

西部公民館事業計画（4月1日～6月15日）

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：小学生を中心とした地域の子供たちの居場所づくり、スポーツやあそびをベースとした総合学習を目的に、月1回開催する。基本的に自由参加とするプログラムを実施する。

（共催：青少年課、本中山児童ホーム）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月21日 (土)	10:00～12:00	スポーツ雪合戦	青少年相談員	40	1/11
6月11日 (土)	10:00～11:30	手づくりおもちゃ教室	あそびの文化祭	10	2/11

《成人》

【きらきらセミナー】

○ねらい：生活課題や教養に関する学習への取り組みについて、生涯学習コーディネーター連絡協議会と作成した学習プログラムの下、豊かな見識と心を養うとともに参加者の交流を図る。

（共催：船橋市生涯学習コーディネーター連絡協議会西部ブロック）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月21日 (木)	10:00～12:00	元気に見えるマスクの色と 毎日の着こなし	メイクセラピスト カラーリスト 佐藤 義子	25	1/4
4月28日 (木)		スマホ(デジカメ)で写真を 楽しく撮るコツ	フォトグラファー 山崎 明子		2/4
5月12日 (木)	10:00～11:30	かんたんヨガでリフレッシュ！	ヨガインストラクター 田邊 麻子		3/4
5月19日 (木)	10:00～12:00	新緑の庭園を楽しもう	公民館職員		4/4

【楽しい！安心！簡単！楽しく体験しよう！メルカリ教室】

○ねらい：SDGsを広めリユースを促進を図るため、メルカリのシステムを楽しく学び、出品体験をする。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月2日 (木)	①10:00～12:00 ②13:30～15:30	スマートフォンでメルカリ アプリを使って出品体験	株式会社メルカリ 認定講師	各回 15	1/1

《高齢者》

【西部寿大学】

○ねらい：高齢者が心身共に健康で、生きがいのある生活を送るための学習・交流の場とする。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月11日 (水)	10:00～11:30	交通安全教室・防犯講和	船橋警察	80	1/10
6月8日 (水)		水害について ～逃げ遅れないために！～	船橋 SL ネット ワーク		2/10

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：高齢者の健康維持に向けて市が普及促進を図ることを目的として開催する。

(共催：健康づくり課)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月18日 (水)	① 9:50～10:30 ② 11:00～11:40	リラックス体操・筋トレ体操	健康づくり課 職員、シルバー リハビリ体操 初級指導士	各回 30	1/6

《その他》

【本はともだち】

○ねらい：本を通して子と保護者が楽しいひとときを分かち合い、ふれあう機会を提供することで、幼少
期の子供が健やかに育つための環境づくりの一助とする。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月28日 (木)	10:30～11:30	絵本の読み聞かせ、工作	西部公民館 社会教育関係団体 かえる文庫	10組	1/11
5月26日 (木)					2/11

【西部子育てサロン】

○ねらい：少子化・核家族化が進んだ結果、子育てに対しての不安や悩みを持つ保護者が増えており様々
な諸問題が生じている。保護者が集い、交流・相談の場を設けることで、不安や悩みを解消する
場とする。

(共催：本中山地区社会福祉協議会)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月17日 (火)	10:30～12:00	遊びと工作	クラフト作家 小宮 要	20組	1/10

【おもちゃの病院】

○ねらい：壊れたおもちゃの修理をとおり、子供たちに物を大切にすることを養ってもらう。

(共催：ふなばし「おもちゃの病院」)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月16日 (土)	10:00~12:00	壊れたおもちゃの修理 (原則無料)	ふなばし「おも ちゃの病院」	20	1/12
5月21日 (土)					2/12

【館報の発行】

○ねらい：地域住民に対して公民館活動の情報を提供し、広報活動として実施する。

月 日	時 間	内 容	配布先	部 数	備 考
5月中旬	—	事業案内他	本中山、二子地 区	9,500	1/4

法典公民館事業計画（4月1日～6月15日）

《青少年》

【絵本の読み聞かせ】

○ねらい：絵本や紙芝居の読み聞かせを通して、乳幼児親子から児童まで、本を身近に親しみ、読書の楽しさを伝え、子供の創造力や心を育む機会とする。（共催：法典おはなしの広場）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月9日 (土)	10:30～11:00	手遊び・絵本の読み聞かせ お話し	法典公民館社会教育 関係団体 法典おはなしの 広場	15	1/11
5月14日 (土)					2/11
6月11日 (土)					3/11

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：小学生を対象に、子供たちの休日の居場所づくりと、スポーツや自然体験等を通じた青少年の健全育成を図る。（共催：青少年課）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月28日 (土)	未定	未定	法典地区子ども 会連絡協議会	未定	1/10

《成人》

【歴史講座】

○ねらい：人々の関心の高い歴史上の人物を取り上げ、人物像から歴史的知識を深める

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月8日 (水)	10:00～11:30	講義「開府から頼朝死去まで」	船橋市生涯学習イン ストラクターの会 鈴木 睦男	24	1/2

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：高齢になってもいきいきとした生活が続けられるためには、日常生活の中で、運動機能の低下や生活習慣病の発症の予防に取り組むことが重要なことから、この体操を通じて健康づくりと介護予防に取り組むことを目的とする。（共催：健康づくり課）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月18日 (月)	① 12:00～ 13:30 ② 14:00～ 14:40	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	1/6

【法典寿大学】

○ねらい：「いつも元気で健やかに」をテーマに、健康講座を始め様々な学習を行い、高齢者の健康維持、仲間づくりを図る。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月12日 (木)	10:00～11:30	開講式・「健康講話～いつまでも元気に過ごす」	接骨師 奥山 昇	70	1/10
6月9日 (木)	10:00～11:30	「睡眠」と「健康」の知恵袋講座	明治安田生命 元気プロジェクト	70	2/10

《その他》

【子育て支援講座(ぼんぽこ広場)】

○ねらい：子育てボランティアと共に、法典地区在住の0歳児親子を対象に、保護者同士のコミュニケーションを図りながら、親子のふれあい遊びや情報交換など、子育てについて学習する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月26日 (木)	10:00～11:30	ベビーマッサージ	助産師 松田 洋子	15	1/5

【館報の発行】

○ねらい：地域住民に対して広く公民館活動の情報提供を行う。

月 日	時 間	内 容	配布先	部 数	備 考
未定	—	令和4年度事業紹介 他	法典地区	13,000	1/3

丸山公民館事業計画（4月1日～6月15日）

《青少年》

【まるやまおはなし会】

○ねらい：乳幼児期、児童の成長期に絵本等の読み聞かせをとおして、本に親しんでもらうことで、感性を豊かにし、想像力や語彙力を育む機会とする。

（共催：丸山公民館社会教育関係団体丸山おはなしの会）

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月16日(土)	13:30～14:00	おはなし・絵本・紙芝居	丸山おはなしの会	20	1/11
5月21日(土)					2/11

《成人一般》

【睡眠と健康の知恵袋講座】

○ねらい：誰もが必要であり、1日のうちの多くの時間を過ごす「睡眠」に注目し、自分の健康に目を向けるきっかけとする。また、質のよい睡眠について学ぶことで、参加者の健康が向上することを期待する。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月13日(月)	13:00～14:30	睡眠について正しい知識を知る	明治安田生命保険相互会社	15	1/1

《高齢者》

【丸山さわやか学級】

○ねらい：男女を問わず、高齢者を対象に健康・文学等の講座や生活一般の幅広い学習の場を提供する。また、年間を通して学習することにより学級生同士の仲間づくりの一助とする。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月11日(水)	9:30～11:30	講演 「ジェンダー平等を考えよう」	弁護士 宮腰直子	各 70	1/9
5月20日(金)					
6月8日(水)	9:30～10:30	健康体操 「ふなばしシルバーリハビリ体操」	健康づくり課職員	各 70	2/9

【ふなばしシルバーリハビリ体操】

○ねらい：シルバーリハビリ体操指導士が高齢者を中心とした方々に対し、健康体操を指導することで、健康増進や参加者同士の交流を図る。

（共催：健康づくり課）

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

5月2日(水)	9:50~10:30	誰でも参加出来る、継続出来る健康体操	シルバーリハビリ 体操指導士	各 25	1/6
	11:00~11:40				

《その他》

【出張子育て支援センター】

○ねらい：子育て支援の需要度が高いことから、近隣に子育て支援施設が少ない地域に子育て支援センターの出張事業として、親子が気軽に集えて専門職による講座・相談が受けられる交流の場を提供する。

(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21日(木)	10:00~11:30	「栄養士の何でも相談」 など	南本町子育て支 援センター職員	10組	1/4

【丸山公民館巡回児童ホーム】

○ねらい：児童ホームのない地域への児童ホーム機能提供、乳幼児を持つ親及び小学生に対し、児童ホームの周知を目的とする。また、公民館施設の活用により、地域のコミュニティの推進を図る。

(共催：塚田児童ホーム)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月19日(木)	10:00~11:30	0・1歳ぽかぽか広場	船橋市児童ホー ム職員	20組	1/8
	15:00~16:30	小学生わくわくタイム		40	

【ボランティア団体等の活動内容の紹介】

○ねらい：丸山公民館登録サークルや、丸山公民館管区に所在するボランティア団体の活動を展示により紹介することで、地域住民をサークル活動やボランティア活動へ促すことにつなげる。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月	—	作品展示 (水墨画)	—	—	1/12
5月	—	作品展示 (写真)	—	—	2/12
6月	—	作品展示 (未定)	—	—	3/12

【館報の発行】

○ねらい：地域住民に対して広く公民館活動の情報提供を行う。

月 日 ()	時 間	内 容	配布先	部 数	備 考
5月	—	令和4年度公民館主催事業 他	丸山・馬込地 区	7,200	1/4

塚田公民館事業計画（4月1日～6月15日）

《青少年》

【こどもおはなし会】

○ねらい：絵本・紙芝居の読み聞かせを通して、幼児期における情操の発展と読書活動の推進を図る。

（共催：つかだおはなし会）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
4月9日 (土)	14:00～14:30	絵本の読み聞かせと紙芝居	社会教育関係団体 つかだおはなし会	5組	1/20
4月23日 (土)					2/20
5月14日 (土)					3/20
5月28日 (土)					4/20
6月11日 (土)					5/20

《成人》

【子育て支援 ひよこ広場】

○ねらい：子育て支援事業の一環として、幼児を持つ母親・父親が安心して交流できる場と、子育ての学習機会を提供することにより、親同士の友だち作りや子育ての不安解消を図る。（共催：塚田地区社会福祉協議会）

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
5月10日 (火)	11:00～11:40	わらべうた遊び	子ども劇場	15組	1/12
6月7日 (火)	10:00～11:30	ベビーヨガ	佐藤 幸		2/12

【ウイークエンド リラックスヨガ】

○ねらい：ストレスフルな社会において、心身のバランスと身体のしなやかさをもたらすヨガの体験で週末リラックスできる場を提供する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月4日 (土)	19:00～20:00	ヨガの体験	ヨガインストラクター MACHIKO	12	1/3
6月11日 (土)					2/3

【手づくりワークショップ】

○ねらい：暮らしのなかで様々なかたちで手作りできるものにチャレンジし、制作過程で学んだことを今後の生活に生かす。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月27日 (水)	10:00~12:00	マクラメタペストリー製 作	マクラメ作家 Huali Beads	12	1/1

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：リハビリテーション医が考案したシルバーリハビリ体操で健康づくり、介護予防、生活の質の維持向上、健康寿命の延伸を目的とする。

(共催：健康づくり課)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月5日 (火)	①12:50~13:30 ②14:00~14:40	シルバーリハビリ体操	健康づくり課職員 ふなばしシルバー リハビリ体操初級 指導士	各回 25	1/6
6月7日 (火)					2/6

【塚田元気クラブ】

○ねらい：レクゲームやダンス、遊びを交えながらの健康体操で介護予防、健康維持増進を図り、地域の高齢者がより豊かな日常生活が送れるようになることを目的とする。

(共催：特定非営利活動法人船橋市レクリエーション協会)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
4月12日 (火)	10:00~11:30	レクゲーム、健康体操	特定非営利活動法 人船橋市レクリエ ーション協会	20	1/24
4月26日 (火)					2/24
5月10日 (火)					3/24
5月24日 (火)					4/24
6月14日 (火)					5/24

【脳いきいき健康講座】

○ねらい：65歳以上の市民を対象に簡単な脳トレ等で、脳の活性化を図るとともに認知症予防について学習する。

(共催：健康づくり課)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月15日 (水)	10:00~11:30	認知症予防（講義） 柔軟体操・ストレッチ・チ ェア体操（運動）	コナミスポーツ 株式会社	20	1/5

【塚田寿大学】

○ねらい：高齢者が健康で生きがいのある社会生活を送ることが出来るように、現代社会に対応し、か
つ身近な課題の学習機会を提供するとともに、参加者相互の親睦を図る。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
5月17日 (火)	13:30~15:00	交通安全教室と防犯講話	船橋警察署 警察官	80	1/9

《その他》

【卓球台開放】

○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
4月7日 (木)	19:00~20:30	卓球台の個人開放	—	自由参加	1/23
4月21日 (木)					2/23
5月19日 (木)					3/23
6月2日 (木)					4/23

【館報つかだの発行】

○ねらい：地域住民に対して広く公民館活動の情報提供を行う。

月 日	時 間	内 容	配布先	部 数	備考
5月中旬	—	令和4年度事業紹介 他	塚田地区	10,000	1/3

葛飾公民館事業計画（4月1日～6月15日）

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー】

○ねらい：毎月1回土曜日に地域関係諸団体の協力の下、子供たちがスポーツや文化に親しむとともに、豊かで健全な精神を培う日として「ふなばしハッピーサタデー」を開催する。

共催：青少年課・西船児童ホーム

月日	時間	内容	講師	定員	備考
5月7日 (土)	10:00～11:30	母の日の秘密のプレゼント づくり	クラフト作家 小宮 要	15	1/9

《成人》

【子育て支援事業「すまいる広場」】

○ねらい：0歳児の子を持つ保護者を対象に保護者同士の情報交換等の交流や仲間づくりの場を提供し、子育ての不安解消の一助とする。

月日	時間	内容	講師	定員	備考
5月25日 (水)	10:30～11:30	ベビーマッサージ	日本タッチケア協会指 導者 本間 敏子	15組	1/3

【こちら仏像情報局（初級仏像講座）】

○ねらい：西部地区生涯学習コーディネーターとの協働で、鎌倉殿の13人にちなみ源頼朝と古都鎌倉を中心とした仏像について初歩から学び歴史への関心を高める。

月日	時間	内容	講師	定員	備考
6月3日 (金)	10:00～12:00	源頼朝と観音信仰	仏像研究家 松井 俊明	20	1/2
6月10日 (金)		源義経と世界遺産他			2/2

【デジタルデバイド対策事業①】

○ねらい：スマートフォンの基本とLINEについて学ぶ機会を提供する。

月日	時間	内容	講師	定員	備考
5月19日 (木)	10:00～12:00	スマホの基本とLINE体験	ソフトバンク(株)	20	1/1

【デジタルデバイド対策事業②】

○ねらい：これからスマートフォンを始める方対象に基礎から学べる機会を提供する。

月日	時間	内容	講師	定員	備考
5月26日 (木)	10:00～12:00	かんたん入門編	ソフトバンク(株)	20	1/1

【デジタルデバイド対策事業③】

○ねらい：iPad を利用した ZOOM ミーティングの参加方法などについて体験をとおして学ぶ機会を提供する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月2日 (木)	10:00~12:00	ZOOM 入門編	ソフトバンク(株)	10	1/1

《高齢者》

【かつしか寿大学】

○ねらい：高齢者が健康で生きがいのある生活を送るため、身近な課題等に関する学習と合わせて受講者相互の交流、親睦を図る。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月17日 (火)	10:00~11:30	お気楽ストレッチ	健康運動指導士 織田 広	70	1/3

【シルバーリハビリ体操】

○ねらい：市民が早期から健康及び介護予防に関する意識を高め、互いに支えあって健やかで心豊かに生活するために身体機能の維持及び向上を図ることを通じて、健康寿命を延伸し、生活の質の向上を図る。

共催：健康づくり課

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
5月10日 (火)	①9:50~ ②11:00~	シルバーリハビリ体操	シルバーリハビリ 体操指導士	各 25	1/4

【一般介護予防事業「楽しく認知症予防」】

○ねらい：地域住民の65歳以上を対象とする。認知症予防に有効な生活習慣についての知識やエクササイズを楽しみながら身につける。

共催：健康づくり課

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
6月2日 (木)	13:30~15:00	認知症予防についてのお話 認知予防運動他	東京体育機器(株) 介護予防運動指導員	30	1/4

《その他》

【社会教育関係団体説明会】

○ねらい：葛飾公民館の利用団体を対象に社会教育関係団体報告書類についての説明をするとともに、大規模改修工事についての説明会を開催し理解を図る。

月 日	時 間	内 容	定 員	備 考
4月21日 (木)	10:00~11:00	社会教育関係団体報告書の記入説明および大規模改修工事の説明	60	1/1

【館報の発行】

○ねらい：地域住民に対して公民館活動の情報を提供し、広報活動として実施する。

月 日	時 間	内 容	配布先	部 数	備考
5 月	—	登録団体一覧等	西船・印内地区 他	15,000	1/2