

令和4年度高根台公民館事業計画

令和4年12月21日～令和5年3月31日

《青少年》

【ふなばしHappyサタデー事業】

○ねらい：学校週5日制に対応した事業として実施するもので、公民館や地域団体が連携を図り、子供たちにスポーツや文化に親しんでもらうと共に、子供同士の交流を深める。(共催：青少年課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月21日(土)	13:30～15:00	おこづかいちょうをつけてみよう	高根台友の会	15	8/10
2月18日(土)	13:30～15:00	けん玉教室	けん玉パフォーマー 嶋寺克彰	20	9/10
3月4日(土)	10:00～15:00	たかね台子どもまつり	各地域団体	自由参加	10/10

《その他》

【MEN'Sボディメイキング講座】

○ねらい：夜の時間帯に事業を行うことにより公民館の新たな利用者を開拓する。また、講座を通して、自己の健康増進に関心を向け、よりよい生活を送ることができるようにする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月25日(土)	18:30～20:00	筋トレやボディビルについての講話	廃棄物指導課 稲田直己	30	1/1

【公民館報の発行】

○ねらい：高根台公民館や児童ホーム及び子育て支援センターの学習情報等を紙面で提供し、地域住民の学習への関心を高め、各事業への参加を促す。

月 日()	内 容	部 数	備 考
2月	高根台子どもまつり、公民館、児童ホーム、子育て支援センターの事業案内	6,500	3/3

令和4年度夏見公民館事業計画

令和4年12月21日～令和5年3月31日

《青少年》

【ふなばしHappyサタデー】

○ねらい：学校の放課後事業として実施する。子供たちがスポーツや文化活動に参加し、豊かな心や健全な精神を養うことを目的とする。（共催：青少年課、夏見公民館Happyサタデー実行委員会）

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
12月24日(土)	10:00～11:30	クリスマス映画会	公民館職員	60	8/11
2月18日(土)	13:30～15:00	スポーツ雪合戦	青少年相談員夏見地区	50	9/11
3月4日(土)	10:00～15:00	(仮)こどもまつり	地域青少年関係団体	未定	10/11
3月25日(土)	10:00～11:30	春休み映画会	公民館職員	60	11/11

《成人》

【座 よさこいエクササイズ】

○ねらい：土曜日午後に、座よさこいを中心とした運動をしながら参加者相互の親睦を深めるとともに、家でも続けられる日常運動について習得する。

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
12月24日(土)	13:30～14:30	座ったまま踊れる「よさこい」を主とした日常生活で続けられる運動メニュー	健康運動指導士 渡辺美奈子	20	6/6

《高齢者》

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○ねらい：「ふなばしシルバーリハビリ体操」初級指導士養成講習を終了し「体操指導士」に認定された方を講師に、地域の高齢者を対象にして適切な運動を取り入れ、高齢者の健康づくり及び介護予防の一助とする。また、参加者相互の親睦と交流を深める機会とする。（共催：健康づくり課）

月 日（ ）	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月2日(木)	①9:50～10:30 ②11:00～11:40	体操を通じた健康づくり	ふなばしシルバーリハビリ 体操 初級指導士	各回25	6/8

【ライフホップ DE 昭和歌謡体操】

○ねらい：高齢者に馴染みのある歌謡曲にのせて身体を動かすことで、フレイル（老化による筋力や働き
の低下）予防の一助とするとともに地域の参加者同士で交流を深める機会とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月19日(木)	13:30~14:30	思い出の昭和歌謡に合 せての体操	ダンスインストラク ター 湯浅美津子	20	9/10
2月16日(木)					10/10

【夏見寿大学・後期】

○ねらい：高齢者が健康を維持し教養を高め、生きがいのある豊かな生活を送れることを目的とする。
また、地域の親睦と交流を深める機会とする。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月12日(木)	10:00~11:30	(仮)消費者講座	消費生活センター職員	40	3/5
2月9日(木)		クラシックギターコンサート	ギタリスト 柳町 正隆		4/5
3月9日(木)		夏見落語会 閉講式	落語家 立川 談修		5/5

【介護予防教室】

○ねらい：65歳以上の高齢者を対象に、専門のインストラクターにより介護予防の知識を深め、軽度で
簡単な運動を定期的に行うことにより、いつまでも健康で活力ある生活の源を築く。また、教
室で習った運動等を日々の生活のなかで実施することで健康増進を図り、介護予防や転倒防止
に役立てる。
(共催：健康づくり課)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月11日(水)	10:00~11:30	認知症予防についてのお話 家庭で出来るリラックス体操	介護予防運動指導員	30	1/4
1月18日(水)		脳トレアクティビティ 家庭で出来るリラックス体操			2/4
1月25日(水)		脳トレアクティビティ 口腔機能向上講座			3/4
2月1日(水)		脳トレアクティビティ 栄養のお話、体操等			4/4

《その他》

【シネマなつみ】

○ねらい：身近な場所で名画鑑賞の機会を提供し、サークルや団体に属していない地域の方々の来館機会
の増加を図る。上映作品は社会教育課(旧視聴覚センター)所蔵の教材を利用。

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
12月23日(金)	13:30~15:40	三十四丁目の奇蹟 1947年 米国 96分 出演：モーリン・オハラ エドモンド・G 他	公民館 職員	各回 60	9/12

1月20日(金)	13:30~15:20	鉄道員(ぼっぼや)平成11年 東映112分 出演:高倉健 大竹しのぶ 小林稔侍 他			10/12
2月15日(水)	13:30~	上映作品未定			11/12
3月30日(木)		上映作品未定			12/12

【第27回ふなばし音楽フェスティバル 夏見地区地域ふれあいコンサート】

○ねらい：ふなばし音楽フェスティバルの開催に伴い、地域住民で組織された実行委員会と、市民に最も身近な施設である公民館が連携し、気軽に音楽の生演奏を楽しめるようコンサートを開催。市ゆかりの音楽家の演奏機会の創出を兼ねて音楽文化のすそ野を広げる。

(共催：夏見地区地域ふれあいコンサート実行委員会)

月 日 ()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月25日(土)	13:30~14:50	和洋響演「弦竹の世界」 ギターと尺八の演奏	弦竹(いとたけ)	80	1/1

【公民館だより「なつみ」発行】

○ねらい：夏見公民館の広報活動として、地域住民に公民館活動の情報を提供し、学習への興味関心を高める。また、各事業への参加を促す機会とする。

月 日 ()	内 容	配布先	部 数	備 考
1月	事業のお知らせ 他	夏見・夏見台地区	10,000	4/4

令和4年度高根公民館事業計画

令和4年12月21日～令和5年3月31日

《青少年》

【ふなばしHappyサタデー事業】

○ねらい：青少年にスポーツや文化に親んでもらうとともに子供同士の交流の場とする。

(共催：青少年課・金杉台児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月21日(土)	10:00～12:00	ボールジャグリング 他	パフォーマー Keke ちゃん	20	8/10
2月18日(土)	13:30～15:30	ヒップホップダンス	ダンス講師		9/10
3月11日(土)	未定	たかねこどもまつり	マリンバ奏者 宮野下シリユウ パフォーマー Keke ちゃん	未定	10/10

【青少年向け卓球開放】

○ねらい：青少年の健全育成及び居場所づくりを目的に事業を開催する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月14日(土)	15:00～18:00	青少年向けに卓球台を開放	—	30	9/11
2月4日(土)					10/11
3月11日(土)					11/11

【空き部屋開放事業】

○ねらい：青少年の健全育成及び居場所づくりを目的に事業を開催する。

月 日()	時間	内容	講師	定 員	備考
12月21日(水)～ 12月28日(水)	9:00～21:00	青少年向けに当日の空き部屋を 開放し、学習場所として提供	—	—	9/12
1月4日(水)～ 1月31日(火)					10/12
2月1日(水)～ 2月28日(火)					11/12
3月1日(水)～ 3月31日(金)					12/12

【昔あそび体験交流学習】

○ねらい：高根小学校1・2年生と地域住民との昔遊びを通じて、異年齢の交流を図るとともに子供の情操教育の支援を図る。
(共催：高根小学校)

月 日()	時間	内容	講師	定員	備考
1月19日(木)	9:30~11:25	けん玉・折り紙等の昔あそび体験	中部地区生涯学習 コーディネーター	—	1/1

【第43回たかねこどもまつり】

○ねらい：青少年の健全な心身の育成とともに、豊かな体験と交流を図る場とする。
(共催：青少年課・金杉児童ホーム)

月 日()	時間	内容	講師	定員	備考
3月11日(土)	未定	マリンバ演奏・パフォーマンス 他	マリンバ奏者 宮野下シリユウ パフォーマー Kekeちゃん	—	1/1

《成人》

【一般向け卓球開放】

○ねらい：一般向けに講堂で卓球開放を行い、地域住民の健康増進と交流の機会を設ける。

月 日()	時間	内容	講師	定員	備考
12月24日(土)	15:00~18:00	一般向けに卓球台を開放	—	30	8/11
1月28日(土)					9/11
2月25日(土)					10/11
3月25日(土)					11/11

【金杉小学校父母と教師の会家庭教育セミナー】

○ねらい：子供を育てる上で親としての必要な心がまえや接し方、留意点など家庭教育について学習する機会を提供する。
(共催：金杉小学校父母と教師の会)

月 日()	時間	内容	講師	定員	備考
未定	未定	いのちのセミナー	未定	未定	1/2

【サークル体験「筆ペン」講座】

○ねらい：地域の高齢化とともに、公民館の社会教育関係団体の解散や会員減少が顕著になってきていることから、社会教育関係団体の活動支援とサークルの活性化・維持発展に努めることを目的に事業を行う。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月3日(金)	13:30~14:30	筆ペンの体験	高根公民館社会 教育関係団体 「ひまわりの 会」 講師 小松潤子	10	1/2
2月10日(金)					2/2

【クッチーナ・イタリアーナ たかね】

○ねらい：イタリア各地で料理を学んだ講師により、本場仕込みのイタリア家庭料理や手打ちパスタ等の指導を受けるとともに、料理実習をとおしてイタリア文化を体感することを目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月25日(土)	10:30~13:30	手作りピザ等のイタリア料理の 実習	イタリア料理研 究家 前澤由希子	12	1/2
3月4日(土)					2/2

《高齢者》

【高根寿大学】

○ねらい：高齢者が生きがいのある生活をおくるために、地域の高齢者の方の学習と交流をとおして、お互いの親睦を図り生涯学習の場とすることを目的に開設する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月11日(水)	13:30~15:30	新春落語鑑賞会	立川談修	50	8/10
2月8日(水)		地域防災講座	船橋SLネットワーク		9/10
3月8日(水)		お札と切手の歴史 閉講	お札と切手の博物館		10/10

【認知症予防講座「音楽で楽しく脳トレ・全身体操」】

○ねらい：高齢者を対象に認知症予防に関する基本的な知識の普及と認知症予防に有効な生活習慣の知識の学習及び生活習慣を身に付けて認知症状態等になることを予防する目的で開催する。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月6日(金)	13:30~15:00	認知症予防の講話と体操	株式会社第一興商 音楽健康指導士	30	1/4
1月13日(金)					2/4

1月20日(金)					3/4
1月27日(金)					4/4

【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を続けるためには、日々の生活の中で運動機能の低下や生活習慣病の予防が必要となってくる。ふなばしシルバーリハビリ体操を行うことにより、加齢によって起きる身体機能や痛みを防ぐことを目的に開催する。（共催：保健所健康づくり課）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月19日(木)	①9:50～10:30	ふなばしシルバーリ ハビリ体操	ふなばしシルバーリハビ リ体操指導士	各回 25	5/6
3月16日(木)	②11:00～11:40				6/6

【はじめてのスマホ体験「シニア向けスマホ編」】

○ねらい：地域住民を対象とし、シニア向けスマートフォンの基本操作や安全で役に立つアプリについて学ぶ。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月2日(木)	10:00～12:00	シニア向けスマートフ ォンの基本	ソフトバンクスマホアド バイザー	20	3/3

《その他》

【ふれあいサロン“ほほえみ”】

○ねらい：地域住民のふれあいの場づくり（共催：高根・金杉地区社会福祉協議会）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月16日(月)	10:00～12:00	地域住民が自由に参加 し、趣味やレクレーショ ンを通じて仲間づくり の場を提供する	高根・金杉地区社会福祉 協議会 ふれあいサロン部会	15	10/12
2月13日(月)					11/12
3月13日(月)					12/12

【子育てサロン“すくすくひろば”】

○ねらい：0歳～未就学児と保護者を対象に、仲間づくりと交流の場とする。

（共催：高根・金杉地区社会福祉協議会）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月3日(金) コロナ感染症 対策の為中止	10:00～12:00	未定	高根・金杉地区社会福祉 協議会 子育てサロン部会	20	5/6

3月17日(金) コロナ感染症 対策の為中止		グッバイパーティー			6/6
------------------------------	--	-----------	--	--	-----

【高根・金杉地区皆で歩こう会】

○ねらい：町会・自治会の協力と和により実施し、地域住民の連帯と親睦を図る。

(共催：高根・金杉地区自治会連合会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
3 月	9:00～14:00	健康ウォーキング	高根・金杉地区自治会連 合会、高根・金杉地区ス ポーツ推進委員	100	1/1

【公民館報「たかね」発行】

○ねらい：高根・金杉地区自治会連合会をとおしての回覧や新聞折込みによる各戸配布により、高根公民館の事業や地域の情報を地域住民へ提供し、事業への参加を促す。

月 日()	内 容	部 数	備 考
2 月	公民館の事業案内等	6,800	3/3

令和4年度新高根公民館事業計画

令和4年12月21日～令和5年3月31日

《青少年》

【ふなばしHappyサタデー】

○ねらい：公民館や地域団体が連携をはかり、子供たちがスポーツや文化に親しめるようにする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月18日(土)	10:00～11:30	雪だるまキャンドルを作ろう	SWALLOWCANDLE 松本 祥子	20	6/7
2月25日(土)	10:00～12:30	ボッチャ、シャッフルボード	船橋市スポーツと健康 を推進する会		7/7

【おはなしの部屋】

○ねらい：読み聞かせやお話をとおして、子供たちの感受性を育てる。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
1月17日(火)	10:30～11:00	おはなし、読み聞かせ、紙芝居、手遊び、パネルシアター	社会教育関係団体 たんぼぼ文庫	親子10組	9/10
2月21日(火)					10/10

【第30回しんたかねこどもまつり】

○ねらい：地域の子供たちが安心して暮らせるような地域づくりをめざし、主に新高根公民館利用者、青少年相談員などの地域の団体と連携して地域全体の催しとする。(共催:新高根児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
3月12日(日)	10:00～16:00	体験コーナー他	—	自由参加	1/1

《成人》

【デジタルデバイド対策事業】

○ねらい：地域の方を対象に、スマートフォンを使ったことがない方、持っているが使い方がよくわからない方のために学習する場を提供するとともに参加者同士の親睦を図ることを目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
2月24日(金)	14:00～16:00	初心者のための実機を使った スマホ体験会	J:COM スマホ講師	10	1/1

【冬の健康法】

○ねらい：参加者同士の交流と親睦を図り、体力向上及び健康増進に寄与する。

(共催：船橋市生涯学習コーディネーター中部ブロック)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月28日(土)	10:00～11:45	養生法(体力作り)	スポーツプログラマー	25	1/2
2月4日(土)		筋トレ・ストレッチ(体力アップ)	金子 道子		2/2

《高齢者》

【新高根福寿大学】

○ねらい：地域の高齢者が豊かな生きがいのある生活を送るために、様々な内容を学習する場を提供するとともに互いに親睦を図ることを目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月19日(木)	13:00～14:30	在宅介護について	在宅医療支援拠点ふなぼ ーと 佐々木ゆかり	80	8/9
2月16日(木)		健康ボイストレーニング	ボイストレーナー 鳥居明美		9/9

【ふなばしシルバーリハビリ体操普及教室】

○ねらい：健康づくり、介護予防、生活の質の維持向上を目指した「いつでも、どこでも、どなたでも」できるシルバーリハビリ体操を通じて、健康寿命を延ばすこと、参加者同士の交流を図ることを目的とする。

(共催：保健所健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月17日(火)	① 9:50～10:30	シルバーリハビリ体操の実 技	ふなばしシルバーリハ ビリ体操初級指導士	各 30	5/6
3月7日(火)	②11:00～11:40				6/6

【ふなばしシルバーリハビリ体操 in しんたかね】

○ねらい：シルバーリハビリ体操で適切な運動を日常生活に取り入れて、健康な身体づくりと介護予防の場を提供する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月21日(火)	① 9:50～10:30	シルバーリハビリ体操の実 技	ふなばしシルバーリハ ビリ体操初級指導士	各 30	8/8
	②11:00～11:40				

《その他》

【館報「新高根だより」発行】

○ねらい：新高根公民館の広報活動として、地域住民に公民館活動の情報を提供し、学習への興味関心を高める。また、各事業への参加を促す機会とする。

月 日()	内 容	配布先	部 数	備考
3月	しんたかねこどもまつり特集号	新高根公民館管区内	10,970	3/3