

令和6年度高根台公民館事業計画

令和6年6月19日～令和6年9月17日

《青少年》

【ふなばしハッピーサタデー事業】

○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
7月25日(木)	13:30～15:00	夏のお楽しみ会	高根台児童ホーム	50	2/10
8月7日(水)	10:00～12:00	夏休みこども工作教室	大沼 佐和子	20	3/10
9月14日(土)	13:00～15:00	みんなでゲームを楽しもう	スポ健中部コミュニティ	未定	4/10

【読書感想文の書き方講座】

○ねらい：本の選び方や読書感想文の書き方のポイントを学び、読書の楽しさを知るとともに、文章表現力を養う。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月27日(土)	10:00～11:30	本との出会いと受け取ったもの	元小学教諭 高田はるみ	16	1/3
8月3日(土)		感想文の組み立てと書き方			2/3
8月10日(土)		感想文の見直し			3/3

【高根台宇宙の学校】

○ねらい：地域の青少年親子を対象に、宇宙事業の学びを通じ子供の科学的好奇心を育むとともに親子の交流を図る。また、高根台地区在住者を講師として招き、地域との連携を図る。

(共催：NPO 法人子ども・宇宙・未来の会、JAXA 宇宙教育センター)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月21日(日)	① 10:00～11:30	惑星モビールを作ろう・ バランストンボ	KU-MA (NPO法人 子ども・宇宙・ 未来の会) 会員 新田正博 元高等学校教諭 山本和彦	25	2/3
8月25日(日)	② 13:00～14:30	プラネタリウム傘を作ろ う・レポート発表閉校式			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
6月19日(水)～ 6月30日(日)	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
7月1日(月)～ 7月31日(水)					
8月1日(木)～ 8月31日(土)					
9月1日(日)～ 9月17日(火)					

《成人》

【高根台クイズ研究会】

○ねらい：高齢化が著しい高根台地区において、高齢者が生きがいのある生活を送るために、クイズについて知り、楽しむことをとおしてお互いの親睦を図り、生涯学習の機会とする。また、サークル化することを目標とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月14日(日)	10:00～11:30	クイズについての講義、サ ークル化の方法	一般社団法人 日本クイズ協会	24	1/4
7月20日(土)					2/4
8月4日(日)	13:00～14:30				3/4
8月11日(日)	10:00～11:30				4/4

【高根台今日用と今日行く講座】

○ねらい：“熟年世代への応援歌”をコンセプトにした市民教養講座を開設し、地域における楽しい学習と出会いを目指す。今年度のテーマは「神社仏閣のすすめ」とした。郷土史研究家や文化財修復家より、神社仏閣に関する講話を聴き、教養（今日用）を深める。

(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
9月10日(火)	10:00～11:30	ご朱印の楽しみ方～神社と 仏閣～	まなび船橋 鈴木 睦男	100	1/4
9月17日(火)		神社仏閣を舞台にした落語	落語家(未定)		2/4
9月24日(火)		成田詣りと船橋宿	郷土史研究家 山本 稔		3/4
10月8日(火)		ようこそ仏像の世界へ	文化財修復家 久保 暁子		4/4

《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
6月19日(水)	10:00～11:30	講座「あなたは大丈夫？ フレイル予防講座 ～前期～」	明治安田生命保険相互会社	130	2/10
7月17日(水)		講座「命を守る“水”見直そう！水分補給」	株式会社 明治		3/10

【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2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
7月11日(木)	10:00～11:00	シルバーリハビリ体操	ふなばしシルバーリハビリ体操初級指導士	70	4/10
8月8日(木)					5/10
9月12日(木)					6/10

【介護予防教室】

○ねらい：高齢者がいつまでも元気に暮らせるよう、また将来介護の必要がないように、健康体操と健康に関するおはなしを聞き、身体の強化とともに意識の向上を図る。(共催：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月2日(火)	10:00～11:30	オリエンテーション 家庭でできる簡単体操	東京体育機器(株) 運動指導員	30	1/5
7月9日(火)		簡単脳トレ体操 自体重負荷体操			2/5
7月16日(火)		口腔機能低下予防 膝痛予防体操			3/5
7月23日(火)		ゆがみ予防体操 自体重負荷体操			4/5
7月30日(火)		食事のはなし 腰痛予防体操			5/5

《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
6月21日(金)	10:00～11:30	映画鑑賞 「シャレード」	公民館職員	100	2/10
7月19日(金)		<健康講話> 「女性にとっての終活ポイント」	京葉行政書士・FP合同事務所		3/10

《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
7月4日(木)	10:00～11:30	あいあい夏まつり	子育て支援センター・児童ホーム・公民館職員	20	3/8
9月3日(火)	10:00～11:00	かわいい！手形アート	にじの手形アート認定講師 新井恵美	20	4/8

【家庭教育支援事業「親子で楽しむ盆踊り」】

○ねらい：夏の風物詩である、盆踊りを学び、日本の伝統文化を知るとともに地域での夏祭り・盆踊り大会をより一層楽しんでもらえるようにする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月6日(土)	10:00～11:00	親子で盆踊りの踊り方を学ぶ、踊ってみる	日本舞踊芸術協会若生流家元 若生 珠穂	10組	1/3
7月13日(土)					2/3
7月20日(土)					3/3

【たかねだい歌の集い】

○ねらい：大きな声で、おなかの底から童謡や唱歌・世界の民謡などを歌い、音楽を通して仲間づくりと地域の交流を図る。

(共催：たかね台歌の集い実行委員会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	参加人数	備考
6月22日(土)	12:30～14:30	アコーディオン・ピアノの伴奏で歌を歌う。	音楽家 ないとうひろお	自由参加	1/2

令和6年度夏見公民館事業計画

令和6年6月19日～令和6年9月17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
6月29日(土)	9:30～12:00	七夕かざりとうちわ作り	青少年相談員夏見地区、中部ブロック生涯学習コーディネーター	200	
7月13日(土)	調整中	器械体操体験会 (主催：夏見児童ホーム)	講師調整中	調整中	
7月20日(土)					
8月2日(金)	15:00～17:00	夏だ！祭りだ！盆踊り (盆踊り体験練習会)	夏見レクリエーションダンスサークル、山茶花舞の会	60	
8月23日(金)	10:00～12:00	スライムづくり	青少年相談員夏見地区	30	

【夏だ!祭だ!盆踊り】

○ねらい：ハピサタ盆踊り体験練習会に参加した子どもたち、保護者、および講師となった団体と共に地域のお祭りに参加し、世代を超えて地域住民と交流する。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
8月2日(金)	調整中	地区盆踊り輪踊り参加 (夏見台中央公園)	ハピサタ盆踊り参加者	—	
8月3日(土)	午前中	地区子ども神輿参加 (夏見中央自治会)	夏見中央自治会、夏見中央子ども会	—	

《成人》

【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
7月14日(日)	10:00～12:00	第1回：AED訓練、応急処置、熱中症対策ほか	船橋市消防局夏見消防署	40	1/3

《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
7月5日(金)	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初級指導士	40	3/10
8月2日(金)					4/10
9月6日(金)					5/10

【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
6月19日(水)	10:00~11:30	オーラルフレイル予防ゼミナール(唇・舌・声帯を鍛えて嚥下の強化)	介護予防運動指導員	30	3/4
6月26日(水)		ロコモ予防ゼミナール(ロコモチェック、姿勢・歩行チェック)			4/4

【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
7月11日(木)	10:00~11:30	回想法「思い出伝えて元気になるろう」－出張郷土資料館パート3－	郷土資料館職員(考古専門職)	88	3/10
9月12日(木)		民謡を楽しもう!	歌手 坂本りえ		4/10

《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、映画に親しむことのできる環境を提供するとともに、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
6月21日(金)	13:30~15:30	「ローマの休日」 1953年/米国	公民館職員	60	3/12
7月18日(木)		「そして父になる」 2013年/日本			4/12
8月21日(水)		「我が家の楽園」 1938年/米国			5/12

【夏見南部自治会共催防災イベント】

○ねらい：防災減災への意識を高め、避難所となる公民館と自治会との連携により地域を守る当事者として取り組むべきことを学ぶ機会とする。 (共催：夏見南部自治会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月27日(土)	9:00~12:00	起震車体験、AED/救命指導、防災装備・備蓄の体験 ほか	夏見南部自治会、夏見消防署員、危機管理課職員、公民館職員	—	

【学習フリースペース・空き部屋開放事業】

○ねらい：夏見公民館ロビーの学習フリースペース及びフリースペースが一杯の場合に空き部屋を開放する事業を実施し、公民館への来館機会を増やし、児童・生徒、学生及び成人の学習場所を提供する。 利用時間は、小学生 17:00 まで、中学生 18:00 まで、高校生以上 21:00 まで。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月19日(水)~ 6月30日(日)	9:00~21:00	学習フリースペース及び 空き部屋の提供	—	—	通年
7月1日(月)~ 7月31日(水)					
8月1日(木)~ 8月31日(土)					
9月1日(日)~ 9月17日(火)					

【公民館報「なつみ」発行】

○ねらい：公民館の事業や地域の情報を地域住民へ提供し、学習への関心を高め、事業への参加を促す。

月 日()	内 容	部数	備考
8月	事業・サークル案内 他	11,000	1/4

令和6年度高根公民館事業計画

令和6年6月19日～令和6年9月17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
7月27日(土)	10:00～11:30	お札と切手のおはなし	お札と切手の博物館	20	3/11
8月17日(土)		こども電気工作教室	関東電気保安協会		4/11

【ステンシル体験】

○ねらい：Tシャツにステンシルで夏らしい模様を染める体験を行うとともに、参加した子供同士の交流を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月30日(火)	10:00～12:00	Tシャツに模様を染める	高根公民館紅型染クラブ 講師	10	1/1

【親子自然観察会】

○ねらい：田園地域で自然の残っている地域性をいかし、その自然環境について学び体験をするとともに、この講座をとおして地域の方の交流を図る。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
8月1日(木)	10:00～12:00	金杉緑地の自然観察	高根フレンド「みちくさ」	親子 10組	1/1

【夏休み工作講座】

○ねらい：始めに木材を扱う仕事に携わる講師に木材の講話をしていただき、子供たちに木を身近に感じてもらおう。それから、木製の踏み台を制作し、夏休みの課題の一助とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
8月10日(土)	10:00～12:00	木材に関する講話と踏み台作り	持井工務店代表 持井大輔	12	1/1

【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
7月13日(土)	15:00～18:00	青少年向けに卓球台を開放	—	30	3/11
8月10日(土)					4/11
9月14日(土)					5/11

【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
6月19日(水)～ 6月30日(日)	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
7月1日(月)～ 7月31日(水)					
8月1日(木)～ 8月31日(土)					
9月1日(日)～ 9月17日(火)					

《成人》

【リラックスヨガ講座】

○ねらい：地域住民の健康づくりのために、誰でもできる簡単なヨガを行い、体をリラックスさせることを目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月21日(金)	13:30～14:30	初心者向けヨガ	ヨガ講師 林康子	20	3/4
6月28日(金)					4/4

【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
6月22日(土)	15:00～18:00	一般向けに卓球台を開放	—	30	2/11
7月27日(土)					3/11
8月24日(土)					4/11

《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
7月10日(水)	10:00～12:00	交通安全、防犯講話	市民安全推進課、船橋警察署職員	50	3/10
9月11日(水)		モルック体験	スポーツ推進委員		4/10

【シニアのための講座「楽しく学ぶ！認知症予防」】

○ねらい：「人生100年時代」といわれている超高齢社会の現在、健康づくりや介護予防の推進等、多様な内容の学びをシニア世代に向けて提供していくことを目的とする。

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月5日(金)	13:30～15:00	認知症の理解	明治安田生命保険相互会社社員	20	1/3
7月12日(金)		エンディングノートについて			2/3
7月19日(金)		介護のそなえ			3/3

【スマホの使い方講座】

○ねらい：地域住民を対象とし、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
9月12日(木)	10:00～12:00	今からはじめる！スマートフォン体験 入門編	ソフトバンクスマホアドバイザー	10	2/3

【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：健康づくり課）

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月20日(木)	10:00～11:00	シルバーリハビリ体操	ふなばしシルバーリハビリ体操初級指導士	60	3/12
7月18日(木)	10:00～12:00				4/12
8月15日(木)	10:00～11:00				5/12

【秋まつりミニデイサービス】

○ねらい：65歳以上の方を対象とし、参加者同士でゲームや軽体操を行うことによって、引きこもりがちな高齢者の生きがいをづくりの場を提供することを目的とする。

(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
9月13日(金)	10:30～13:00	秋まつりミニデイサービス	高根・金杉地区社会福祉協議会 ミニデイサービス部会	未定	1/1

《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
7月8日(月)	10:00～11:30	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	4/12
8月19日(月)					5/12
9月9日(月)					6/12

【公民館報「たかね」発行】

○ねらい：公民館の事業や地域の情報を地域住民へ提供し、学習への関心を高め、事業への参加を促す。

月 日()	内 容	部数	備考
9月	公民館の事業案内等	6,900	2/3

令和6年度新高根公民館事業計画

令和6年6月19日～令和6年9月17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。

(共催：青少年課・新高根児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月27日(土)	14:00～16:00	ヒップホップダンス	本田さとみ	30	3/8
8月		マジックショー体験	未定	未定	4/8

【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。(共催：新高根児童ホーム)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月2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	4/4

《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
6月20日(木)	13:00～14:30	サマーコンサート	ギタリスト 柳町正隆 他	150	2/3

【ふなばしシルバーリハビリ体操教室】

○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：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月2日(火)	10:00～11:00	シルバーリハビリ体操	ふなばしシルバーリハビリ体操初級指導士	50	4/12
8月6日(火)					5/12
9月17日(火)					6/12

【簡単うんどう講座】

○ねらい：65歳以上の市民を対象に介護予防の意義および取組方法を普及啓発し、介護予防の習慣を図ることにより、要介護状態のなることを予防することを目的とする。また、参加者同士の交流を図る。
(共催：健康づくり課)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
7月1日(月)	10:00～11:30	リラックス体操、簡単筋トレ体操 他	東京体育機器 (株) 運動指導員	25	4/4

《その他》

【サークルミニ発表会】

○ねらい：工事に伴う休館のため、ふれあいまつりの開催が中止となる中ではあるが日頃の練習成果を発表する場を設け、希望団体を募り自治会、町会を含めた親睦の場として開催する。

(共催：新高根公民館利用者連絡協議会)

月 日()	時 間	内 容	講 師	定 員	備考
6月22日(木)	10:00～12:00	発表、囲碁	—	自由参加	1/1