

西部公民館事業計画(4月1日～6月17日)

《成人》

【きらきらセミナー「今よりちょっぴりグレードアップ」】(全3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14日(木)	10:00～11:30	のどを鍛える健康声磨き®	(一社) 日本声磨き普及協会 声磨きシニアインストラクター 間瀬とも子	60
5月21日(木)	10:00～12:00	白檀で作る匂い袋	香司 松尾九晴	30
5月28日(木)	10:00～11:30	知ってる？正しい靴の履き方・選び方	(一社) 足と靴と健康協議会 シューフィッター 木村克敏	60

【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、活動報告書に係る説明を併せて行う。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
4月25日(土)	10:00～11:00	社会教育関係団体としての在り方について、活動報告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13日(水)	10:00～11:30	交通安全教室・防犯講話	船橋警察署	80
6月10日(水)		からだのなかから元気にいきいき血管講座	明治安田生命保険相互会社	

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】(全12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15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	70
5月20日(水)	10:00～12:00	リラックス体操・筋トレ体操・市民ヘルスマーケティング		

6月17日(水)	10:00~11:00	リラックス体操・筋トレ体操		
----------	-------------	---------------	--	--

《その他》

【本はともだち】(全12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、幼少期の子ども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16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	40
5月21日(木)				

【西部子育てサロン】(全13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21日(火)	10:30~11:30	乳幼児の救命救急法	船橋赤十字奉仕団(西部ブロック)	40
5月19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	
6月16日(火)		ベビーカーライブ ～ピアノコンサート～	ピアニスト 高知尾純	

【おもちゃの病院】(全12回)

○ねらい：壊れたおもちゃの修理を通してSDGsを推進し、子どもたちの物を大切にする心を育てる。
(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18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16日(土)				

【館報おぐりはらの発行】(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・周知を図る。

月 日()	時 間	内 容	配布先	部 数
6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17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11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9日(土)				
6月13日(土)				

【ハッピーサタデー事業】(全10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30日(土)	10:00～12:00	ドッチビー	法典地区子ども会連絡協議会	50

《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を対象に研修会を開催し、サークル活動の望ましいあり方、公民館の使い方等を確認する。また、報告書等に係る説明を併せて行う。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
4月23日(木)	13:30～14:30	社会教育関係団体としての在り方、報告書等の提出書類について	公民館職員	-

【多文化料理講座】(全2回)

○ねらい：世界3大料理のひとつとしてトルコ料理、発酵食材を使ったポーランド料理について両地域の歴史を学びながら世界の料理に興味関心を育む機会とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月17日(水)	9:30～13:00	「トルコ」の料理実習	料理研究家 金子光夫	20

【スマホ相談会】(全1回)

○ねらい：スマートフォンの使い方や操作方法に関する疑問や不安の解消のため、マンツーマンでの相談会を開催する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月20日(水)	9:30~11:30	スマホについて気軽に相談できる安心のサポート型相談会	ITコンサルタント 田中 芳起	15

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】(全12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13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	70
5月18日(月)				
6月8日(月)		リラックス体操・筋トレ体操 市民ヘルスマーケティング		

【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7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	130
6月11日(木)		～今年の夏を快適に過ごそう！～ 地球温暖化と熱中症	アースドクターふなばし 保健師・運動指導士	

【認知症予防教室】(全4回)

○ねらい：楽しい脳トレと日常生活でも簡単にできる体操を学び、脳の活性化を図る。

(共催：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月5日(金)	10:00~11:30	運動機能向上プログラム	東京体育機器株式会社	20

《その他》

【子育て支援講座(法典ぽんぽこ広場)】(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21日(木)	10:00～11:00	ベビーマッサージ	助産師 松田洋子	親子5組

【館報「法典公民館だより」の発行】(全2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8年度事業紹介 他	法典地区	11,500

丸山公民館事業計画(4月1日～6月17日)

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】(全3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25日(土)	10:30～11:15	こども交通安全教室	千葉県交通安全教育推進員	30
5月9日(土)	10:00～11:30	母の日ギフトカード作り	公民館職員	20
5月17日(日)	13:00～14:00	わらって・学べる こども落語	三遊亭ごはんつぶ	100

【巡回児童ホーム 小学生わくわくタイム】(全1回)

○ねらい：地域の小学生が集まる場を提供し、さまざまな遊びを通して児童が社会性、協調性、主体性および自主性を育む機会とする。

(共催：塚田児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月21日(木)	15:00～16:30	簡単工作、ゲーム大会等	児童ホーム職員	100

《成人》

【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、活動報告書等に係る説明を併せて行う。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
4月23日(木)	10:00～11:00	社会教育関係団体としての在り方及び活動報告書等の書き方について	公民館職員	—

【ワインのある暮らし】(全1回)

○ねらい：多文化共生をテーマに、世界のワインを学ぶことで、その地域を知る機会とする。また、ワインに対する知識を深めることで、日々の食卓がより楽しいものになるきっかけ作りとする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月31日(日)	18:00～20:00	ワインについての座学・簡単な調理及びワインの試飲	イタリア料理&ワイン研究家 堀 亮介	18

《高齢者》

【さわやか学級】（全6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
4月17日(金)	9:30～11:30	アンデス伝承音楽とペルー伝統舞踊	ウイニャイほか	150
5月8日(金)	9:30～11:00	映画（公開講座） 「あした元気にな～れ！」	-	150
5月15日(金)	9:30～11:40	1部：シルバーリハビリ体操 2部：講演「健康寿命を延ばそう」	1部：健康づくり課 2部：地域包括ケア推進課	150

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】（全2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1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	60
5月13日(水)	10:00～12:00	リラックス体操・筋トレ体操 市民ヘルスマーケティング		

【シニア向けスマホ教室】（全3回）

○ねらい：スマートフォンのセキュリティ対策とLINEの使い方を学ぶことで、スマートフォンの安全な利用とその促進につなげる。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月7日(木)	13:00～15:00	スマホのセキュリティ対策・アプリの追加と削除方法	アクティブシニア支援機構	20
5月14日(木)	13:00～15:00	LINEの基礎		
5月21日(木)	13:00～15:00	LINEの応用から活用		

《その他》

【巡回児童ホーム 0・1・2歳ぽかぽか広場】（全1回）

○ねらい：地域の子育ての中の親子間でコミュニケーションを図りながら、子育ての悩みや不安を分かち合える仲間をつくり、親同士交流のきっかけ作りとする。

（共催：塚田児童ホーム）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月21日(木)	10:00～11:30	親子ふれあいあそび他	児童ホーム職員	100

【丸山おはなし会】（全2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18日(土)	13:30~14:00	えほん・おはなし等	丸山おはなしの会	20
5月16日(土)	13:30~14:00	えほん・おはなし等		20

【館報の発行】（全2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	丸山・馬込地区	7,300

塚田公民館事業計画(4月1日～6月17日)

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー事業】(全10回)

○ねらい：スポーツや文化体験を通じて、子どもたちの豊かで健全な心身を培う。(共催：青少年課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月13日(土)	10:00～10:30	ジャグリングショー	Juggler MAKi	親子80組
	11:00～11:30			100

《成人》

【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、公民館利用方法の説明を併せて行う。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
4月23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、公民館の利用について	公民館職員	-

【健康測定～自分の健康をみてみよう～】(全2回)

○ねらい：自身の健康状態を確認することで、健康意識の向上を図り、健康保持増進のための生活習慣の確立を促す。(共催：塚田地区スポーツ推進委員会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月10日(日)	9:30～11:30	健康測定	塚田地区スポーツ推進委員会	50

【塚田地区グラウンドゴルフ大会】(全2回)

○ねらい：大会を通じて、市民の健康増進・交流を深める。(共催：塚田地区スポーツ推進委員会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月7日(日)	9:00～11:30	グラウンドゴルフ大会	塚田地区スポーツ推進委員会	100

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】（全 24 回）

○ねらい：体操を通じて、市民自らの健康寿命の延伸を図るとともに、市民相互が支えあい地域の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
4月7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	60
4月17日(金)				
5月12日(火)				
5月15日(金)				
6月2日(火)				

【塚田元気クラブ】（全 21 回）

○ねらい：レクゲームや体操を通して、高齢者の介護予防や健康保持増進を図り、心身共に健康な生活を維持す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14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	30
4月28日(火)				
5月12日(火)				
5月26日(火)				
6月9日(火)				

【塚田寿大学】（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19日(火)	13:30～15:00	カーレットを楽しもう！	NPO 法人カーレットジャパン協会 田邊陽二	150
6月16日(火)		みんなで唄おう♪歌声広場	声楽家 佐瀬光代	

《その他》

【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、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7日(火)	10:15~11:30	親子であそぼう	塚田地区社会福祉協議会	自由参加
5月12日(火)		ベビーマッサージ	助産師 松田洋子	
6月2日(火)		虫歯予防	中央保健センター職員	

【卓球台開放】(全24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2日(木)	18:30~20:30	卓球台の個人開放	-	自由参加
4月16日(木)				
5月7日(木)				
5月21日(木)				
6月4日(木)				

【こどもおはなし会】(全21回)

○ねらい：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11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 つかだおはなし会	自由参加
4月25日(土)				
5月9日(土)				
5月23日(土)				
6月13日(土)				

【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
6月	-	事業案内 他	塚田地区	18,000

葛飾公民館事業計画(4月1日～6月17日)

《青少年》

【ハッピーサタデー事業】(全12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23日(土)	10:00～11:30	ペットボトルの空気砲で遊ぶ	青少年相談員	20
6月20日(土)	10:00～11:30	葉っぱのエコバッグを作る	スポーツ推進委員	20

《成人》

【社会教育関係団体研修会】(全1回)

○ねらい：葛飾公民館の社会教育関係団体としての意識を高めることを目的とし、あわせて情報発信の支援や報告書の書き方についての説明を実施する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
4月23日(木)	10:00～11:00	社会教育関係団体のあり方について 他	公民館職員	—

【昭和歌謡でダンス】(全3回)

○ねらい：懐かしい音楽に合わせて体を動かし、運動機能の向上を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月27日(水)	10:00～11:30	昭和歌謡のリズムにのせて踊る	ダンスインストラクター 湯浅美津子	30
6月3日(水)				
6月10日(水)				

【はじめての絵本読み聞かせ入門講座】(全2回)

○ねらい：子供や孫や地域の子供たちに読み聞かせをしてみたいが方法がわからない初心者を対象とし、希望者には葛飾公民館で開催するおはなし会にも参加してもらう。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月6日(土)	13:30～15:00	絵本の読み聞かせ講座	西図書館職員	10

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】（全11回）

○ねらい：互いに支えあって健やかで心豊かに生活するために、運動を通して身体機能の維持向上及び健康寿命の延伸を目指し、健康及び介護予防に関する意識を高め、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
4月14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	60
5月12日(火)				
6月9日(火)				

【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をするとともに受講者相互の交流、親睦を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
5月20日(水)	10:00～11:30	昭和歌謡でダンス	ダンスインストラクター 湯浅美津子	100
6月17日(水)		交通安全・防犯講座	船橋警察署員	

【一般介護予防事業 生き生きと若々しく過ごすための教室】（全4回）

○ねらい：地域住民の65歳以上を対象として、認知症やフレイル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2日(火)	13:30～15:00	転倒予防に特化したプログラム 他	東京体育機器(株)	30
6月9日(火)		口腔機能向上・栄養改善プログラム 他		
6月16日(火)		認知機能低下予防プログラム 他		

《その他》

【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。地域の乳幼児とその保護者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20日(月)	10:00~11:30	乳児、幼児親子を対象にした子育てサロン	子育てサロンスタッフ	自由参加
5月18日(月)				
6月15日(月)				

【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16日(土)	14:00~16:00	書と音 癒しのコラボレーションコンサート	アート書道家 矢野華風 他	160

【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発信し、公民館活動への理解を深めてもらう。

月 日()	時 間	内 容	配布先	部 数
5月	—	令和8年度公民館事業一覧 他	西船・印内地区 他	20,000