

西部公民館事業計画(6月18日～9月16日)

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー事業】(全7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。基本的に自由参加の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
7月31日(金)	10:00～11:45	夏まつり	本中山児童ホーム	-

《成人》

【触っておぼえる！スマホの基本と防災の備え】(全1回)

○ねらい：スマートフォンの基本的な操作方法や安全な使用方法・便利な機能について学び、デジタルデバイドの解消を目指す。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月23日(火)	10:00～12:00	スマートフォンの基本的な操作と防災アプリの体験	ソフトバンク株式会社	15

【リカレント講座 スマホでできる！Canva でチラシをつくろう】(全2回)

○ねらい：身近なスマホを使用してチラシ作りを体験することにより、生活や仕事に役立てられるスキルを学ぶ。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定員
7月5日(日)	10:00～12:30	Canva の基本操作と作成演習	かもめ IT 教室	15
7月10日(金)	19:00～21:00	Canva の基本操作と作成演習	岩間麻帆	15

《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
7月8日(水)	10:00～11:30	命を守る“水”見直そう！ 水分補給		80
9月9日(水)	10:00～11:30	腸の元気はからだの元気		

【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
7 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
8 月 19 日（水）				
9 月 16 日（水）				

《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
6 月 18 日（木）	10:30～11:30	絵本の読み聞かせ、工作	社会教育関係団体 かえる文庫	20 組
7 月 16 日（木）				
8 月 20 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
7 月 9 日（木）	10:30～11:30	親と子のフィットネス	インストラクター 渡辺美奈子	40
8 月 4 日（火）		スイカ割り	本中山地区社会福祉協議会	
9 月 15 日（火）		母と子のヨガ	インストラクター 伊藤知佐子	

【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
6 月 20 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」	-
7 月 18 日（土）				
8 月 15 日（土）				

【親子で楽しもう】(全3回)

○ねらい：親子でのスキンシップを通して、心身ともにリフレッシュを図るとともに、子供との関わりを深める機会とする。
(共催：本中山児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
7 月 11 日(金)	10:30～11:15	ちびっこ夏祭り	本中山児童ホーム職員	40 組

【本館家庭教育セミナー】(全3回)

○ねらい：心豊かなふれあいを大切にして、複数の親子と一緒に体験・交流する機会を提供する。
また、家庭教育に必要な心がまえや留意点など、保護者にとって共通の課題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
7 月 25 日(土)	10:00～11:30	「どうやって伝える？ 子どもへの性教育」～学校では教えてくれない大人向け授業～	助産師 鶴岡利江子	30

【本中山ミュージックフェスティバル 2026】(全1回)

○ねらい：若手音楽家の育成支援と地域住民に生の音楽を楽しんでいただくことを目的にコンサートを開催する。併せて、本中山地区社会福祉協議会の活動を周知する。

(共催：本中山地区社会福祉協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
7 月 4 日(土)	13:00～15:00	2 台のピアノ、チューバとトロンボーン、オーケストラのコンサート	かつしかチェンバーオーケストラ 他	100

【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	-	事業案内他	本中山・二子地区	9,500

法典公民館事業計画(6月18日～9月16日)

《青少年》

【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、法典児童ホーム)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
6月20日(土)	10:00～11:30	忍者修行道場	船橋市レクリエーション協会	40
7月4日(土)	10:00～11:30	交通安全教室、映画上映会	市民安全推進課職員	50
8月29日(土)	15:00～16:30	KeKeちゃんによるパフォーマンス	KeKeちゃん	50

【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
7月11日(土)	10:30～11:00	手遊び・絵本の読み聞かせ・お話	社会教育関係団体 法典おはなしの広場	当日 自由参加
8月8日(土)				
9月12日(土)				

【法典ふしぎ探検クラブ】(全1回)

○ねらい：小学生を対象に、日常生活で不思議な事象、好奇心や興味を引き出し、科学的な知見を与え、創造力を養う目的で取り組む。併せて、異年齢同士のコミュニケーションと環境学習に取り組むことを目的とする。
(協力：法典地区生涯学習コーディネーター)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
6月27日(土)	10:00～12:00	～電気のつなぎ方でどう変わる!!～ プロペラカーとハンディファンを作ってみよう	関東電気保安協会 千葉事業本部	20

【環境講座】(全1回)

○ねらい：法典地区の小学生（3年生以下は保護者同伴）を対象に、環境への興味や関心を育む機会とする。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
8 月 1 日 (土)	10:00～11:30	アニメと体験・工作を通して 楽しく地球温暖化を学ぼう！	アースドクターふなばし	40

《成人》

【文学講座】

○ねらい：国語の教材として親しまれている「百人一首」の成り立ちや時代背景を学びながら、競技かるたを実際に体験する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
6 月 23 日 (木)	10:00～11:30	気軽に楽しむ百人一首	市民大学講師 上鈴木春枝	24

【もっと知ろう！自分のスマホ】（全2回）

○ねらい：身近なスマホでアプリを使用してチラシ作りを体験、また便利な機能の取得し、防犯対策を備えるコツを学ぶ。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
6 月 24 日 (水)	9:30～11:30	はじめての Canva 講座！誰でも作れる“伝わるチラシ”づくり	IT コンサルタント 田中芳起	12
7 月 22 日 (水)	9:30～11:30	はじめてでも大丈夫！スマホで困らないための安心ポイント講座	IT コンサルタント 田中芳起	12

【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
7 月 15 日 (水)	9:30～13:00	「ポーランド料理」の料理実習	料理研究家 金子光夫	20

【法典子育ての会家庭教育セミナー】（全3回）

○ねらい：法典子育ての会が中心となり、保護者が家庭で子どもの教育を行うのに必要な心構えや子どもの育て方、家庭教育上の共通の問題点について学習するために保護者同士の情報交換、交流の場とする。
(共催：法典子育ての会)

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
7 月 7 日 (火)	10:00～11:30	陶芸体験	NPO 法人カム・トゥルー石 陶房	20

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】（全 11 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
7 月 13 日(月)	13:00～14:00	シルバーリハビリ体操	健康づくり課職員、シルバーリハビリ体操初級指導士	70
8 月 10 日(月)				
9 月 14 日(月)				

【法典寿大学】（全 10 回）

○ねらい：テーマを「いつも元気で健やかに」として、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
7 月 9 日(木)	10:00～11:30	高齢者の安心・安全 (自転車の交通ルール・防犯)	船橋警察	130
9 月 10 日(木)		おしゃべり美術鑑賞！ ～アートカードで 船橋の美術入門～	文化課職員	

【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 19 日(金)	10:00～11:30	口腔機能向上プログラム	東京体育機器株式会社	30
7 月 10 日(金)	10:00～11:30	栄養改善プログラム		
7 月 24 日(金)	10:00～11:30	認知機能低下予防プログラム		

【教養講座】（全 1 回）

○ねらい：法定相続手続き、相続税など、もしもの時に困らないように相続の基本を分かりやすく解説する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定 員
7 月 30 日(木)	10:00～11:30	相続のポイントおしえます！	京葉行政書士	24

《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、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
7月23日(木)	10:00～11:00	絵本の読み聞かせ・わらべうた	読み聞かせ指導者 川村洋子	10

塚田公民館事業計画(6月18日～9月16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
7月22日(水)	10:00～11:30	地球温暖化のお話とソーラー 工作	アースドクターふなばし	25

【こどもプログラミング教室】(全2回)

○ねらい：夏休み期間中、小学生を対象に「micro:bit」(マイクロビット)を用いたプログラミング体験を提供し、子どもたちが楽しみながら課題解決能力を養う機会とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
7月31日(金)	10:00～12:00	「micro:bit」によるプログラ ミング体験	システムエンジニア 藤田育夫	10
8月1日(土)				親子10組

《成人》

【毎日をもっと快適に～AI アプリ活用術～】(全1回)

○ねらい：生成AIサービスの使用方法・便利な機能について学び、日常生活の質の向上を目指す。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
6月20日(土)	13:30～15:30	AIサービスの解説と「Google Gemini」の活用法	システムエンジニア 藤田育夫	15

【朝からスッキリ ヨガで元気チャージ】(全2回)

○ねらい：身体を目覚めさせ基礎代謝を高める効果がある朝ヨガの体験を通して、心身の健康増進を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
7月18日(土)	9:00～10:00	ヨガの体験	ヨガインストラクター MACHIKO	20
7月25日(土)				

【作って学ぶ！ベトナムの文化と暮らし】(全1回)

○ねらい：ベトナム料理を作りながら、ベトナムの歴史や生活を学び、異文化理解を深める機会とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
7月23日(木)	9:30～13:00	ベトナム料理づくり	料理研究家 金子光夫	20

《高齢者》

【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
7 月 21 日（火）	13:30～15:00	交通安全・防犯教室	市民安全推進課職員	150
9 月 15 日（火）		健康体操	健康運動指導士 織田広	

【シニアのためのスマホの困りごと相談会】（全 10 回）

○ねらい：寿大学の各回終了後にスマートフォンの基本操作に関する個別相談会を開催し、デジタルデバイス解消を目指す。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員
7 月 21 日（火）	15:00～15:30	スマートフォンの基本操作に関する個別相談会	市民スマホコンシェルジュ 公民館職員	-
9 月 15 日（火）				

【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
6 月 19 日(金)	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
7 月 7 日(火)		リラックス体操・筋トレ体操 市民ヘルスマーケティング		
7 月 17 日(金)		リラックス体操・筋トレ体操		
8 月 4 日(火)				
8 月 21 日(金)				
9 月 1 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
6 月 23 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
7 月 14 日（火）				
7 月 28 日（火）				
8 月 25 日（火）				
9 月 8 日（火）				

《その他》

【本館家庭教育セミナー】（全 3 回）

○ねらい：親子が共に学び、体験する時間を通じて、家庭における対話や触れ合いのきっかけとなる場を提供する。また、家庭教育に必要な心構えや留意点など、保護者が共通して抱える課題について学ぶ機会を提供する。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員
7 月 1 日（水）	10:30～12:10	生（いのち）と性の健康講座	千葉県助産師会 鶴岡利江子 河添淳子	-

【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
6 月 27 日（土）	10:15～11:15	パパ・ママ教室	日本赤十字社千葉県支部指導員	自由参加
7 月 7 日（火）		ベビーヨガ	ヨガインストラクター 成瀬芳	
9 月 1 日（火）			ヨガインストラクター 佐藤幸	

【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
6 月 18 日（木）	18:30～20:30	卓球台の個人開放	—	自由参加
7 月 2 日（木）				
7 月 16 日（木）				
8 月 6 日（木）				
8 月 20 日（木）				
9 月 3 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
6 月 27 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
7 月 11 日（土）				
7 月 25 日（土）				
9 月 12 日（土）				

葛飾公民館事業計画(6月18日～9月16日)

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー事業】(全11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
6月27日(土)	10:00～11:30	葉っぱのエコバック	スポーツ推進員・公民館職員	20
7月18日(土)	10:00～12:00	夏のおたのしみ会	あそびの文化祭	50
8月1日(土)	10:00～12:00	夏休みの工作	西船児童ホーム	20
8月20日(木)	10:00～12:00	レジン工作	生涯スポーツ課・小金高校生徒	30
9月12日(土)	10:00～12:00	スポーツ雪合戦	船橋市レクリエーション協会	30

【かつしかこどもキッチン】(全2回)

○ねらい：調理実習をととして、毎日の食生活を意識するとともに、おいしく、たのしく、仲間と協力しながら料理を作る喜びを体験する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
8月7日(金)	10:00～12:30	ドライカレー・ナン・ゼリー	料理家 守安 久美子	20

《成人》

【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20日(土)	13:30～15:00	絵本の読み聞かせ講座	西図書館職員	10

【デジタルデバイド対策事業】（全2回）

○ねらい：ICT技術が活用できないことで情報格差が拡大しないよう、デジタルスキルを身に付ける機会を提供するため、スマートフォンの基本を学ぶ。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員
7月2日(木)	10:00～12:00	自分のスマホでマップとLINEを使ってみよう	ソフトバンク(株)	14
8月6日(木)	10:00～12:00	自分のスマホでLINEを使ってみよう	ソフトバンク(株)	

【かつしか地元探訪】（全2回）

○ねらい：従前からこの地域に住み慣れた住民や新たに越してきた方々を対象に、自分たちの街の財産を再発見することを目的する。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員
7月8日(水)	9:30～12:00	枝豆の収穫体験と枝豆を使った調理実習	田中農園 田中秀和 料理研究家 金子光夫	16

【おもしろ雑学講座「明治大学博物館見学」】（全3回）

○ねらい：地域で活躍する生涯学習コーディネーターが事業を企画運営する力を身に付ける機会として、明治大学の学芸員を講師として明治大学博物館を見学する講座を立案し公民館職員と共に実施する。
(共催：生涯学習コーディネーター)

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員
9月17日(木)	10:00～12:00	明治大学博物館見学	明治大学学芸員	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
7月15日(水)	10:00～11:30	むかしを思い出してみよう	郷土資料館職員	100
9月16日(水)		映画鑑賞	公民館職員	

【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23日(火)	13:30～15:00	運動機能向上プログラム 他	東京体育機器(株)	30

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室・市民ヘルスマーケティング】(全11回)

○ねらい：市民がフレイル対策として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
7月14日(火)	10:00～11:00	リラックス体操・筋トレ体操 市民ヘルスマーケティング	健康づくり課職員、シルバーリハビリ体操初級指導士	60
8月18日(火)				60
9月8日(火)				60

《その他》

【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し、文化芸術活動の振興を図るため音楽会等を開催する。また、地域に暮らす人々に精神的な豊かさや感動や活力を与え、市民のコミュニケーションの活性化を図るなど、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
7月4日(土)	14:00～16:00	気軽にクラシック	ピアノ 井後優弥、 バイオリン 宮野陽子、 チェロ 倉田俊祐	160

【おひさまひろば】(全9回)

○ねらい：葛飾公民館社会教育関係団体「NP0 まちアート・夢虫」を主体とするおはなし会を開催し、絵本や紙芝居の読み聞かせや人形劇などを実施する。参加者を子供に限らず自由参加とし、誰でも楽しめる講座として世代間交流を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員
7月25日(土)	13:30～14:30	絵本・紙芝居の読み聞かせ、 人形劇、パネルシアター	社会教育関係団体 NP0 まちアート・夢虫	自由参加
8月22日(土)				

【福祉のまちづくり支援事業 ちびっこ広場】(全 12 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ため、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
7 月 13 日(月)	10:00～11:30	乳幼児親子を対象とした子育てサロン	子育てサロンスタッフ	自由参加
8 月 17 日(月)				
9 月 14 日(月)				

【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
7 月	—	事業案内・事業報告 他	西船・印内地区 他	15,000