブ		5 / 11
9 月 5 日(土)			社会教育関係団体 ぶどう卓球クラブ		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
7 月 14 日 (火)	9 : 00 ～15:00	・ 定期総会 ・ 庭の除草作業	—	12 名	2 / 5