

# 令和5年度高根台公民館事業計画

令和5年12月20日～令和6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20日(土)	13:30～15:30	子ども料理教室	高根台友の会	20	9/11
2月17日(土)	13:30～15:00	けん玉教室	けん玉パフォーマー 島寺 克明	20	10/11
3月2日(土)	10:00～14:30	たかね台子どもまつり	各地域団体	自由参加	11/11

### 【新春子ども凧あげ大会】

○ねらい：お正月の伝統的な外遊びである凧あげの大会を実施し、手作り凧を中心に昔遊びの楽しさと奥深さを知るとともに、参加者の交流を図る。

(高根台地区社会福祉協議会共催・生涯学習コーディネーター協働)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月6日(土)	10:00～12:00	凧あげ大会	日本の凧の会会員 春田 親邦	20	1/1

### 【小学生の公民館サークル体験学習】

○ねらい：公民館で活動する社会教育関係団体の学習(社会教育活動)を、高根台第三小学校の3学年に体験してもらい、学習内容の習得や地域住民との異世代交流を図る。また、社会教育関係団体は日頃の「学習成果の活用場」として、小学生は地域の人と交流し、社会教育を体験するという「総合学習の一環」としての、学校教育と社会教育の連携事業とする。（共催：高根台第三小学校）

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月23日(火)	9:45～11:15	サークル体験	高根台公民館登録の社会 教育関係団体	50	1/3
1月30日(火)					2/3
2月6日(火)					3/3

### 【空き部屋開放事業】

○ねらい：勉強をしたいと思っている小学生から高校生までもを対象に、公民館の空き部屋を勉強部屋として開放することで、公民館に親しみを持ってもらうとともに、青少年の勉強する場所がないという悩みを解消する。利用時間については、小学生は17:00まで中学生は18:00まで高校生は21:00までとする。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
--------	-----	-----	-----	-----	----

12月20日(水)～12月28日(木)	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	—	—	通年
1月4日(木)～1月31日(水)					
2月1日(木)～2月29日(木)					
3月1日(金)～3月31日(日)					

### 【障害がある青少年自立支援事業】

○ねらい：公民館管区内にある特別支援学校(小学部)と連携し、障害がある子供たちに演奏会を行い、音楽の楽しさを知るとともに、情操教育の一助となる機会とする。

(共催：船橋特別支援学校高根台校舎)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月5日(月)	10:00～11:30	マリンバコンサート	マリンバ奏者 宮野下 シリュウ	120	1/1

### 《成 人》

#### 【初心者向けスマホ講座】

○ねらい：まだスマホを持っていない方やスマホを使いこなせないという方で、今後ますます発展するであろうスマホを使った情報化社会についていきたいと考えている方を対象に、講師が用意したスマホを使い、スマホの使い方や便利なアプリなどを学習する。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月24日(水)	10:00～12:00	触って体験！スマホの基本のLINE体験	ソフトバンク㈱ スマホアドバイザー	20	1/1

#### 【初心者向けタブレット講座】

○ねらい：タブレットを使ってみたい、Zoomを使ってみたいという方を対象に、タブレットの使い方からZoomの利用方法を学ぶことで、日常生活の利便性の向上を目指す。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月22日(木)	10:00～12:00	はじめてのオンライン体験 Zoom入門編	ソフトバンク㈱ スマホアドバイザー	10	1/1

#### 【歴史講座】

○ねらい：国史跡の取掛西貝塚を中心に貝の歴史を学び、その後、発掘された貝を絵の具とし日本画を描くことにより、現代まで続く船橋と貝の関係をより深く感じ、ふるさと船橋に愛着を持ってもらう。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
2月7日(水)	10:00～12:00	遺跡と絵画～胡粉で絵を描こう～	市教育委員会文化課	20	1/1

## 《高齢者》

### 【ゆりの木大学】

○ねらい：高齢者が生きがいのある生活を送るために、学習と交流を通して知識等を身につけるとともに、お互いの親睦を図り生涯学習の場とする。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
12月20日(水)	10:00～11:30	講座「健康生活のはなし」	地域保健課	130	7/10
1月17日(水)		新春「落語鑑賞」	三遊亭わん丈		8/10
2月21日(水)		講座「感染症について」	鳥海内科 鳥海正明医師		9/10
3月13日(水)		・閉講式 ・講座「おいしく食べて健康に！船橋の食育」	地域保健課		10/10

### 【シルバーリハビリ体操】

○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」に認定された者が講師となり、原則毎月第4木曜日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
1月11日(木)	10:00～11:00	シルバーリハビリ体操	健康づくり課	40	9/11
2月8日(木)					10/11
3月14日(木)					11/11

## 《女性》

### 【高根台婦人学級】

○ねらい：地域における女性の自主的な学習の場を提供すると共に、参加者の親睦と交流を図る。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月19日(金)	10:00～11:30	新年懇親会	たかね乱れ囃子 友拡動幸会 齋藤和文	100	8/10
2月16日(金)		実技・運動「太極拳で転倒防止」	太極拳公認指導員 上野厚子		9/10
3月15日(金)		講座「ベトナムの文化を学ぼう」	船橋市国際交流員 グエン ティ チャー		10/10

## 《その他》

### 【子育て講座「にこにこワイワイ子育てキャンパス」】

○ねらい：ストレスのたまりがちな育児の中で、自分自身の再発見やリフレッシュができるような学習内容を提供する。また、核家族化が進む中で育児の相談相手がなく母親等が孤立する傾向がある

が、同じ悩みをかかえる方たちの交流と情報交換の場としていく。

(共催：高根台子育て支援センター・高根台児童ホーム)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
3月7日(木)	10:00～11:30	親子コンサート	未定	未定	8/8

### 【ボランティア講座】

○ねらい：誰でも安心して輝いて生きることを考え、社会・文化・人情などを学び、支えあう町づくりを趣旨として福祉の向上を図る。ボランティア講座の中で、救急に関することを扱う。救急医療体制と的確な救急車の利用方法を学ぶ。

(共催：高根台地区社会福祉協議会)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備 考
3月15日(金)	13:00～13:45	「教えて 救急車！」 救急医療体制のあらまし	健康政策課・消防局救急課	150	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	たかね台子どもまつり特集号	7,000	3/3

# 令和5年度夏見公民館事業計画

令和5年12月20日～令和6年3月31日

## 《青少年》

### 【ふなばしハッピーサタデー】

○ねらい：学校週5日制に対応した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、夏見公民館ハッピーサタデー実行委員会)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
12月23日(土)	10:00～12:00	クリスマス会 夏見公民館講堂ほか	夏見地区青少年相談員	30	
1月	調整中	スポーツ雪合戦 (仮)夏見台小学校体育館	夏見地区青少年相談員	—	
2月17日(土)	調整中	子どもまつり 夏見公民館講堂ほか	夏見児童ホーム共催 レク関係団体他	—	
3月	調整中	子ども工作 夏見公民館内	ボーイスカウト船橋17団	—	

## 【海ノ民話のまちプロジェクト】

○ねらい：同プロジェクトは日本財団による「海と日本プロジェクト」の一環として海と深くかかわりを持つ日本、および地域の学びを子どもたちに伝え語り継ぐことを目的とし、今回、夏見地区に伝わる民話が選定されアニメーション化の運びとなったことから、八栄小学校の子どもたちに向けて、作品披露の上映会および語り部による民話の読み聞かせを開催する。

(共催：一般社団法人日本昔話協会、日本財団)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
3月5日(火)	10:00～11:00	作品披露と民話読み聞かせ	一般社団法人日本昔話協会所属の語り部、当プロジェクトメンバー	—	

## 《成人》

### 【わたしと家族の「そうぞく」講座】

○ねらい：「相続」が「争族」にならないために必要な準備や相続の基本、生前贈与について学ぶ。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
12月20日(水)	10:00～12:00	身近ながら先送りにしがちな相続の知識について 分かりやすい解説で学ぶ	明治安田生命相互会社	20	

### 【座 よさこいエクササイズ】

○ねらい：座ってできる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、在宅でも続けられる運動について習得する。

月 日	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月13日(土)	13:30~14:30	座ったまま踊る「よさこい」を主とした日常生活で継続できる運動メニュー	健康運動指導士 渡辺 美奈子	20	1/6
1月27日(土)					2/6
2月10日(土)					3/6
3月2日(土)					4/6
3月9日(土)					5/6
3月23日(土)					6/6

### 【今日からはじめるファイナンシャル・プランニング】

○ねらい：金融経済の基本や公的年金制度、社会保険料制度、公的保険、民間保険等の知識を深める

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
2月22日(木)	10:00~12:00	F Pに関する講座	日本F P協会	未定	

### 【八栄小学校 PTA 家庭教育セミナー】

○ねらい：子育てに関する現代的な課題に焦点をあて、親としての役割や子供への接し方、また、親として自分を磨くことの大切さを考える。  
(共催：八栄小学校 PTA)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
1月31日(水)	10:00~12:00	子どもたちと向き合う大人のための生(いのち)と性の健康講座	助産師 鶴岡 利江子	30	3/3

### 《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
1月5日(金)	13:00~14:00	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	40	8/10
2月2日(金)					9/10
3月1日(金)					10/10

#### 【夏見寿大学】

○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11日(木)	10:00～11:30	くらしの道具にみる生活 の変遷－出張郷土資料館－	船橋市郷土資料館職員	80	8/10
2月8日(木)		クラシックギターコンサート	ギタリスト 柳町 正隆		9/10
3月14日(木)		夏見落語会・閉校式	立川流真打 立川 談修		10/10

## 《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。上映作品は無償利用可能で上映権が認められている社会教育課(旧視聴覚センター：現市民大学校内)所蔵の教材を利用。

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定員	備考
12月23日(土)	13:30～15:30	「サンタクロースになった少年」 －サンタクロース誕生物語－ ※上映後、クラシックギターとオカリナによるクリスマスライブを開催	公民館職員	80	9/12
1月17日(水)		「スープオペラ」 －35歳の女性がひよんなことから2人の男と共同生活をするようになったファンタジック人間ドラマー			10/12
2月15日(木)		「森の中の淑女たち」 －異なる人生を歩んできた七人の老婦人とバスの女性運転手が、森の中の廃屋で共同生活を送る姿を描く人間ドラマー			11/12
3月29日(金)		「旅立ちの島唄」 －沖縄本島から東へ360キロ離れた南大東島から出ていく若者を描く－			12/12

### 【第28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24日(土)	13:30～14:50	ソプラノとピアノで巡る 世界の旅－オペラ・歌曲 の名曲と日本の童謡－	ソプラノ歌手 前田 真歩 ソプラノ歌手 小泉 莉穂 ピアノ演奏者 相澤ますみ	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、サークル案内 他	夏見・夏見台地区	10,000	4/4



# 令和5年度高根公民館事業計画

令和5年12月20日～令和6年3月31日

## 《青少年》

### 【ふなばしハッピーサタデー事業】

○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
12月23日(土)	①13:30～ 14:30 ②14:45～ 15:45	カレイドスコープを作ってみよう！	金杉台児童ホーム職員	①② 各15	8/11
1月20日(土)	10:00～11:30	空気砲をつくろう！	船橋市青少年相談員	20	9/11
2月17日(土)	13:30～15:30	ヒップホップダンスを楽しもう！	INSmeK DANCE SITE	30	10/11
3月16日(土)	10:00～15:30	第44回こどもまつり	宮野下シリュウ 他	—	11/11

### 【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13日(土)	15:00～18:00	青少年向けに卓球台を開放	—	30	9/11
2月10日(土)					10/11
3月9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20日(水)～12月28日(木)	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	—	—	通年
1月4日(木)～1月31日(水)					
2月1日(木)～2月29日(木)					
3月1日(金)～3月31日(日)					

### 【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17日(水)	9:45~11:15	けん玉・折り紙等の昔あそび体験	船橋市コーディネーター 連絡協議会中部ブロック コーディネーター	—	1/1

### 【第44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・金杉台児童ホーム)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
3月16日(土)	10:00~15:30	マリンバ演奏 他	宮野下シリュウ 他	—	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23日(土)	15:00~18:00	一般向けに卓球台を開放	—	30	8/11
1月27日(土)					9/11
2月24日(土)					10/11
3月23日(土)					11/11

### 【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
3月2日(土)	10:30~13:30	未定	イタリア料理研究家 前澤由希子	12	1/2
3月9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10日(水)	10:00～11:30	新春落語鑑賞会	立川談修	50	8/10
2月14日(水)		美術鑑賞講座	文化課		9/10
3月13日(水)		地域防災講座	船橋SLネットワーク		10/10

### 【介護予防講座「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：船橋市健康部健康づくり課)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
1月5日(金)	13:30～15:00	認知症ゼミナール 目で見る・耳で聞く・指を動かす脳トレ	株式会社第一興商 音楽健康指導士	30	1/4
1月12日(金)		フレイル予防ゼミナール フレイルチェックと栄養のお話し			2/4
1月19日(金)		口腔機能ゼミナール 唇・舌・声帯を鍛える			3/4
1月26日(金)		ロコモ予防ゼミナール ロコモチェック・姿勢・歩き方のチェック			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：船橋市健康部健康づくり課)

月 日( )	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
12月21日(木)	10:00～11:00	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	40	9/12
1月18日(木)					10/12

2月15日(木)					11/12
3月21日(木)					12/12

### 【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8日(木)	10:00～12:00	はじめてのスマホ体験 「買う前にわかるスマートフォン体験教室」(入門編)	ソフトバンクスマホアドバイザー	20	4/4

### 《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15日(月)	10:00～12:00	地域住民が自由に参加し、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	20	10/12
2月19日(月)					11/12
3月11日(月)					12/12

#### 【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
未定	未定	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	—	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5年度新高根公民館事業計画

令和5年12月20日～令和6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)	13:00～14:30	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	20	8/10
3月10日(日)	10:00～12:30	工藤さんの木のゲーム広場	工藤正次	自由参加	9/10
3月10日(日)	10:00～12:30	ペンシルバルーン	まきの会		10/10

### 【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16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20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10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
1月25日(木)	10:00～12:00	触って体験！スマホの基本とLINE体験	ソフトバンク スマホアドバイザー	15	3/5
2月21日(水)					4/5

### 【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
2月17日(土)	10:00～11:45	養生法(体力作り)、スト レッチ	スポーツプログラマー 金子 道子	25	1/2
2月24日(土)		谷津干潟ウォーキング			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
12月21日(木)	13:00～14:30	クリスマスコンサート	コメプリマ	60	7/9
1月18日(木)		新春初笑落語鑑賞会	三遊亭 円福		8/9
2月15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16日(火)	10:00～11:00	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	30	7/9
2月6日(火)					8/9
3月5日(火)					9/9

### 【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20日(火)	10:00～11:00	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	30	8/9
3月19日(火)					9/9

## 《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	10,940	3/3