

令和4年度東部公民館事業計画

令和4年6月9日～9月21日

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：“地域の子供は、地域で育てる”を目標に、地域の団体やサークル等の協力を得ながら、子供たちがスポーツや文化活動などに親しむ場を提供し、地域の子供たちの交流を図る。

(共催：青少年課、前原児童ホーム)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|------------------|---------------------|-----|------|
| 6月18日(土) | 10:00～11:30 | 軽スポーツフェア | 前原地区スポーツ推進委員会 | 100 | 2/12 |
| 7月16日(土) | 13:30～15:30 | 工作と昔あそび、絵本の読み聞かせ | あそびを伝える会「はらっば」 | 30 | 3/12 |
| 7月23日(土) | 10:00～15:15 | 前原商店～夏まつり～ | 前原児童ホーム職員 | 80 | 4/12 |
| 9月17日(土) | 10:00～16:00 | デイキャンプ | 船橋市青少年相談員 東部ブロック | 50 | 5/12 |

《成 人》

【子育てサロン「アイアイ」】

○ねらい：子育て支援事業の一環として、生後4ヵ月～1歳前後の乳幼児を子育て中の親を対象に、子供とのふれあい、子育てのアドバイスや子育ての相談等の場を提供することにより、親子同士の友達作りや子育ての不安解消を図る。(共催：地域保健課、前原児童ホーム、前原地区社会福祉協議会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|-----------|-----------------|-----|-----|
| 7月14日(木) | 10:20～11:30 | リラックス・ヨーガ | ヨガ療法士 木下 百合枝 | 30組 | 2/6 |
| 9月8日(木) | | | | | 3/6 |

【子育てサロン「ランラン」】

○ねらい：子育て支援事業の一環として、1歳から3歳程度の幼児を子育て中の親を対象に、子供とのふれあい、子育てのアドバイスや子育ての相談等の場を提供することにより、親子同士の友達作りや子育ての不安解消を図る。(共催：地域保健課、前原児童ホーム、前原地区社会福祉協議会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|---------|-------------|-------------|------------------------|-----|-----|
| 6月9日(木) | 10:20～11:30 | 親子で楽しむリトミック | リトミックインストラクター 安田 洋子 | 30組 | 1/5 |
| 8月4日(木) | | 親子でヨガ体操 | ヨガ指導者 渡辺 美奈子 | | 2/5 |

【子育て支援事業「親子交流講座」】

○ねらい：子育て支援事業の一環として、親子を対象にリトミックや絵本の読み聞かせを実施することで、親子のふれあいの大切さを学ぶとともに、親子のコミュニケーションの活発化を図る。

(共催：前原児童ホーム)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|---|--------------|-------|------|-----|
| 6月28日(火) | 10:00～10:20 10:35～10:55 11:10～11:30 | 絵本の読み聞かせを楽しむ | 荒木 陽子 | 各10組 | 3/7 |

【心も体も喜ぶ体にやさしい健康体操教室】

○ねらい：健康の保持・増進のため、定期的に運動することにより運動習慣を身につけ、併せて、地域での生きがいづくりを見出すための支援をすることを目的とする。(共催：前原地区社会福祉協議会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|---------------------------|------------|-------------------------------|-----|-------|
| 6月25日(土) | 9:15～10:15 10:30～11:30 | 体にやさしい健康体操 | 千葉障がい者スポーツ 指導者協議会 中島 一郎 | 各35 | 5/23 |
| 7月9日(土) | | | | | 6/23 |
| 7月16日(土) | | | | | 7/23 |
| 8月6日(土) | | | | | 8/23 |
| 8月20日(土) | | | | | 9/23 |
| 9月10日(土) | | | | | 10/23 |

【初めてのスマホ体験「かんたん入門編」】

○ねらい：スマホやタブレットなどの活用方法を学び、より有効な活用を知ることによって充実した生活を送ることができるよう支援する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|------------|----------|------------------------|-----|-----|
| 9月13日(火) | 9:45～11:45 | スマホの基本操作 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 20 | 2/3 |

【初めてのスマホ体験「やさしい基本編」】

○ねらい：スマホやタブレットなどの活用方法を学び、より有効な活用を知ることによって充実した生活を送ることができるよう支援する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|------------|---------------|------------------------|-----|-----|
| 6月13日(月) | 9:45～11:45 | スマホの基本操作、便利機能 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 20 | 1/5 |
| 6月20日(月) | | | | | 2/5 |

【はじめてのスマホ体験「スマホの基本とLINE体験」】

○ねらい：スマホやタブレットなどの活用方法を学び、より有効な活用を知ることによって充実した生活を送ることができるよう支援する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|------------|------------------|------------------------|-----|-----|
| 7月12日(火) | 9:45~11:45 | スマホの便利機能、LINE 体験 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 20 | 2/3 |

【はじめてのオンライン体験「Zoom 入門編」】

○ねらい：スマホやタブレットなどの活用方法を学び、より有効な活用を知ることによって充実した生活を送ることができるよう支援する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|------------|--------------|------------------------|-----|-----|
| 7月19日(火) | 9:45~11:45 | ゲスト参加での操作方法等 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 10 | 2/3 |

【初対面でも楽しく話せる 雑談力養成講座】

○ねらい：学生や社会人が仕事や生活上為になる知識や技能を学びきっかけをつくる。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------|--------------|---------------------|-----|-----|
| 9月4日(日) | 10:00~11:30 | 楽しく会話するコツを学ぶ | フリーアナウンサー 鈴木 久美子 | 20 | 1/3 |
| 9月11日(日) | | | | | 2/3 |
| 9月18日(日) | | | | | 3/3 |

【日本伝統芸能 浄瑠璃（義太夫）の魅力にふれよう】

○ねらい：浄瑠璃（義太夫）について学習し体験することで、理解を深め、身近なものとして楽しんでもらうとともに日本伝統芸能の振興を図る。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------|-----------------|-------------------|-----|-----|
| 9月7日(水) | 14:00~15:30 | 浄瑠璃（義太夫）についての学習 | 義太夫演奏家 竹本 信乃太夫 | 12 | 1/3 |
| 9月14日(水) | | | | | 2/3 |
| 9月21日(水) | | | | | 3/3 |

《高齢者》

【福寿大学】

○ねらい：高齢者に学習機会を提供することで、地域社会で高齢者自らが積極的な生きがいを求め、地域社会への参加を促すことを目的とする。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------|-------------|-------------------|-----|------|
| 6月16日(木) | 13:00~14:30 | 交通安全と防犯講話 | 警察官・市民安全推進課 職員 | 100 | 2/10 |
| 7月21日(木) | | 音楽 | 富永 麻弥子ほか | | 3/10 |
| 9月15日(木) | | 国際交流（タイの文化） | 船橋市国際親善の会 | | 4/10 |

【介護予防教室】

○ねらい：地域の高齢者を対象に認知症予防に有効な生活習慣の知識を持つとともに、そのような生活習慣を身につけることで、認知症の予防または発症時期を遅らせ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 |
|----------|-------------|-----------------------|------------------|-----|-----|
| 6月14日(火) | 10:00~11:30 | 口腔講話、転倒予防体操、全身ストレッチ | (株)ティップネス 指導員 | 20 | 2/5 |
| 6月21日(火) | | 認知症講話、筋力アップ運動、脳トレ | | | 3/5 |
| 6月28日(火) | | 栄養改善講話、リズム運動、手指体操 | | | 4/5 |
| 7月5日(火) | | お口の体操、全身ストレッチ、筋力アップ運動 | | | 5/5 |

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：65歳以上の市民に対し、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の場を提供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29日(金) | 9:50~10:30 11:00~11:40 | シルバーリハビリ体操 | ふなばしシルバーリハビリ体操指導士 | 各 30 | 2/6 |

《その他》

【社会教育関係団体研修会】

○ねらい：社会教育関係団体の望ましいあり方をテーマに研修し、地域との関係と深める活動について理解を図る。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|--------------|-------|-----|-----|
| 6月11日(土) | 13:30~14:30 | 社会教育関係団体のあり方 | 公民館職員 | 100 | 1/1 |

【親子で楽しむおはなし会】

○ねらい：絵本の読み聞かせなどを通して、本の楽しさを伝えるとともに、子供の感受性や創造性を育む。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|--------------|---------------------|--------|-----|
| 6月23日(木) | 10:30~11:00 | 絵本の読み聞かせ、手遊び | 社会教育関係団体 おはなしパフェ | 各 10 組 | 1/5 |
| 8月25日(木) | | | | | 2/5 |

【家族で楽しく！iPadではじめてのプログラミング体験「アプリを作ろう」】

○ねらい：小学生がプログラミングを体験しながら、論理的思考力を身に付ける。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|------------|----------|------------------------|------|-----|
| 8月19日(金) | 9:45~11:45 | アプリ作り、発表 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 10 組 | 1/1 |

【卓球開放】

○ねらい：卓球台の開放事業を通して、地域住民の交流と健康増進を図る。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|-------|-----|-----|------|
| 6月12日(日) | 15:00~18:00 | 卓球の開放 | — | 各30 | 3/12 |
| 7月24日(日) | | | | | 4/12 |
| 8月14日(日) | | | | | 5/12 |
| 9月11日(日) | | | | | 6/12 |

【子ども日本語教室】

○ねらい：国際社会の中で市内在住の外国人児童生徒が学校生活・地域社会に参加できる程度の日本語の習得と、また公民館活動のボランティアとして活躍できるように支援していく。併せて船橋市における草の根交流の地域の拠点となるように努める。（原則として毎週土曜日）（共催：国際交流課）

| 月 | 時 間 | 日 |
|----|------------|-------------------|
| 6月 | 9:00~12:00 | 11日、25日 |
| 7月 | | 2日、9日、16日、23日、30日 |
| 9月 | | 3日、10日、17日 |

令和4年度三田公民館事業計画

令和4年6月9日～9月21日

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい: 地域の子どもは地域で育てるという観点から、地域の団体や町会、サークル等の協力を得ながら子ども達がスポーツや文化活動などに親しむ機会を作り、社会性や協調性を養う場とする。

(共催：青少年課)

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------|----------------------|------------------------|-----|------|
| 6月18日(土) | 13:00～14:30 | 軽スポーツ楽しく遊ぼう!①(室内雪合戦) | 三田習地区スポーツ推進委員会 | 40 | 3/13 |
| 7月16日(土) | 9:45～11:30 | 夏のお楽しみ会 | 三田習地区青少年相談員 三山児童ホーム | 60 | 4/13 |
| 7月23日(土) | 10:00～11:30 | 夏休み! 子どものための映画とお楽しみ会 | 親と子の平和のための映画会 | 30 | 5/13 |
| 8月5日(金) | 13:00～15:00 | アナウンサー体験 | テレビ朝日 | 30 | 6/13 |
| 9月17日(土) | 13:00～14:30 | 軽スポーツ楽しく遊ぼう!② | 三田習地区スポーツ推進委員会 | 30 | 7/13 |

《成人》

【世界を知ろう!～世界遺産の魅力～】

○ねらい: コロナ禍の中、世界の様々な遺産の魅力を知ること、旅行をしたような気持ちを感じてもらう。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------|-------------|----------------------|-----|-----|
| 7月7日(木) | 10:00～11:30 | 世界遺産の魅力について | 世界遺産検定マイスター 片岡 英夫 | 20 | 1/2 |
| 7月13日(水) | | | | | 2/2 |

【スマホ活用講座 (LINE)】

○ねらい: スマホの基本操作やコミュニケーションアプリであるLINEを学び、スマホをより上手に使いこなせるようにする。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|------------|-------------------------------|------------------------|-----|-----|
| 9月15日(木) | 9:45～11:30 | 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) スマホアドバイザー | 20 | 1/1 |

【ヨガ教室】

○ねらい：コロナ禍においても健康な生活が送れるように、身体づくりを図れる事業を提供する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|---|-------|-----|-----|
| 6月11日(土) | 10:00~11:30 | 【Relax】—リラックスを知る— ☆ヨガの基本的な考え方と身体の観察 ☆基本的な流れを掴む ☆呼吸と合わせて全身ストレッチ&リラックス | 大屋 陽向 | 20 | 1/3 |
| 6月25日(土) | 10:00~11:30 | 【Detox (detoxification)】—滞りをなくして流れの良い身体を目指す— ☆大きく身体を動かし変化を知る ☆背中の中の動きの秘密を知る | | 20 | 2/3 |
| 7月2日(土) | 10:00~11:30 | 【Core】—自分の軸をつくっていく— ☆身体を中心にしなやかに体勢を変えられるようにする ☆ヨガを日常生活に取り込んでいく方法の見つけ方 | | 20 | 3/3 |

《高齢者》

【三田寿大学】

○ねらい：高齢者の交流と健康・教養の向上を図り、生きがいのある豊かな生活を送るための一助とする。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|------------|----------------------|-----|------|
| 6月9日(木) | 13:30~15:00 | 消費者講座 | 消費生活センター職員 | 70 | 2/10 |
| 7月14日(木) | 13:30~15:00 | 交通安全教室 | 市民安全推進課職員 船橋東警察署員 | 70 | 3/10 |
| 9月8日(木) | 13:30~15:00 | 地球温暖化とSDGs | アースドクター ふなばし | 70 | 4/10 |

【シニアスマホ入門講座】

○ねらい：高齢者を対象にスマホの使い方を学び、周囲とのつながりを維持して孤立しないことを目指す。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|------------|----------------------------------|------------------------|------|-----|
| 6月16日(木) | 9:45~11:30 | はじめてのスマホ体験 「シニア向けスマホで 超入門」 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 各 20 | 1/2 |
| 7月27日(水) | | | | | 2/2 |

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：体操を通じて、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 |
|----------|---------------------------|------------|------------|------|-----|
| 6月21日(火) | 9:50~10:30 11:00~11:40 | シルバーリハビリ体操 | 健康づくり課職員 他 | 各 30 | 2/4 |
| 8月16日(火) | | | | | 3/4 |

《その他》

【おひさまクラブ】

○ねらい：子育て支援事業の一環として、生後3か月から2歳までの子どもとその親を対象に、育児にかかりきりで孤立しがちな親同士の情報交換を図るなどして交流を深める場とする。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|----------|---------------|-----|-----|
| 6月15日(水) | 10:00~11:00 | ベビーマッサージ | 助産師 黒坂 あゆみ | 20 | 1/4 |
| 7月6日(水) | 10:00~11:00 | 親子ビクス | 東部保健センター | 20 | 2/4 |

【土曜卓球開放】

○ねらい：個人やグループで卓球を楽しみながら、健康増進、相互の親睦を図る。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|---------|-------------|----------|-----|------|------|
| 7月2日(土) | 12:00~14:45 | 卓球台の一般開放 | — | 各 20 | 4/12 |
| 8月6日(土) | | | | | 5/12 |
| 9月3日(土) | | | | | 6/12 |

令和4年度習志野台公民館事業計画

令和4年6月9日～9月21日

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：地域の子供は地域で育てるという観点から、地域の団体や町会・自治会、学校と連携を図りながら、ハッピーサタデー事業を通じて、子供たちにスポーツや文化活動などに親しんでもらうことを目的とする

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------------|-----------------------|---------------------------|------|------|
| 6月11日(土) | ① 9:00 ② 10:30 | 段ボールで作る キャタピラー車対抗戦 | ボーイスカウト 船橋第14団 | 各12組 | 2/12 |
| 7月9日(土) | 11:00 ～12:00 | マリンバコンサート | 習志野台地区青少年の環境を 良くする市民の会 | 80 | 3/12 |
| 8月4日(木) | 10:00 ～11:45 | 子ども映画鑑賞会 | 習志野台児童ホーム(共催) | 40 | 4/12 |
| 9月10日(土) | 10:00 ～12:00 | チョーク画 | 谷口 真吾 | 15 | 5/12 |

【夏休み子ども将棋教室】

○ねらい：将棋によって集中力、判断力を身に着ける。また、仲間づくりの場とし、将棋解放と合同で将棋サークル化を目指す。

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-----------------|---------------------|----------------------|-----|-----|
| 7月29日(金) | 10:00 ～11:10 | 駒の動かし方、作法の学習、 対局 | 日本将棋連盟将棋指導員 齋藤 久男 | 20 | 1/3 |
| 8月3日(水) | | | | | 2/3 |
| 8月5日(金) | | | | | 3/3 |

【夏休み子どもポスター教室】

○ねらい：夏休み課題のポスター制作の助力とする。

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-----------------|--------------|-------------------|-----|-----|
| 7月27日(水) | 10:00 ～11:30 | 夏休み課題のポスター制作 | アトリエキムラ 木村 千比呂 | 15 | 1/3 |
| 7月28日(木) | | | | | 2/3 |
| 8月4日(木) | | | | | 3/3 |

【夏休み読書感想文講座】

○ねらい：読書感想文の作成をとおり、自分で考える力を育み、国語力を高める。(共催:東図書館)

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|---------|-----------------|--------------------|-----|-----|-----|
| 8月1日(月) | 10:00 ～15:10 | 夏休み課題の読書感想文を 作成 | 未定 | 20 | 1/1 |

【夏休みエコ教室】

○ねらい：地球温暖化の問題点を知り、省エネの大切さを知る。(共催：習志野台児童ホーム)

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|----------------|---------------|-----------------|-----|-----|
| 8月18日(木) | 9:30 ～11:10 | 地球温暖化のお話、工作など | アースドクター ふなばし | 15 | 1/1 |

《成 人》

【家庭教育セミナー】

○ねらい：子育てに悩む親の負担を軽減するために、乳幼児期の子どもと親のコミュニケーションが楽しく身につく、仲間作りにもなるような講座とする。(共催：習志野台児童ホーム)

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|--------------------------------------|---|------------------------------|------|-----|
| 6月30日(木) | ①10:00 ～10:30 ②11:00 ～11:30 | ママリフレッシュ☆親子フィットネス 対象：生後3か月以上の乳幼児と保護者 会場：習志野台児童ホーム | ベビービクス インストラクター 渡辺 美奈子 | 各10組 | 2/4 |
| 9月13日(火) | ①10:00 ～10:30 ②11:00 ～11:30 | こども想いのくつえらび 対象：0歳～未就学児と保護者(小学生の親のみの参加も可) 会場：習志野台児童ホーム | くつえらびマイスター 馬場 美保 | 各7組 | 3/4 |

【習志野台第一小学校 PTA 家庭教育セミナー】

○ねらい：親が子供を正しく導くうえでの知識、態度等を習得し、心豊かな家庭生活の充実を図る。(共催：習志野台第一小学校 PTA)

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|--------|----|-----|-----|-----|-----|
| 月 日() | ～ | 未定 | 未定 | 未定 | 1/3 |

《高齢者》

【習志野台寿大学】

○ねらい：高齢者の学習と親睦交流の機会とし、心身の健康づくりを応援する。

| 月 日() | 時間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-----------------|-------------|----------------------|-----|-----|
| 6月9日(木) | 13:30 ～15:00 | 交通安全・防犯講話 | 市民安全推進課 船橋東警察署 | 80 | 2/9 |
| 7月14日(木) | | 講談・無声映画・紙芝居 | 講談師・無声映画弁士 石上 瑠美子 | | 3/9 |
| 9月8日(木) | | お口の話 | 船橋市歯科医師会 | | 4/9 |

【はじめてのスマホ体験】

○ねらい：スマホやタブレットなどの活用方法を学び、より有効な活用を知ることによって充実した生活を送ることができるよう支援する。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-----------------|------------------|------------------------|-----|-----|
| 6月15日(水) | 14:00 ～16:00 | やさしい基本編(シニア向スマホ) | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 20 | 2/3 |

【ハッピーサロン】

○ねらい：高齢者の情報交換やふれあいを深めるための場を地域に作り、高齢者が孤独に陥らず繋がりを保てるようにする。
(共催：福祉団体フキのとう)

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-----------------|------------|-----------|------|-------|
| 6月20日(月) | 12:00 ～14:00 | 高齢者のふれあい広場 | 福祉団体フキのとう | 自由参加 | 6/21 |
| 7月4日(月) | | | | | 7/21 |
| 8月1日(月) | | | | | 8/21 |
| 8月15日(月) | | | | | 9/21 |
| 9月5日(月) | | | | | 10/21 |

【ふなばしシルバーリハビリ体操】

○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継続的に行うことにより、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 |
|----------|-----------------|----------------|--------------------------------|-----|-----|
| 6月24日(金) | 12:50 ～14:40 | ふなばしシルバーリハビリ体操 | 健康づくり課保健師 ふなばしシルバーリハビリ体操指導士 | 30 | 2/6 |
| 8月26日(金) | | | | | 3/6 |

【習老協支援事業】

○ねらい：地域老人クラブの活動を支援することにより、地域高齢者の生きがいを推進する。
(共催：習志野台公民館区老人クラブ連絡協議会)

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-----------------|---------------|-------|-----|------|
| 6月17日(金) | 12:00 ～16:00 | 第6回ペタンク大会 | クラブ会員 | 未定 | 3/13 |
| 7月1日(金) | 12:00 ～16:00 | 第11回ワナゲ大会 | クラブ会員 | 未定 | 4/13 |
| 8月15日(月) | 12:00 ～16:00 | 第12回ダーツ大会 | クラブ会員 | 未定 | 5/13 |
| 9月3日(土) | 12:00 ～16:00 | 第39回文化祭・芸能交歓会 | — | 未定 | 6/13 |
| 9月4日(日) | 10:00 ～15:50 | | | | 7/13 |

《その他》

【おもちゃの病院】

○ねらい：子供たちに、おもちゃの修理を通し、物を大事にする心を養う。

(共催：ふなばし「おもちゃ病院」)

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|---------|-----------------|---------------------|--------|------|------|
| 7月2日(土) | 10:00 ～12:00 | 壊れたおもちゃを原則無償 で修理 | おもちゃ病院 | 自由参加 | 4/12 |
| 8月6日(土) | | | | | 5/12 |
| 9月3日(土) | | | | | 6/12 |

【将棋開放】

○ねらい：小学生から高齢者まで将棋を通じて地域住民の交流を図る。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|--------|-----------------------|-----|-------|
| 6月10日(金) | 15:00 ～17:00 | フリー対局他 | NPO 法人えんだい将棋 齋藤 久男 | 10 | 5/22 |
| 6月24日(金) | | | | | 6/22 |
| 7月8日(金) | | | | | 7/22 |
| 7月22日(金) | | | | | 8/22 |
| 8月12日(金) | | | | | 9/22 |
| 8月26日(金) | | | | | 10/22 |
| 9月9日(金) | | | | | 11/22 |

【卓球開放】

○ねらい：卓球をする場を提供することにより、地域住民の交流と健康の増進を図る。

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|------|-----|-----|------|
| 6月19日(日) | 12:00 ～15:00 | 卓球開放 | — | 20 | 3/11 |
| 7月17日(日) | | | | | 4/11 |
| 8月21日(日) | | | | | 5/11 |

【子育てサロン】

○ねらい：未就学園児の親子を対象に、育児相談を受けるとともに、子育てに関する情報交換等、交流の場を提供する。

(共催：習志野台地区社会福祉協議会)

| 月 日() | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|-----|-----|------|-----|
| 6月15日(水) | 10:00 ～11:30 | 未定 | — | 自由参加 | 1/7 |
| 7月20日(水) | | | | | 2/7 |
| 8月17日(水) | | | | | 3/7 |

令和4年度飯山満公民館事業計画

令和4年6月9日～9月21日

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：文化・スポーツを体験する集団活動を実施して、青少年の居場所づくりを地域ぐるみで推進する。
(共催：青少年課)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|-----------------------|---------------------------|-----|------|
| 6月11日(土) | 13:30 ～15:30 | ボーイスカウト流キャンプ 術&ゲーム | ボーイスカウト 船橋第9団 | 20 | 2/10 |
| 7月9日(土) | 13:30 ～15:30 | パラスポーツ | スポーツと健康を推進する会 東部コミュニティ | 20 | 3/10 |
| 8月4日(木) | 10:00 ～11:30 | 卓球教室 | 社会教育関係団体 はざま卓球クラブ | 28 | 4/10 |
| 9月3日(土) | 10:00 ～11:30 | プラバン教室 | 青少年相談員 | 20 | 5/10 |

【iPadで学ぶプログラミング教室】

○ねらい：小学校のプログラミング授業必修化に伴い、学習することで順序だてて考え、試行錯誤しながら物事を解決する力を養う。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|----------------|----------------|------------------------|-----|-----|
| 7月27日(水) | 9:45 ～11:45 | iPadでプログラミング教室 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 10 | 1/1 |

【夏休み宿題応援企画 理科実験教室】

○ねらい：学習機会を提供することで、学校、地域、家庭の連携をはかり、地域の教育力の向上を目指す。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|----------------|------------------------|---------------------|-----|-----|
| 7月28日(木) | 9:30 ～11:30 | 高校理科部のお知恵拝借！ 理科実験教室 | 船橋東高等学校 理科部顧問・生徒 | 20 | 1/1 |

《成人》

【知らない私を見つけよう！】

○ねらい：3回それぞれその道のプロを招き、自分に合う趣味・味・色の見つけ方を伝授。大人が学習する場と機会を提供する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|----------------------------|-----------------|-----|-----|
| 6月15日(水) | 13:30 ～15:30 | パーソナルカラーセミナーで 私色を見つけよう！ | 日本カラーコーディネーター協会 | 20 | 3/3 |

【デジタルデバイド対策講座 かんたん入門編】

○ねらい：スマホの使い方を学び、より有効な活用方法を知ることによって充実した生活を送ることができるよう支援する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|----------------|---------|-------------------------|-----|-----|
| 6月20日(月) | 9:30 ～11:30 | かんたん入門編 | ソフトバンク (株) スマホアドバイザー | 20 | 2/5 |

【大人だって地震はこわい！大人の起震車体験&防災食試食会】

○ねらい：災害に対する懸念が強い地域のため、地域の防災意識を高める。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|--------------------|-----------------|-----|-----|
| 6月30日(木) | 10:00 ～11:30 | 防災講座 起震車&防災食試食会 | 船橋東消防署 危機管理課 | 30 | 1/1 |

【家バルのススメ】

○ねらい：各種お酒に合わせた安価で美味しいおつまみ作りをプロのシェフに習う。この企画により公民館を知らない世代を呼び込みことと利用率の低い実習室を使用することもねらいとする。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|--------------------------------|------------------|------|-----|
| 7月2日(土) | 15:30 ～17:30 | プロのシェフにお酒に合うおつまみの作り方を習う。「ビール編」 | 元ホテルシェフ 小川 昭明 | 各 24 | 1/2 |
| 7月16日(土) | | プロのシェフにお酒に合うおつまみの作り方を習う。「ワイン編」 | | | 2/2 |

《高年齢者》

【飯山満寿大学】

○ねらい：高齢者が自分らしくそれぞれの生きがいを持ち、住み慣れた地域で健やかに暮らし続けられるよう交流・学習の場を提供し、地域社会への参加を促す。

(協力：飯山満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 |
|----------|-----------------|-------------------------------|------------------------|-----|------|
| 6月16日(木) | 13:30 ～15:00 | 教養講座 「鎌倉殿の13人」 | 著述家・歴史研究家 熊谷 充晃 | 90 | 2/10 |
| 7月21日(木) | | 健康講座 「健康とは？健康になる歩き方」 | 前原おひさま整骨院 院長 渡辺 高士郎 | | 3/10 |
| 9月15日(木) | | 国際交流講座 「ミャンマーについて、もっと知ろう！」 | 生涯学習コーディネーター 押手 敬夫 | | 4/10 |

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：体操を通じて、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 |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|

| | | | | | |
|---------|-------------------------------------|------------|-----------------------|------|-----|
| 8月1日(月) | ①9:50 ～10:30 ②11:00 ～11:40 | シルバーリハビリ体操 | ふなばしシルバーリハビリ 体操指導士 | 各 25 | 3/6 |
|---------|-------------------------------------|------------|-----------------------|------|-----|

【総合型介護予防事業 すこやか健康教室】

○ねらい：介護予防に有効な生活習慣の知識を持つとともに、そのような生活習慣を身につけることで要介護状態になることを予防する。
(共催：健康づくり課)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|-----------|-----------------------|-----|-----|
| 6月14日(火) | 13:30 ～15:30 | 関節運動、転倒予防 | 東京体育機器(株) インストラクター | 30 | 1/5 |
| 6月21日(火) | | 脳トレ、肩こり予防 | | | 2/5 |
| 6月28日(火) | | 口腔ケア、膝痛予防 | | | 3/5 |
| 7月5日(火) | | 簡単筋トレ | | | 4/5 |
| 7月12日(火) | | 食事、腰痛予防 | | | 5/5 |

【シルバー男性料理教室】

○ねらい：男性にも手軽に出来る家庭料理を学び、参加者同士の交流を図る。

(共催：二宮・飯山満地区社会福祉協議会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|----------------|--|-------|------|-----|
| 6月17日(金) | 9:30 ～12:00 | アスパラの豚肉ロール じゃが芋のカレー粉炒め ほうれん草のおひたし 飾り切りの練習 | 林 美智子 | 各 12 | 2/6 |
| 7月15日(金) | | 家庭料理の講習会 (献立 未定) | | | 3/6 |
| 9月16日(金) | | 家庭料理の講習会 (献立 未定) | | | 4/6 |

《その他》

【ゆびとま子育てサロン】

○ねらい：「輝く子育て女性、この指とまれ」をスローガンに、幼児と母親を対象として子育てについての相談や学習を実施する。

(共催：二宮・飯山満地区社会福祉協議会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|-----|-------------|-----|-----|
| 6月13日(月) | 10:00 ～11:30 | 食育 | 東部保健センター栄養士 | 20組 | 2/9 |

| | | | | | |
|----------|--|------------------|-------------------|--|-----|
| 7月11日(月) | | 交流会 | — | | 3/9 |
| 8月8日(月) | | リトミック・英語の絵本読み聞かせ | リトミック指導者 浅野 聡子 | | 4/9 |
| 9月12日(月) | | 交流会 | — | | 5/9 |

【はさまミニコンサート】

○ねらい：地域の人が気軽に参加できる音楽鑑賞の場として、ミニコンサートを開催する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 出 演 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-----------------|----------------|-----------------------------------|------|-----|
| 8月21日(日) | 13:00 ～14:00 | オーケストラによるコンサート | 社会教育関係団体 アウローラ・ウィンド・ オーケストラ | 各 60 | 1/1 |
| | 15:30 ～16:30 | | | | |

令和4年度薬円台公民館事業計画

令和4年6月9日～9月21日

《青少年》

【ハッピーサタデー推進事業】

○ねらい：地域の大人たちの協力を得ながら、子供たち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ことを目的とする。

(共催：青少年課)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|----------------------------|---------------------|--------------------------|------|------|
| 6月18日(土) | 13:00～14:30 | ボッチャにチャレンジ! | 船橋障がい者スポーツ協会 | 20 | 1/11 |
| 7月26日(火) | 13:40～15:00 15:30～16:50 | 子ども和太鼓教室 | 社会教育関係団体 船橋芝六太鼓 | 各 20 | 2/11 |
| 7月30日(土) | 13:00～14:30 | 南極体験学習 | NEC ネットエスアイ (株) 南極くらぶ | 30 | 3/11 |
| 8月5日(金) | 10:00～15:30 | 夏のおたのしみ会 | 児童ホーム・公民館職員 | 未定 | 4/11 |
| 8月31日(水) | 10:30～11:30 | 映画会 | 児童ホーム・公民館職員 | 50 | 5/11 |
| 9月17日(土) | 10:00～11:30 | 子どもエコ教室 地球温暖化の話他 | アースドクター ふなばし | 30 | 6/11 |

【学社連携事業 クラブ活動支援事業】

○ねらい：地域全体で学校を支援する活動の一環として、社会教育関係団体が小学校のクラブ活動の時間に講師となり、児童を指導することによって学校支援と地域社会づくりに寄与する。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|----------------|--------------------|-----|-----|
| 6月22日(水) | 15:00～16:00 | 薬円台小学校太鼓クラブの指導 | 社会教育関係団体 船橋芝六太鼓 | 16 | 1/6 |

《成人》

【やくえんだい楽学講座】

○ねらい：企画委員により企画・実施し、生活情報の交換と交流の場とし、地域への理解と絆を深める。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|--------------------|-----------------------------|-----|-----|
| 7月8日(金) | 10:00～11:30 | 開講式／源平争乱と鎌倉幕府の成立 | 歴史と文化の研究所 代表取締役 渡邊 大門 | 25 | 1/4 |
| 7月15日(金) | | 落花生のいろは～Q なっつ誕生物語～ | 千葉県農林総合研究センター落花生研究室 | | 2/4 |
| 7月22日(金) | | 賢く活かそう東洋医学 | 薬剤師・ことほぎ健康塾 主宰 長島 寿恵 | | 3/4 |

| | | | | | |
|----------|--|-------------------|--------------------|--|-----|
| 7月29日(金) | | 閉講式／組み立てから始めるマリンバ | マリンバ奏者 宮野下 シリュウ | | 4/4 |
|----------|--|-------------------|--------------------|--|-----|

【薬円台ふれあいコンサート】

○ねらい：地域の音楽愛好者で実行委員会を組織し、身近な地域で気軽に、音楽を楽しめる機会を提供し、地域の音楽文化向上の一助とする。
(共催：やくえんだいコンサート実行委員会)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|--------------|-------------|---|-----|-----|
| 9月10日(土) | 14:00 ~15:30 | フルートとピアノの演奏 | フルート・オカリナ 陣内 幸恵、若林 花琳 ピアノ 坂本 美香子 | 50 | 1/1 |

【スマートフォン講習会】

○ねらい：デジタルデバイド対策として、スマートフォンを持っていてもあまり活用していない方向けに、基本操作や普及率の高いLINEを体験することでアプリ活用のきっかけを作る。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|------------|---------------|------------------------|-----|-----|
| 8月22日(月) | 9:30~11:30 | スマホの基本とLINE体験 | ソフトバンク(株) スマホアドバイザー | 10 | 1/1 |

《高齢者》

【やくえんだい福寿大学】

○ねらい：企画委員がプログラムの内容を企画して実施する。高齢者が健康で、いきいきとした毎日を送るために、生活・健康・文化・環境など様々な分野について学ぶ機会を作るとともに、仲間作りの場とする。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|-------------|--------------|-----------------|-----|-----|
| 6月21日(火) | 13:00~14:30 | やさしい仏像のはなし | 木原 律子 | 80 | 2/9 |
| 7月19日(火) | | 家族信託・成年後見を学ぶ | 京葉行政書士・FP 合同事務所 | | 3/9 |
| 9月20日(火) | | 無声映画を楽しもう | 弁士・朗読 石上 瑠美子 | | 4/9 |

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：市民相互の支えあいにより健康寿命の延伸を目的に、シルバーリハビリ体操推進事業をさらに普及啓発するために、公民館と共催で年間を通して定期的実施する。(共催：健康づくり課)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備考 |
|----------|----------------------------|-------------------|---------------------|------|-----|
| 8月22日(月) | 12:50~13:30 14:00~14:40 | ふなばしシルバーリハビリ体操の体験 | ふなばしシルバーリハビリ体操初級指導士 | 各 30 | 2/5 |

《その他》

【やくえんだい軽スポーツフェア】

○ねらい：軽スポーツをとおして、青少年の健全育成と地域の生涯スポーツの振興を図る。また、青少年を中心とした世代間交流を図る。

(共催：薬園台地区町会自治会連絡協議会・薬園台地区スポーツ推進委員・薬園台児童ホーム)

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|------------|---------------------------------|---------------------------------|------|-----|
| 6月12日(日) | 9:30~12:30 | グラウンドゴルフ・ペタンク・だるま落とし・ストラックアウト 他 | スポーツ推進委員 青少年相談員 児童ホーム職員 他 | 自由参加 | 1/1 |

【カンガルーぼっけ】

○ねらい：少子化社会に対応するため、地域の子育て支援をとおして子育てしやすい地域づくりをめざす。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|----------|-------------|----------|-----------------------------------|-----|-----|
| 6月13日(月) | 10:00~11:30 | ベビーマッサージ | RTA 認定講師 豊城 いづみ 保育ボランティア | 各7組 | 3/9 |
| 7月11日(月) | | おひるねアート | おひるねアートきいろ代表 新藤 ゆか 保育ボランティア | | 4/9 |
| 9月12日(月) | | 親子で遊ぶ集い | 保育ボランティア | | 5/9 |

【地域緑化支援事業】

○ねらい：地域の緑化推進を支援することで、潤いのある地域づくりの一助とする。

| 月 日 () | 時 間 | 内 容 | 講 師 | 定 員 | 備 考 |
|---------|-----|-------------|---------|-----|-----|
| 6月~9月 | 早朝 | 薬園台駅前花壇等の管理 | 薬園台花楽の会 | — | — |