

西部公民館事業計画（12月15日～3月31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、原則月1回開催する。
(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
1月14日 (土)	10:00～11:30	こども忍者道場	船橋レクリエーション協会	30	11/13
2月12日 (日)	10:00～12:00	バレンタイン(仮)	青少年相談員 連絡協議会 西部ブロック	40	12/13
3月4日 (土)	10:00～15:00	未定	未定	未定	13/13

《成人》

【わくわくセミナー「大丈夫？私たちの地球～知るところから始めよう！水、ごみ、気象」】

○ねらい：SDGsをテーマに、普段の生活に身近な「水」「ごみ」「気象」について学ぶことによって、教養の幅を広げるとともに、参加者同士の交流を図る。

(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
12月15日 (木)	10:00～11:30	気候変動の現状～一人ひとりにできることはきっとある～	日本防災士会 青山久子	50	3/3

【新春！成田山新勝寺の歴史と御朱印めぐり】

○ねらい：歴史について学び、実際にその地を訪れることによって、より知識を深め、同時に参加者同士の交流を深める。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月13日 (金)	10:00～11:30	座学(成田山新勝寺の歴史)	まなび船橋 鈴木睦男	20	1/2
1月20日 (金)	9:30～11:30	散策(成田山新勝寺)	まなび船橋 川下文男		2/2

【ココロとカラダを整えよう～音楽療法を体験してみませんか？】

○ねらい：日頃体験する機会の少ない音楽療法を体験し、心と体をリフレッシュしてもらう。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月29日 (日)	13:30～15:00	リトミック、歌・演奏鑑賞等	日本音楽療法学会 認定音楽療法士 江島佑佳	15	1/1

【第一印象が勝負！ビジネスにもプライベートにもすぐに役立つ

コミュニケーション講座～新年度に向けて～

○ねらい：コミュニケーション・話し方等について学ぶことによって、ビジネスでも使える技術を学び直してもらうことを目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月25日 (土)	10:00～11:30	ビジネスでもプライベートでも使える話し方講座	フリーアナウンサー 鈴木久美子	16	1/2
3月11日 (土)					2/2

《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
1月11日 (水)	10:00～11:30	落語	三遊亭円福	80	8/10
2月8日 (水)		拍手ヨガダンスとセルフケア養生	日本拍手ヨガダンス協会 依田いづみ		9/10
3月8日 (水)		オンライン工場見学	千葉県ヤクルト販売(株)		10/10

【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
1月18日 (水)	① 9:50～10:30	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	5/6
3月15日 (水)	②11:00～11:40				6/6

【元気応援講座】

○ねらい：地域の高齢者を対象として、認知症予防に有効な生活習慣の知識を持つとともに、実践す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
1月24日 (火)	14:00~16:00	リラックス体操・関節運動・ 簡単筋トレ体操 他	東京体育機器 (株)	30	1/5
1月31日 (火)					2/5
2月7日 (火)					3/5
2月14日 (火)					4/5
2月21日 (火)					5/5

《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
12月22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	8/11
1月26日 (木)					9/11
2月16日 (木)					10/11
3月23日 (木)					11/11

【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
1月17日 (火)	10:30~12:00	遊びと工作	小宮要	20組	8/10
2月14日 (火)		家庭で作るおやつ	本中山地区社協 ボランティア		9/10
3月7日 (火)		ピラティス	インストラクター 藍智美		10/10

【家庭教育セミナー】

○ねらい：保護者等が、親子の心豊かなふれあいを求めて、家庭で子供の教育を行うのに必要な心がまえや、子供の育て方、教育上の留意点など家庭教育上の共通の問題点について学習する機会を提供する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月5日 (日)	13:30~15:00	性の話～子供への性の伝え方～	JASH 日本性の健康協会	-	3/3

【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作る心を養ってもらう。

(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
12月17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	9/12
1月21日 (土)					10/12
2月18日 (土)					11/12
3月18日 (土)					12/12

【おやこクリスマスコンサート】

○ねらい：乳幼児親子や小学生を対象とし、普段聴く機会の少ないマリンバの生の演奏を楽しみ味わってもらう。

(共催：本中山児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	出演者	定員	備 考
12月17日 (土)	10:30~11:10	マリンバの演奏	マリンバ奏者 宮野下シリユウ	35組	1/1

【展示・活動報告会】

○ねらい：各団体の日々の活動の周知の場とするとともに、会員募集の一助とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
12月~2月	-	ロビーにて各団体の作品及び活動写真の展示	-	-	1/1

【地域ふれあいコンサート（トランペットで奏でる『シネマ・ジャズ』）】

○ねらい：ふなばし音楽フェスティバルの趣旨に則り、公民館管区の音楽環境醸成に寄与するためコンサートを開催する。

(共催：おぐりはら地域ふれあいコンサート実行委員会)

月 日()	時 間	内 容	出演者	定 員	備 考
2月18日 (土)	14:00~15:30	トランペット&ピアノによる演奏	トランペット 野津道夫 ピアノ 松尾佳奈	80名	1/1

【子どもフェスティバル】

○ねらい：地域の子供たちが、様々な文化活動・交流・体験等をとおして成長し、豊かな心を育むことを目的とする。
(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
3月4日 (土)	10:00~15:00	展示・発表等	-	-	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
2月下旬	—	事業案内他	本中山、二子地区	9,500	3/3

法典公民館事業計画（12月15日～3月31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とおして、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
1月14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名	10/12
2月4日 (土)				15名	11/12
3月11日 (土)				15名	12/12

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：子供の休日の居場所づくりとして、運動や遊びなどの機会を提供する。（共催：青少年課）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
12月17日 (土)	9:30～13:30	クリスマス会	三法連絡子ども 会	30名	7/9
1月28日 (土)	10:30～11:00	おたのしみゲーム大会	レクリエーション インストラクター 名手良清、 生涯学習コーデ ィネーター	32名	8/9
3月18日 (土)	未定	「こどもわくわく広場」 内容未定	生涯学習コーデ ィネーター他	未定	9/9

《成人》

【法典小学校家庭教育セミナー】

○ねらい：法典小学校父母と教師の会成人教育部が中心となり、本年度はコロナ禍でコミュニケーションが希薄になりがちだからこそ心豊かに過ごすために保護者同士の情報交換、交流の場とする。（共催：法典小学校父母と教師の会）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月24日 (火)	10:00～12:00	講義「私が輝く似合う色(パーソナルカラー)を見つけましょ う」	メイクセラピスト・ カラーリスト 佐藤義子	25名	3/3

《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
12月19日 (月)	① 12:50~13:30	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名	5/6
2月20日 (月)	② 14:00~14:40				6/6

【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
1月12日 (木)	10:00~11:30	介護予防講座	法典地域包括支援センター	70名	8/10
2月9日 (木)		出前講座「公民館周辺の文化財・史跡(展示出張解説)」	郷土資料館		9/10
3月9日 (木)		閉講式・コンサート 内容：未定	未定		10/10

《その他》

【0歳からのクリスマス親子コンサート】

○ねらい：法典地区在住の未就学児の親子が安心して交流できる場と親同士の友達作りや子育ての不安解消を図る。

月 日()	時 間	内 容	出 演	定 員	備 考
12月15日 (木)	10:30~11:30	親子クリスマスコンサート～ピアノ連弾で届ける音楽の贈りもの	ピアノ 内海清佳、菊川夏未	親子 25組	1/1

【子育て支援講座(ぽんぽこ広場)】

○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、母親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
1月26日 (木)	10:00~11:00	冬の感染症予防について	西部保健センター 一保健師	親子 5組	5/5

【救急フェア】

○ねらい：大規模災害等に備え、法典3丁目町会と合同で避難訓練、防災訓練を実施する。

(共催：法典3丁目町会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月12日 (日)	13:00～15:00	避難訓練、地震体験 他	船橋市北消防署	当日自由参加	1/1

【第40回公民館利用協まつり】

○ねらい：法典公民館で活動する社会教育関係団体の活動成果の発表と、団体同士の交流及び地域との交流の場として、利用協まつりを開催する。(共催：法典公民館利用団体連絡協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月17日 (金)	9:00～16:00	利用協設立40周年イベント(福和術&爆笑マジック笑)・作品展示	“ハッピーマウス かず&ひろ”	当日自由参加	1/3
2月18日 (土)	9:00～16:00	地域ふれあいコンサート、サークル体験会、作品展示、 他	—		2/3
2月19日 (日)	9:00～12:00	サークル舞台発表、サークル体験会、作品展示、 他	—		3/3

【ふなばし音楽フェスティバル～地域ふれあいコンサート～】

○ねらい：生演奏を身近に感じ、心豊かな時間を過ごせるよう、ふなばし音楽フェスティバル・地域ふれあいコンサートの一環として、利用協まつりに併せてコンサートを開催する。

(共催：法典地区ふれあいコンサート実行委員会)

月 日()	時 間	内 容	出 演	定 員	備 考
2月18日 (土)	13:30～15:00	尺八&ギター “和洋” 融合の響き	尺八・ギター 弦竹(いとたけ)	80名	1/1

【いらっしやーい！法典公民館】

○ねらい：社会教育関係団体の活動及び会員募集情報を提供する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月18日 (土)	未定	サークル見学・体験	社会教育関係団体	—	1/2
2月19日 (日)	未定				2/2

【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
1月	—	利用協まつり特集号	法典地区	13,200部	3/3

丸山公民館事業計画（12月15日～3月31日）

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】

○ねらい：主に第3土曜日に実施、スポーツや文化などに親しみ、子供たちの健やかな育成を目指すとともに仲間づくりの一助とする。（共催：青少年課）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月14日(土)	10:00～12:00	こどもけん玉教室	けん玉7段 嶋寺 克彰	20名	8/10
2月4日(土)	14:00～15:30	手作りの笛を鳴らしてみよう	くらりか千葉	20名	9/10
3月 日(土)		未定		名	10/10

【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
12月17日(土)	13:30～14:00	おはなし・絵本・ペープサート	丸山おはなしの会	20名	8/11
1月21日(土)	13:30～14:00	おはなし・絵本・パネルシアター			9/11
2月18日(土)	13:30～14:00	おはなし・絵本・紙芝居			10/11
3月18日(土)	13:30～14:00	おはなし・絵本・手袋人形			11/11

【第38回子どものつどい】

○ねらい：地域の人々とともに子供たちに良い文化を提供し、楽しく集える場を設けて、子供たちに「ふるさと意識」を芽生えさせ、地域を明るく「魅力ある街」にしていく。

（共催：子どものつどい実行委員会）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
3月5日(日)	10:00～15:00	作品展示・工作・手作り遊びコーナー ほか	—	—	1/1

《成人》

【ハーブのある暮らし】

○ねらい：日常の暮らしにハーブを取り入れ活用し、健康で心豊かな生活につながるような意識づけをすることを目的とするとともに、参加者相互の交流を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月12日(木)	10:00~12:00	「みつろうラップ」製作	上級ハーブインストラクター 一 關 悦子	24名	1/1
1月26日(木)	10:00~12:00	ハーブとツナのサンドイッチ作り			

【パンを焼く暮らし】

○ねらい：パンを自分で焼くことで、小麦本来のおいしさに気づき、趣味を見つけるきっかけとしてもらう。また、2回講座とすることで、これ以降にパンが好き同士でサークル活動が始まることにも期待するとともに、実習室の利用割合が低いいため、空き部屋の有効活用も目的の1つとする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月14日(土)	9:30~12:00	フォカッチャをつくる	料理研究家 鈴木 裕子	12名	1/2
1月28日(土)	9:30~12:00	カルツォーネをつくる			2/2

【新春 まるやま寄席】

○ねらい：新春を迎え「笑い」により気持ちをリフレッシュし、コロナ渦の環境ストレス発散の一助とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月21日(土)	14:00~16:00	落語	三遊亭 円福 ほか	80名	1/1

【春ほのぼのアフタヌーンコンサート】

○ねらい：ふなばし音楽フェスティバルの一環としてプロの演奏家によるコンサートを開催し、地域住民に良質な音楽に親しむ機会と心豊かな時間を提供するとともに文化芸術の振興を図る。

(共催：ミュージズライブまるやま実行委員会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
2月18日(土)	14:00~16:00	ヴァイオリン・チェロ・ピアノ	ヴァイオリン 米田 李咲 チェロ 長谷川 晶子 ピアノ 降旗 真理子	80名	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
12月16日(金)	9:30~11:30	第1部 出前講座 「在宅医療のはなし」 第2部 マンドリンアンサンブル	第1部 船橋市在宅医療 支援拠点ふなぼ ーと 第2部 マンドリンアン サンブル「ケナ フ」	70名	7/9
2月8日(水)	9:30~11:30	語り 「遠野物語と遠野の昔 話」	語り部 大平 悦子	70名	8/9
2月17日(金)				70名	
3月8日(水)	9:30~11:30	芸術鑑賞 「弦竹演奏会」 尺八とギターの演奏	尺八 金野 鈴道 山城 鈴玲 ギター 柳町 正隆	70名	9/9
3月17日(金)				70名	

【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
1月4日(水)	9:50~10:30	誰でも参加出来て、継続 出来る健康体操	シルバーリハビ リ体操指導士	各25名	5/6
	11:00~11:40				
3月1日(水)	9:50~10:30				
	11:00~11:40				6/6

《その他》

【家族で地産地消を体感！市場ツアーと食育クッキング】

○ねらい：市場に実際に行き、新鮮な食材を見て旬の食材や流通等について学ぶことで、家族みんなで食育について考えるきっかけとなることを目的とする。

また、家族みんなで料理をしながら食の学びを深めることで、家族同士のコミュニケーションにもつなげる。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月7日(土)	8:20～ 9:45	船橋市地方卸売市場の見学	市場職員 イタリア郷土料理 研究家 堀 亮介	6 家族	1/2
1月8日(日)	9:45～ 12:00	旬の食材でイタリアンクッキング	イタリア郷土料理 研究家 堀 亮介		2/2

【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
1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	7/8
	15:00～16:30	小学生わくわくタイム		40名	7/7
2月16日(木)	10:00～11:30	0・1歳ぽかぽか広場		20組	8/8

【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
3月16日(木)	10:15～11:15	遊びとおもちゃの話&手作りおもちゃ	南本町子育て支援センター職員	10組	4/4

【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
12月	—	作品展示(丸山カメラクラブ)	—	—	9/12
1月	—	作品展示(きり絵サークル)	—	—	10/12
2月	—	活動案内(丸山たすけあいの会)	—	—	11/12

3月	—	作品展示（丸山カメラクラブ）	—	—	12/12
----	---	----------------	---	---	-------

【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
12月	—	令和4年度公民館主催事業の案内・報告 他	丸山・馬込地区	7,200	3/4
2月	—	令和4年度公民館主催事業の案内・報告 他	丸山・馬込地区	7,200	4/4

塚田公民館事業計画（12月15日～3月31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
12月24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	20名	15/20
1月14日 （土）					16/20
1月28日 （土）					17/20
2月25日 （土）					18/20
3月11日 （土）					19/20
3月25日 （土）					20/20

【つかだハッピーサタデー】

○ねらい：子供たちが生活文化やスポーツの体験をとおり、豊かな心や健全な精神を養う。

（共催：青少年課）

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
12月23日 （金）	14:00～15:30	クリスマスゲーム大会	特定非営利活動 法人 船橋市レクリエー ション協会	50名	9/12
1月21日 （土）	10:00～11:30	ボッチャの体験	塚田地区スポーツ 推進委員協議会	16名	10/12
2月18日 （土）	10:00～15:00	こどもまつり	青少年相談員 他	—	11/12
3月11日 （土）	10:00～11:30	船橋の小松菜を使った餃子作 り（葛飾公民館との共同事業）	料理研究家 金子光夫	16名	12/12

【春休みおもしろサイエンスクラブ】

○ねらい：身の回りの科学が絡む問題において、小学生が関心を持ちやすいテーマをとりあげ、身近なトピックの中から実験を行い、体験したことをわかちあう。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
3月28日 (火)	10:00~11:00	2つの科学実験	東京理科大学 サイエンスコミュニ ケーション サークル	16名	1/1

【こどもまつり】

○ねらい：地域の子どもたちや親子が集い、様々なプログラムを体験しながら相互に触れ合い、交流する。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月18日 (土)	10:00~15:00	ミニSL乗車体験・工作・ゲーム	青少年相談員 他	—	1/1

《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
1月10日 (火)	10:00~11:30	未定	未定	未定	10/12
2月7日 (火)		ベビーヨガ	佐藤幸	未定	11/12
3月7日 (火)		健康相談	助産師 松田洋子	未定	12/12

【身だしなみ講座】

○ねらい：正しい身だしなみの整え方を知り第一印象の大切さを学ぶ。また、日常の生活に取り入れ、自身の意識向上を目指す。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月6日 (月)	10:00~12:00	自宅で出来るヘアケア	アンベリールボーテ 大嶋絵美	10名	1/2
2月13日 (月)	10:00~12:00	簡単ヘアアレンジ、メイク		10名	2/2

【香りを科学する】

○ねらい：暮らしの中にあふれる好ましい香り、好ましくない香り、生活の香料など、香りの秘密やすばらしさなどについて楽しく学ぶ。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
3月10日 (金)	10:00~12:00	蒸留体験	ハーブ インストラクター	16名	1/2
3月24日 (金)	10:00~12:00	香りの癒し効果	関悦子	16名	2/2

【はじめてのスマホ体験】

○ねらい:スマホの基本操作やLINEアプリ等の活用方法を学び、充実した生活を送れるよう支援する。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月26日 (木)	10:00~12:00	タブレット体験	ソフトバンク 株式会社	10名	2/3
2月9日 (木)	10:00~12:00	やさしい基本編(手話通訳付)		10名	3/3

【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
2月22日 (水)	10:00~12:00	季節の飾り巻きずし作り	飾り巻き寿司マスター インストラクター 黒川麻衣子	12名	3/3

《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
2月7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名	6/6

【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
12月27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名	18/24
1月10日 (火)					19/24
1月24日 (火)					20/24
2月14日 (火)					21/24
2月28日 (火)					22/24
3月14日 (火)					23/24
3月28日 (火)					24/24

【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
12月20日 (火)	13:30~15:00	クリスマスコンサート	船橋ライアー アンサンブル	80名	7/9
1月17日 (火)		「睡眠」と「健康」の 知恵袋	明治安田生命保険 相互会社		8/9
2月21日 (火)		つかだ寄席	落語家 三遊亭鳳志 他		9/9

《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
12月15日 (木)	19:00~20:30	卓球台の個人開放	—	自由参加	15/21
1月5日 (木)					16/21
1月19日 (木)					17/21
2月2日 (木)					18/21

2月16日 (木)					19/21
3月2日 (木)					20/21
3月16日 (木)					21/21

【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
2月1日 (水) 予定	—	事業の案内、報告等	塚田地区	10,000	3/3

葛飾公民館事業計画（12月15日～3月31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・塚田公民館）

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月4日 (土)	9:30～11:00	オリジナルストラップを作ろう	レジンアート講師 鎌倉典子	16名	8/10
2月4日 (土)	13:30～15:00	ハープコンサート	ハープ奏者 本間美貴子	30名×2	9/10
3月11日 (土)	10:00～11:30	船橋の小松菜を使った餃子作り（塚田公民館との共同事業）	料理研究家 金子光夫	16名	10/10

《成 人》

【葛飾公民館本館家庭教育セミナー】

○ねらい：「コロナ禍で疲れ切った身も心も健康になろう」をテーマに、小学生の保護者を対象に、ゆったりと気持ちよく身体を動かし、心身ともにリフレッシュできるヨガを学ぶ。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月18日 (土)	10:00～11:00	はじめてのヨガ講座	ヨガインストラクター 北田由紀子	12名	3/3

【新春招福開運！佐倉の城下町と七福神めぐり】

○ねらい：新春の開運を目的として七福神や御朱印について学習し、佐倉の城下町を散策することでより深い知識の習得を図る。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月19日 (木)	10:00～12:00	佐倉の城下町、七福神、御朱印についての座学	まなび船橋 川下文男	20名	1/2
1月26日 (木)	9:30～12:30	佐倉の各所の散策	鈴木睦男		2/2

【おもしろ雑学講座】

○ねらい：西部地区生涯学習コーディネーターとの協働で、今後の趣味にもつながる初心者向けペーパークラフトの学習。併せて参加者同士の交流、親睦を図る。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
3月 3日 (金)	10:00～12:00	大人のペーパークラフト	ペーパークラフト作家 藤田育夫	20名	1/1

《高齢者》

【シニア足育講座】

○ねらい：シューフィッターを講師に迎え、足についての正しい知識と自分にあった靴の選び方、履き方と歩き方を学ぶ。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月 17日 (金)	13:00～14:30	足についての正しい知識と靴の履き方についての学習	一般社団法人 足と靴と健康協議会	25名	1/1

《その他》

【葛の葉らいぶ】

○ねらい：葛飾公民館の小ホール的な機能を有する講堂の活用を推進、文化芸術活動の振興を図るため音楽会等を開催し、地域に暮らす人々に精神的な豊かさや感動、市民のコミュニケーションを活性化、活力を与えるなど、潤いある市民生活の一助とする。なお、実施にあたっては地域ボランティア有志で組織する葛の葉らいぶ実行委員会と協働してこれにあたるものとする。

(共催：葛の葉らいぶボランティア実行委員会)

月 日 ()	時 間	内 容	出 演	定 員	備 考
3月 4日 (土)	14:00～16:00	素敵なスクリーンミュージック～音楽で贈るあなたへの物語～	尺八演奏家 岩田卓也 他	105名	2/2