

## 西部公民館事業計画(4月1日～6月14日)

### 《青少年》

#### 【ハッピーサタデー事業】(全10回)

○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
5月21日(日)	10:00～12:00	スポーツ雪合戦	青少年相談員連絡協議会	40
6月3日(土)	10:00～11:50	こども忍者道場	船橋市レクリエーション協会	30

### 《成人》

#### 【きらきらセミナー「注目! 冷凍食品と麴の魅力」】(全2回)

○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
5月18日(木)	13:00～15:00	楽チン!冷凍のワザとそれを使った簡単レシピ(講演)	食生活サポーター協議会前会長 高橋真知子	20
6月1日(木)		発酵の力～塩麴・しょう油麴づくりのワークショップ～	発酵料理研究家 矢路川結子	

#### 【社会教育関係団体研修会】(全1回)

○ねらい：西部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する。また、登録に係る説明を併せて行う。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月22日(土)	10:00～10:30	社会教育関係団体としての在り方について、登録申請書の書き方について	公民館職員	-

### 《高齢者》

#### 【西部寿大学】(全10回)

○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
5月10日(水)	10:00～11:30	熱中症の話	市川壮一郎	80
6月14日(水)		交通安全教室・防犯講話	船橋警察署	

### 【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】（全11回）

○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
5月17日(水)	10:00～11:00	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	50

### 《その他》

#### 【本はともだち】（全11回）

○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
4月27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	20
5月25日(木)				

#### 【西部子育てサロン】（全12回）

○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
4月18日(火)	10:30～12:00	遊びと工作	クラフト作家 小宮要	40
5月16日(火)		ミニ運動会	本中山地区社会福祉協議会 ボランティア	

#### 【おもちゃの病院】（全12回）

○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
4月15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」	-
5月20日(土)				

#### 【館報の発行】（全3回）

○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
--------	-----	-----	-----	-----

5 月	-	事業案内他	本中山・二子地区	9,500
-----	---	-------	----------	-------

## 法典公民館事業計画（4月1日～6月14日）

### 《青少年》

#### 【絵本の読み聞かせ】（全12回）

○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
4月8日(土)	10:30～11:00	手遊び・絵本の読み聞かせ お話し ほか	社会教育関係団体 法典おはなしの広場	自由参加
5月13日(土)				
6月10日(土)				

#### 【ハッピーサタデー事業】（全9回）

○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
5月27日(土)	未定	未定	法典地区子ども会連絡協議会	未定

### 《成人》

#### 【社会教育関係団体説明会】（全1回）

○ねらい：法典公民館登録の社会教育関係団体または、これから登録を考えている方を対象に説明会を開催し、サークル活動の望ましいあり方、公民館を利用する際に気を付けてほしいことやルールの確認をして、登録に係る提出書類について併せて説明を行う。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月12日(水)	13:00～14:00	社会教育関係団体についての説明、登録の方法と提出書類についての説明	公民館職員	-

#### 【超初心者のためのケーナ教室】（全4回）

○ねらい：人生を豊かに過ごすために手軽に始められる楽器ケーナを提案し新たな趣味の発見や仲間づくりを支援する。また本場ケーナ奏者から直接学ぶことにより南米の文化に触れ異文化交流や相互理解を図る。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
5月20日(土)	10:00～11:30	さあ、音を出してみよう(楽器の説明)	ケーナ奏者 セルヒオ・アウカ	20

5月27日(土)		音階(ドレミ…)の練習		
6月3日(土)		高い音、低い音にチャレンジ		
6月10日(土)		簡単な練習曲にチャレンジ		

### 【歴史講座】(全2回)

○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
6月14日(水)	10:00~11:30	未定	船橋市生涯学習インストラクターの会 鈴木睦男	未定

### 《高齢者》

#### 【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】(全6回)

○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
4月17日(月)	13:00~14:00	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	50

#### 【法典寿大学】(全10回)

○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
5月11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	100
6月8日(木)		朗読の世界を楽しもう！	明治安田生命 元気プロジェクト	

#### 【はじめてのスマートフォン教室】(全3回)

○ねらい：60歳以上の市民を対象に日常生活でも簡単にできるスマートフォンの操作を学び、生活向上を図る。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
6月9日(金)	10:00~12:00	スマートフォンの基本操作	ソフトバンク(株)	20

## 《その他》

### 【子育て支援講座(ぽんぽこ広場)】(全5回)

○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
5月25日(木)	10:00～11:00	ベビーマッサージ	助産師 松田洋子	5組

### 【館報「法典公民館だより」の発行】(全3回)

○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
4月	-	令和5年度事業紹介 他	法典地区	未定

## 丸山公民館事業計画(4月1日～6月14日)

### 《青少年》

#### 【ハッピーサタデー事業】(全12回)

○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)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月22日(土)	9:30～14:30	レッツ・プレイ・ピンポン	丸山公民館卓球サークル	—
5月20日(土)	13:00～15:00	スポーツ雪合戦	西部地区青少年相談員	40

#### 【まるやまおはなし会】(全11回)

○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
4月15日(土)	13:30～14:00	えほん・おはなし・ペープサート	丸山おはなしの会	20
5月20日(土)	13:30～14:00	えほん・おはなし・紙芝居		20

### 《成人》

#### 【くらしのキレイ「お洗濯とお掃除」】(全1回)

○ねらい：部屋や衣類をきれいに保つことは心身の健康にもつながることから、日常となっている洗濯や掃除についてエキスパートの技を学ぶことで、より良い生活を実現する。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
6月11日(日)	9:30～11:00	くらしをきれいにする技を学ぶ	花王グループカスタマーマーケティング(株)	40

#### 【社会教育関係団体研修会】(全1回)

○ねらい：丸山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する。また、登録に係る説明を併せて行う。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月26日(水)	10:00～10:30	社会教育関係団体としての在り方について、登録申請書の書き方について	公民館職員	100

## 《高齢者》

### 【さわやか学級】(全9回)

○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
5月19日(金)	9:30~11:30	講演 「昭和・平成・令和を生きて」	千葉経済大学短期大学部 名誉教授 藤本幹子	140
6月7日(水)	9:30~11:30	1部：ふなばしシルバーリハビリ体操	1部：健康づくり課職員	70
6月16日(金)		2部：お口の健康と誤嚥性肺炎について	2部：西部保健センター歯 科衛生士	70

### 【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】(全11回)

○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
5月1日(月)	13:00~14:00	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	40
6月5日(月)	13:00~14:00			

## 《その他》

### 【出張子育て支援センター】(全4回)

○ねらい：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
4月27日(木)	10:15~11:15	栄養士の何でも相談	南本町子育て支援センター 職員	15組

### 【パパママと子どものUV対策講座】(全1回)

○ねらい：これから紫外線が増える季節に、紫外線のことを正しく知り、太陽をたくさん浴びて外で思いっきり遊べるよう大人と子どもそれぞれに合ったUV対策を学ぶ。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
5月13日(土)	13:00~14:30	UV対策を学ぶ	花王グループカスタマー マーケティング(株)	40組

### 【丸山公民館巡回児童ホーム】(全8回)

○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
5月18日(木)	10:00~11:30	0・1・2歳ぽかぽか広場	船橋市児童ホーム職員	20組
	15:00~16:30	小学生わくわくタイム		40

### 【サークル活動内容等の紹介】(全12回)

○ねらい：丸山公民館登録サークルや地域のボランティア団体の活動を展示により紹介することで、サークルへの加入やボランティア活動への参加を促すことにつなげる。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月	-	水墨画の展示	丸山水墨画会	—
5月	-	写真の展示	丸山カメラクラブ	—
6月	-	未定	-	—

### 【館報の発行】(全4回)

○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
5月	-	事業案内・サークル紹介ほか	丸山・馬込地区	7,000

## 塚田公民館事業計画(4月1日～6月14日)

### 《青少年》

#### 【ふなばしハッピーサタデー事業】(全11回)

○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
6月3日(土)	10:00～11:30	春のスポーツ大会 (ふわどっち)	塚田地区スポーツ推進委員 協議会	30

### 《成人》

#### 【自分の健康をみてみよう】(全1回)

○ねらい：どれだけ動けるか、自分のからだを健康チェックし、運動や社会参加への大切さを知る機会とする。

(共催：塚田地区スポーツ推進委員協議会)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
5月13日(土)	10:00～12:00	体組成計、ロコモティブシン ドローム測定等	塚田地区スポーツ推進委員 協議会	50

#### 【ウイークエンドリラックスヨガ】(全4回)

○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
6月3日(土)	19:00～20:00	ヨガの体験	ヨガインストラクター MACHIKO	15
6月10日(土)	19:00～20:00			15

#### 【社会教育関係団体研修会】(全1回)

○ねらい：塚田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する。また、登録に係る説明を併せて行う。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月27日(木)	13:30～15:00	社会教育関係団体としての在 り方について、登録申請書の 書き方について	公民館職員	-

### 《高齢者》

#### 【塚田寿大学】(全9回)

○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
--------	-----	-----	-----	-----

5月16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 市民安全推進課職員	80
----------	-------------	-------------	-----------------------	----

### 【塚田元気クラブ】(全24回)

○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
4月11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
4月25日(火)				
5月9日(火)				
5月23日(火)				
6月13日(火)				

### 【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】(全11回)

○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
4月4日(火)	13:00~14:00	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	50
6月6日(火)				

### 【介護予防事業 脳いきいき健康講座】(全4回)

○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
6月12日(月)	10:00~12:00	未定	株式会社東京体育機器	20

### 《その他》

#### 【こどもおはなし会】(全19回)

○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
4月8日(土)	14:00~14:30	絵本の読み聞かせと紙芝居	塚田公民館社会教育関係団体	24

4月22日(土)			つかだおはなし会	
5月13日(土)				
5月27日(土)				
6月10日(土)				

### 【卓球台開放】(全22回)

○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
4月6日(木)	19:00~20:30	卓球台の個人開放	-	自由参加
4月20日(木)				
5月18日(木)				
6月1日(木)				
6月15日(木)				

### 【子育て支援 ひよこ広場】(全12回)

○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
4月4日(火)	10:15~11:15	“どうする防災” 子供を守るには	社会福祉協議会ボランティアスタッフ	10
5月2日(火)	10:15~11:30	ベビーヨガ	ヨガインストラクター 佐藤幸	10
6月6日(火)	10:15~11:30	虫歯予防デー	歯科衛生士	10

### 【館報つかだの発行】(全3回)

○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
5月中旬	-	事業案内他	塚田地区	10,000

## 葛飾公民館事業計画(4月1日～6月14日)

### 《青少年》

#### 【ハッピーサタデー事業】(全10回)

○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
5月6日(土)	10:00～11:30	母の日のプレゼント作り	クラフト作家 小宮要	20
6月3日(土)	10:00～12:00	父の日のプレゼント作り	料理教室講師 菊池成美	20

### 《成人》

#### 【子育て支援事業「すまいる広場」】(全10回)

○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
5月24日(水)	10:30～11:30	0歳児向け絵本の紹介、読み聞かせ	西図書館職員	15組

#### 【春の自然観察散策講座 鈴身川流域の里山めぐり】(全1回)

○ねらい：春の里山を歩き心身のリフレッシュを図るとともに、樹木や草本等についての知識を学ぶ。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月26日(水)	9:30～14:00	里山の散策と春の植物に関する解説	自然観察指導員 平栗瑞枝	20

#### 【デジタルデバイド対策事業】(全3回)

○ねらい：スマートフォンの基本を学ぶ。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
5月18日(水)	10:00～12:00	スマートフォン体験教室(入門編)	ソフトバンク株	20

### 《高齢者》

#### 【かつしか寿大学】(全10回)

○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
--------	-----	-----	-----	-----

5月16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
----------	-------------	----------	-------------	----

### 【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】(全11回)

○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
5月9日(火)	10:00~11:00	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	40

### 【一般介護予防事業 楽しく認知症予防】(全4回)

○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
6月7日(水)	13:30~15:30	未定	東京体育機器㈱ 介護予防運動指導員	未定

### 《その他》

#### 【社会教育関係団体説明会】(全1回)

○ねらい：葛飾公民館社会教育関係団体の情報発信の支援、登録申請書の書き方についての説明。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月20日(木)	10:00~11:00	社会教育関係団体の情報発信の支援、登録申請書についての説明	公民館職員	60

#### 【葛の葉らいぶ】(全5回)

○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	出演者	定 員
5月27日(土)	14:00~16:00	ジャズ&ストリングスコンサート うたとピアノと弦楽器	ボーカル・ピアノ 中溝ひろみ 他	105

#### 【館報の発行】(全3回)

○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
6月	—	社会教育関係団体一覧 事業案内他	西船・印内地区 他	15,000

### 【福祉のまちづくり支援事業 ちびっこ広場】(全10回)

○ねらい：共助社会の創設「誰もが自分らしく安心して暮らせる福祉のまちづくり（地域づくり）」の推進を図り、福祉のまちづくりに関する活動等について必要な支援をする。地域の乳幼児を持つ親子を対象とした講座を開催するとともに参加者同士の交流の場を提供する。

( 共催：葛飾地区社会福祉協議会)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員
4月17日(月)	10:00～11:30	はじめの会 情報交換	子育てサロンスタッフ	自由参加
5月15日(月)		歯のお話	歯科衛生士	