



千葉市公民館情報誌



この公民館、
意外と家から近いかも？

帰り道にある図書室へ
本を返しに行こう♪



お近くの公民館で あたらしい“学び”をはじめませんか？

千葉市の公民館は全部で47館。それぞれの地域の特性を生かして、1年間に計1,000を超える講座を開催しています。同じテーマの講座を複数の公民館で開催することもあり、募集期限が過ぎて諦めていた講座が別の公民館で募集中だった、なんてことも？いつもとは違う公民館にも、ぜひお出かけください！

気になってる講座、
ここでもやってる！

中央区

- ① 松ヶ丘公民館
- ② 生浜公民館
- ③ 新宿公民館
- ④ 宮崎公民館
- ⑤ 葛城公民館
- ⑥ 末広公民館
- ⑦ 椿森公民館
- ⑧ 川戸公民館
- ⑨ 星久喜公民館

花見川区

- ⑩ 幕張公民館
- ⑪ 花園公民館
- ⑫ 懐橋公民館
- ⑬ 検見川公民館
- ⑭ 花見川公民館
- ⑮ さつきが丘公民館
- ⑯ こてはし台公民館
- ⑰ 長作公民館
- ⑱ 朝日ヶ丘公民館
- ⑲ 幕張本郷公民館

稲毛区

- ⑳ 小中台公民館
- ㉑ 黒砂公民館
- ㉒ 轟公民館
- ㉓ 稲毛公民館
- ㉔ 千草台公民館
- ㉕ 草野公民館
- ㉖ 山王公民館
- ㉗ 都賀公民館
- ㉘ 緑が丘公民館

若葉区

- ㉙ 千城台公民館
- ㉚ 更科公民館
- ㉛ 白井公民館
- ㉜ 加曾利公民館
- ㉝ 大宮公民館
- ㉞ みつわ台公民館
- ㉟ 若松公民館
- ㊱ 桜木公民館

緑区

- ㊲ 誉田公民館
- ㊳ 椎名公民館
- ㊴ 土気公民館
- ㊵ 越智公民館
- ㊶ おゆみ野公民館

美浜区

- ㊷ 稲浜公民館
- ㊸ 幕張西公民館
- ㊹ 磯辺公民館
- ㊺ 幸町公民館
- ㊻ 高浜公民館
- ㊼ 打瀬公民館

マークがある公民館には、
図書室があります(全21室)。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、公民館主催の講座について、定員や会場が変更になる場合や、中止・延期となる場合があります。参加応募にあたっては、公民館のホームページにてご確認ください。お問合せいただけますようお願いいたします。

公民館講座情報

※お申し込みの際は、最終面「お申し込みの際のご注意」もご確認ください

中央区					
公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法	
 生浜公民館 ☎263-0268 中央区生実町67-1	世界遺産講座 よくわかる世界遺産入門とヨーロッパの世界遺産の魅力	4/17 ^日 、24 ^日 10:00～12:00 全2回	対象 成人 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 4/2 ^土 ～6 ^金 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	コロナ禍でのお家の過ごし方や認知症などを学ぶ講座	5/18 ^水 、25 ^水 10:00～11:30	対象 60歳以上の方 定員 抽選各20人 費用 無料	募集期間 5/2 ^月 ～8 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	絵本の読み方・選び方講座 学校図書館指導員による、お家での絵本の読み方や遊び方を学ぶ講座です。	6/4 ^土 10:00～11:30	対象 乳幼児を持つ保護者 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 5/2 ^月 ～15 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
葛城公民館 ☎222-8554 中央区葛城2-9-2	見直してみませんか？ 自転車の安全な乗り方と事故への備え 自転車の安全な乗り方や自転車保険についてお伝えします。	4/27 ^水 10:30～12:00	対象 成人 定員 抽選16人 費用 無料	募集期間 4/2 ^土 ～12 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	楽しく学ぶ！認知症予防講座 安心したセカンドライフをおくるために、今から認知症対策を進めましょう。	5/11 ^水 ・18 ^水 10:30～12:00	対象 成人 定員 抽選16人 費用 無料	募集期間 5/2 ^月 ～9 ^月 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	血流アップ&安眠！魔法のタオル運動 イスに座ったまま、体も心もスッキリ。	5/19 ^木 ・26 ^木 13:30～15:30 全2回	対象 成人 定員 抽選16人 費用 無料	募集期間 5/2 ^月 ～9 ^月 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	手のひらで感じる自然～苔玉作り リビングやデスクに置ける癒しのインテリア、苔玉。徐々に育つ様子も楽しみです。	5/28 ^土 13:30～15:30	対象 成人 定員 抽選16人 費用 800円	募集期間 5/2 ^月 ～9 ^月 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
新宿公民館 ☎243-4343 中央区新宿2-16-14	ハーブ活用術 「ハーブの利用方法を学ぼう」 ハーブのことを学び、生活の中に活かしてみましょ。	5/18 ^水 、6/1 ^水 ・15 ^水 10:00～12:00 全3回	対象 成人 定員 抽選12人 費用 3,000円	募集期間 5/6 ^金 ～11 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	 親子講座 「ふれあい遊び、物作りを楽しもう」 親子で楽しみながら、ふれあい遊びや物作りをしてみませんか。	6/13 ^月 ・27 ^月 、7/4 ^月 10:00～12:00 全3回	対象 1～3歳（未就園児）と保護者 定員 抽選10組 費用 無料	募集期間 5/27 ^金 ～6/2 ^土 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
末広公民館 ☎264-1842 中央区末広3-2-2	はじめてのオンライン体験 「Zoom入門編」 Zoom（ビデオ通話）の基本的な使い方を体験しましょう！貸出機はiPadです。	5/16 ^月 13:30～15:30	対象 60歳以上の方 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 4/21 ^金 ～27 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	いちばんやさしい！ 初めてのスマホ体験（iPhone編） LINEを体験してみよう。貸出機はiPhoneです。	6/20 ^月 ・21 ^火 13:30～15:30	対象 成人 定員 抽選8人 費用 無料	募集期間 5/26 ^金 ～6/1 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
椿森公民館 ☎254-0085 中央区椿森6-1-11	 元気がでる親子3B体操 楽しく親子でワンツーパーンチ！のびのび体を動かそう♪	5/30 ^月 、6/6 ^月 10:30～12:00 全2回	対象 1歳半～2歳児親子 定員 抽選6組 費用 無料 持物 うわばき・タオル・飲み物	募集期間 5/2 ^月 ～10 ^日 申込方法 メール（oubo.tsubakimori@ccllf.jp ※（必）を明記）または直接来館。抽選後、結果を通知。	
星久喜公民館 ☎266-4392 中央区星久喜町615-7	始めてみよう！大人のぬりえ この春何かを始めたい方、ぬりえ楽しみませんか。	4/19 ^火 、5/17 ^火 、6/21 ^火 、7/12 ^火 10:00～12:00 全4回	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料 持物 色鉛筆	募集期間 4/2 ^土 ～9 ^土 申込方法 電話	
	幕張のスカイウォーク ～春の幕張を散歩しよう～ 春の日差しを受けながら、幕張の街を闊歩しよう！	5/25 ^水 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料 持物 タオル・飲み物	募集期間 5/10 ^日 必着 申込方法 (往)に(必)を明記して ☎260-0808 中央区星久喜町615-7 星久喜公民館へ	
松ヶ丘公民館 ☎261-5990 中央区松ヶ丘町257-2	相続セミナー 行政書士による相続についての講演です。(お葬式後の必要な手続きなど)	6/12 ^日 13:00～15:00	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/29 ^日 ～6/4 ^土 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	相続個別相談会 行政書士による相続についての個別相談会です。(1人20分程度)	6/12 ^日 15:00～17:00	対象 成人 定員 抽選5人 費用 無料	募集期間 5/29 ^日 ～6/4 ^土 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。	
宮崎公民館 ☎263-5934 中央区宮崎2-5-22	誤嚥性肺炎を予防する ボイストレーニング 声帯など口の中の筋肉を鍛えて誤嚥性肺炎を予防しましょう。1回のみ参加可。	5/13 ^金 、6/10 ^金 、7/8 ^金 、9/9 ^金 、10/14 ^金 13:30～14:30	対象 65歳以上の方 定員 抽選各10人 費用 無料	募集期間 4/2 ^土 ～20 ^日 申込方法 メール（oubo.miyazaki@ccllf.jp ※（必）を明記）または直接来館。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	終活を「祝活」にする講座 楽しく学んでお祝いしよう！これからの人生に役立ついろいろ講座	5/14 ^土 、6/11 ^土 、7/9 ^土 、9/10 ^土 、10/8 ^土 10:00～12:00 全5回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 4/2 ^土 ～20 ^日 申込方法 メール（oubo.miyazaki@ccllf.jp ※（必）を明記）または直接来館。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	体幹を整える「ピラティス体験教室」 体のゆがみ改善やスタイルアップなど、ピラティスを体験してみましょう。	5/26 ^木 、6/9 ^木 10:00～11:00 全2回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料 持物 ヨガマットまたはバスタオル	募集期間 5/2 ^月 ～16 ^日 申込方法 メール（oubo.miyazaki@ccllf.jp ※（必）を明記）または直接来館。抽選後、受講決定者のみ通知。	
	生ごみを使った安心安全な野菜作り 生ごみを堆肥にして家庭菜園で安全安心な野菜を作りましょう。	5/22 ^日 、6/25 ^土 、7/23 ^土 、8/27 ^土 、9/17 ^土 、10/22 ^土 14:00～16:00 全6回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 3,500円	募集期間 5/2 ^月 ～16 ^日 申込方法 メール（oubo.miyazaki@ccllf.jp ※（必）を明記）または直接来館。抽選後、受講決定者のみ通知。	



マークは子ども向けの講座です。



マークは図書室設置公民館です。

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
宮崎公民館 ☎263-5934 中央区宮崎 2-5-22	江戸流手打ちそば体験教室 実技後のお蕎麦を持ち帰り、講師の打った蕎麦を食します。1回のみ参加も可。	5/28 ^土 、6/5 ^日 、6/19 ^日 9:30～13:00	対象 成人 定員 抽選各回6人 費用 1,500円／回	募集期間 5/2 ^月 ～23 ^日 申込方法 メール (oubo.miyazaki@ccllf.jp※ (必)を明記) または直接来館。抽選後、受講決定者のみ通知。

花見川区

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
朝日ヶ丘公民館 ☎272-4961 花見川区 朝日ヶ丘 1-1-30	初めての生け花 初心者向けの生け花講座で、気軽に伝統文化に親しめます。	4/19 ^火 、5/17 ^火 、6/21 ^火 、 9/20 ^火 、10/18 ^火 、11/15 ^火 、 12/20 ^火 13:00～15:00 全7回	対象 成人 定員 抽選5人 費用 4,900円	募集期間 4/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	体操講座『初めてのヨガ体験』 ヨガの基本を学べる初心者向け講座です。健康な体を目指して、チャレンジしてみませんか。	5/30 ^日 13:30～15:30	対象 成人 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
検見川公民館 ☎271-8220 花見川区 検見川町 3-322-25	春笑！落語フォーエヴァー 笑いで元氣と健康になりましょう。フォーエヴァーさんの落語を存分にお楽しみください。	4/17 ^日 13:30～15:00	対象 どなたでも 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 4/8 ^日 必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒262-0023花見川区検見川町3-322-25検見川公民館へ
	初心者のためのアルゼンチンタンゴ教室 初めての人のための、楽しいタンゴダンスレッスンです。	5/19 ^水 ・26 ^水 13:30～15:30 全2回	対象 成人 定員 抽選10組20人 費用 無料 持物 靴下またはダンスシューズ	募集期間 5/2 ^日 ～13 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	アロマ香る化粧水作り 自分で作れるアロマ化粧水の簡単レシピをご紹介します。肌刺激が少ないアロマコスメを作ってみませんか。	5/28 ^土 10:00～11:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 800円	募集期間 5/14 ^日 ～20 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
横橋公民館 ☎259-2958 花見川区 横橋町 162-1	体の健康チェック「睡眠」と「健康の知恵袋」 血管年齢測定、血中酸素濃度測定、自立神経チェッカーなどの測定も行います。	4/21 ^水 9:30～12:00	対象 成人 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 4/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	春の寄せ植え講座 春のお花の寄せ植えです。友達と家族はもちろん、おひとりでも大歓迎です。	5/7 ^土 14:00～16:00	対象 小学生以上の方 定員 抽選15人 費用 1,000円	募集期間 4/16 ^日 ～22 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	おうちでできる！ラテアート体験講座 お気に入りのカップにラテアートを描いてみませんか？ご家庭で手軽にできる方法を学びます。	5/25 ^水 13:00～15:30	対象 成人 定員 抽選8人 費用 500円	募集期間 5/2 ^日 ～12 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	布ぞうり作り体験講座 古布を再利用して作ります。作っても履いてもエコなぞうり作りです。	5/30 ^日 10:00～15:00	対象 成人 定員 抽選16人 費用 500円	募集期間 5/10 ^日 ～16 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
こてはし台公民館 ☎250-7977 花見川区 横戸町 861-4	「終活」ギグナー講座 「人生100時代」を自分らしく生きるために考えませんか。【難聴者支援ヒアリンググループ設置】	5/22 ^日 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/1 ^日 ～7 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	女性健康講座「知ってトクする野菜のチカラ」 いきいきと健康的に過ごすための食の工夫を学びましょう。	5/31 ^火 10:00～12:00	対象 成人女性 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/1 ^日 ～7 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
さつきが丘公民館 ☎250-7967 花見川区 さつきが丘 1-32-4	「睡眠」と「健康」の知恵袋 睡眠の悩みを持つ人へ眠りと健康の意外な関係やお悩み解決方法をご紹介します！	5/14 ^土 13:00～15:00	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/1 ^日 ～7 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
花園公民館 ☎273-8842 花見川区 花園3-12-8	はじめてのヨーガ 新しいコトを始めたくなる春。心と体を整えるヨーガを体験してみませんか。	4/27 ^水 10:00～11:30	対象 成人 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 4/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	スマートライフ講座「Zoomにチャレンジ」 オンライン講座やWeb会議で一般的になったZoom。貸出のiPadで気軽に体験しましょう。	5/31 ^火 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話または、メール (oubo.hanazono@ccllf.jp※ (必)を明記) 抽選後、受講決定者のみ通知。
	大賀ハス開花70周年記念講演 今年で開花70周年を迎える大賀ハス。検見川で発掘された古代ハスに思いを馳せてみませんか。	6/4 ^土 10:00～12:00	対象 小学生以上の方 定員 抽選30人 費用 無料	募集期間 5/9 ^日 ～15 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
花見川公民館 ☎257-2756 花見川区 柏井町1590-8	2歳児前後親子ふれあい教室 経験豊富な講師による親子遊びに親しみ、親子のふれあいを深めます。	5/11 ^水 ・18 ^水 ・25 ^水 10:00～12:00 全3回	対象 1歳6か月児～2歳6か月児と保護者 定員 抽選10組20人 費用 無料	募集期間 4/15 ^日 ～21 ^日 申込方法 電話・メール (oubo.hanamigawa@ccllf.jp※ (必)を明記) 抽選後、受講決定者のみ通知。
	体験講座「はじめての川柳」 日々の喜怒哀楽を5・7・5調で表現します。頭の体操、ストレス予防にも。	5/23 ^日 ・30 ^日 10:00～12:00 全2回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
📖 幕張公民館 ☎273-7522 花見川区 幕張町4-602	幕張の歴史を歩こう 幕張駅周辺を散策します。町中にひっそりとある歴史を見つけに出かけましょう！	5/8日、22日 13:00～16:00 全2回	対象 成人 定員 抽選30人 費用 無料 備考 雨天中止の場合翌週に開催	募集期間 4/18日必着 申込方法 (往)(1通1人まで)に(必)を明記して、〒262-0032 花見川区幕張町4-602 幕張公民館へ。メール(oubo.makuhari@ccllf.jp※(必)を明記)も可。
	ゼロからはじめよう iPhoneで体験！スマホ操作 スマートフォンに初めて触る方向けの講座です。画面の点け方からゆっくりと学べます。	6/13日 10:00～12:00	対象 65歳以上の方 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 5/18日必着 申込方法 (往)(1通1人まで)に(必)を明記して、〒262-0032 花見川区幕張町4-602 幕張公民館へ。メール(oubo.makuhari@ccllf.jp※(必)を明記)も可。
幕張本郷公民館 ☎271-6301 花見川区 幕張本郷2-19-33	日本語ボランティアのための入門講座 日本語支援活動に興味のある方に、日本語の学習支援をする日本語ボランティア	5/10日、5/17日、5/24日、5/31日、6/7日、6/14日、6/28日、7/5日、7/12日、7/26日 15:00～17:00 全10回	対象 日本語を教えるボランティアに興味がある成人 定員 抽選8人 費用 無料	募集期間 4/12日～27日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。
	👤 親子で遊ぼう 親子でふれあい遊びや物作りをしてみませんか。	5/27日、6/10日・24日 10:00～12:00 全3回	対象 1～2才児と保護者 定員 抽選12組24人 費用 300円	募集期間 5/2日～16日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。

稲 毛 区				
公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
稲毛公民館 ☎243-7425 稲毛区稲毛1-10-17	初心者のための水彩画講座「いなげ八景を描く」 いなげ八景を巡り、稲毛の魅力を一緒に再発見しましょう！！	5/7日・14日・21日 10:00～12:00 全3回	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 4/4日～7日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。
	Let's Hula!フラダンス初級 ハワイアン調に乗って、楽しく踊りましょう！！	5/11日・18日・25日、6/1日 10:00～12:00 全4回	対象 成人女性 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/1日～4日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。
📖 草野公民館 ☎287-3791 稲毛区園生町384-93	救命講習 ～利用中の万が一に備えて～ 心肺蘇生法やAEDの使い方を学び、みんなで確認し、備えましょう。	4/4日 10:00～12:00	対象 クラブ連絡協議会役員 定員 20人 費用 無料	申込方法 対象者にチラシにて案内
	Androidスマホ講座 ～マップやアプリを使ってみよう～ スマホの便利機能マップやアプリの使い方を学んで、生活に取り入れましょう。	4/27日 10:00～12:00	対象 60歳以上でスマートフォンの基本操作ができる方 定員 抽選16人 費用 無料	募集期間 4/5日～7日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。
	心と体を癒すリラックス講座 ①リンパマッサージ ②ヨガ ③コーヒー 疲れた心と体を楽しみながら癒しましょう。 ①顔を中心にリンパマッサージで笑顔に ②心と体をヨガでリフレッシュ ③コーヒーについて学び心を癒す。	5/11日・18日・25日 10:00～12:00 全3回	対象 成人女性 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/2日～5日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。
	👤 パパ・ママとあそぼう ハッピータイム パパ・ママと一緒に手遊びや体操・歌や楽器で楽しい時間を過ごしましょう。ふだんはいそがしいパパとの交流で家族みんなでハッピーに♪	5/22日 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00	対象 0～6才児と両親 定員 抽選各5組 費用 無料	募集期間 5/9日～16日 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ連絡。
黒砂公民館 ☎241-2811 稲毛区黒砂2-4-18	気楽に落語でもいかがですか(千葉大学落語研究会) 千葉大落研による、木戸銭無料の落語会です。	4/23日 13:30～14:30	対象 成人 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 4/2日～10日 申込方法 電話
	初心者向け体験講座「楊名時太極拳で健康づくり」 初めての人が気軽に楽しみたいだけの、楊名時太極拳二十四式の体験講座です。	5/13日 13:00～14:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/2日～8日 申込方法 電話
小中台公民館 ☎251-6616 稲毛区小中台5-7-1	コーヒーで癒しのひと時を～香りの違いを感じてみよう～ お気に入りのマグカップでコーヒーを楽しみましょう。	4/30日 13:30～15:00	対象 成人 定員 抽選15人 費用 100円	募集期間 4/2日～5日 申込方法 電話
	お家でできるプチ体操 運動が初めてでも大丈夫！家でもできる体操を学びましょう。	5/25日 10:00～12:00	対象 60歳以上の方 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 5/2日～5日 申込方法 電話
	千葉県の鉄道の歴史～発展期～ なじみのある千葉県の鉄道。どのように発展していったか学んでみませんか。講師：NPO法人郷土ちばに学び親しむ会 西野則一さん	6/12日 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選25人 費用 無料	募集期間 5/6日～8日 申込方法 電話
📖 山王公民館 ☎421-1121 稲毛区六方町55-29	コーヒーブレイク ～コーヒーの香りと味を楽しもう～ 専門家からコーヒーの楽しみ方を教わります。	4/23日 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料	募集期間 4/5日～11日 申込方法 電話
	はじめての英会話 ～今さら聞けないいざ～ 初歩の英会話にチャレンジしてみませんか!?	5/8日・15日・29日、6/5日 13:30～15:30 全4回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 4/19日～25日 申込方法 電話または、メール(oubo.sanno@ccllf.jp※(必)を明記) 抽選後、受講決定者のみ通知。

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
 山王公民館 ☎421-1121 稲毛区六方町 55-29	ぬりえセラピー ～色を楽しんで心に癒しを～ ぬりえの面白さを体験してみませんか・・・	5/28 ^土 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 300円	募集期間 5/16(月)～22(日) 申込方法 電話
	初心者向けライン教室 ラインを始めたいと思っている方、ぜひご参加を！	6/18 ^土 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/25(金)～31(金) 申込方法 電話
 千草台公民館 ☎255-3032 稲毛区天台 3-16-5	 わくわく楽学GWお楽しみデー ①マジックショー ②映画鑑賞 ゴールデンウィークに公民館で憩いのひとときを	5/4 ^水 ①10:30～11:30 ②13:30～16:00	対象 小学生以上の方 定員 ①抽選12人 ②抽選15人 費用 無料	募集期間 4/2(土)～8(金) 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
	そば作り教室 「美味しい手打ちそばを打ってみませんか？」 そば打ちを体験してみませんか？	5/22(日)・29(日) 9:00～12:00 全2回	対象 成人 定員 抽選8人 費用 3,000円 備考 バンダナ、タオル2枚、前掛け、タッパ、上履き	募集期間 5/3(金)～9(月) 申込方法 電話で。抽選後、受講決定者のみ通知。
 都賀公民館 ☎251-7670 稲毛区作草部 2-8-53	ママのためのヨガ教室 「ヨガで心も体もリフレッシュ！」 全米ヨガアライアンスRYT200取得インストラクターの武川先生による、子育て中のお母さんを対象としたヨガ教室です。初めての方でもご参加いただけます。	5/20(金)・27(金) 10:00～11:30 全2回	対象 小学生以下の子どもの持つ保護者 定員 抽選8人(託児あり) 費用 無料 備考 2歳以上の就学前児を対象に託児あり(定員3人※多数の場合は抽選にて決定)	募集期間 4/2(土)～15(金) 申込方法 電話・メール (oubo.tsuga@ccllf.jp※(必)を明記。託児希望の場合はその旨を明記) 抽選後、受講決定者のみ通知。
	 ベビーリトミック教室 ～親子でスキンシップ～ 参加者と交流しながら、音楽に合わせて楽しい時間を過ごしましょう。ママと赤ちゃんのためのやさしい時間です。	6/23(木)・30(木) 10:00～12:00 全2回	対象 1歳から1歳8か月程度の幼児と保護者 定員 抽選8組(託児あり) 費用 無料 備考 2歳以上の就学前児を対象に託児あり(定員3人※多数の場合は抽選にて決定)	募集期間 5/3(金)～15(日) 申込方法 電話・メール (oubo.tsuga@ccllf.jp※(必)を明記。託児希望の場合はその旨を明記) 抽選後、受講決定者のみ通知。
 轟公民館 ☎251-7998 稲毛区轟町 1-12-3	ワードでチラシを作成しよう ワードを使って効果的なチラシや連絡網を作成しましょう。	5/11(水)・12(木)・13(金) 9:00～12:00 全3回	対象 ワードを使ったことがある方 定員 抽選10人 費用 1,200円	募集期間 4/12(必)必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒263-0021 稲毛区轟町1-12-3轟公民館へ
	 青春Dance! We are: Drop 2022春公演 (A) (B) Dropは、J-popやK-popなど様々なジャンルの曲のダンスをコピーして披露するサークルです。ダンスを通じて、皆さんに元気とハピネスをお届けします。	5/22(日) (A)10:30～12:00 (B)14:00～15:30	対象 小学生以上の方 定員 各回抽選30人 費用 無料	募集期間 5/10(必)必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒263-0021 稲毛区轟町1-12-3轟公民館へ
	まんまる苔玉づくりま専科 かわいい苔玉で癒しの空間を演出しませんか。	6/4(土) 10:00～12:00	対象 初めて苔玉をつくる方 定員 抽選20人 費用 800円	募集期間 5/10(必)必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒263-0021 稲毛区轟町1-12-3轟公民館へ
 緑が丘公民館 ☎259-2870 稲毛区宮野木町 1807-3	 親子スキンシップ教室 ～ベビーマッサージ～	6/1(水)・8(水)・15(水)・22(水) 13:30～15:30 全4回	対象 0歳児(月齢4か月～12か月)の親子 定員 抽選10組 費用 500円	募集期間 5/2(月)～11(金) 申込方法 電話・メール (oubo.midorigaoka@ccllf.jp※(必)を明記)

若 葉 区				
公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
 大宮公民館 ☎265-2284 若葉区大宮町 3221-2	終活の心得～お一人様の生前対策～ 豊かな自己実現のために終末期を迎えるまでの生活プランを学ぶ。	5/30(日) 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 4/5(必)～9(土) 申込方法 電話
	ボランティア手編み講座 手編み小物の編み方を学び作品を完成させる。	6/8(水)・15(水) 10:00～12:00 全2回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/6(金)～10(日) 申込方法 電話
加曽利公民館 ☎232-5182 若葉区 加曽利町 892-6	手芸講座 「マスクストラップを作ろう」 ビーズを使ってお洒落なマスクストラップをつくる。	4/27(水) 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選12人 費用 200円	募集期間 4/2(土)～7(金) 申込方法 電話
	リサイクル講座 「チューリップハット作り教室」 不用になった布でチューリップハットを作ってみよう。	5/18(水)・25(水) 10:00～12:00 全2回	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料	募集期間 5/2(月)～7(土) 申込方法 電話
 桜木公民館 ☎234-1171 若葉区桜木3-17-29	 リズムにのって親子遊び リトミック・工作遊び・パネルシアターなど親子で楽しい時間を過ごしましょう。	5/20(金)・27(金) 10:30～12:00 全2回	対象 1歳6か月～3歳児と保護者 定員 抽選10組20人 費用 無料	募集期間 5/2(月)～5(金) 申込方法 電話
 更科公民館 ☎239-0507 若葉区更科町 2254-1	ギャラリーさらしな写真展 撮影講座に参加した方々の写真を展示致します。	5/1(日)～13(金) 9:00～17:00	対象 市民 定員 無料	—
	初心者のための撮影講座Ⅱ 「中田やつ耕園」での写真撮影と講評を行います。	5/7(土) 9:00～12:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 4/2(土)～24(日) 申込方法 電話
	法律講座「相続について」 身近な法律に関する疑問にお答え致します。	5/28(土) 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選30人 費用 無料	募集期間 5/2(月)～22(日) 申込方法 電話
	シニアライフ講座 シニア世代の誰もが持つ悩みや心配事に専門家が答え致します。	6/11(土) 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選30人 費用 無料	募集期間 5/2(月)～31(日) 申込方法 電話



マークは子ども向けの講座です。



マークは図書室設置公民館です。

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
白井公民館 ☎228-0503 若葉区野呂町 622-10	スマホ講座 ～スマホの基本とライン体験～ スマホの機能の中でも、特にラインの使い方を 知りたい方にお勧めの講座です。	5/28 ^土 10:00～12:00	対象 60歳以上の方 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/7 ^土 ～15 ^日 申込方法 電話
千城台公民館 ☎237-1400 若葉区 千城台西 2-1-1	元気なうちから始めましょう！ ～老化予防健康体操～ 若葉いきいきプラザから講師をお迎えします。 心身の老化防止と健康維持・増進を図る体操に 挑戦してみよう！	5/12 ^金 10:00～11:30	対象 60歳以上の方 定員 抽選18人 費用 無料	募集期間 4/12 ^金 ～18 ^日 申込方法 電話
	ベビーマッサージ教室 ～親子でスキンシップ～ ベビーマッサージを通して、親子でリラックス しましょう。	6/2 ^金 ・9 ^金 10:00～12:00 全2回	対象 3ヶ月～7ヶ月の乳児 と保護者 定員 抽選6組 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話
	コロナ禍における子育て講演会 教育アドバイザーに相談もできます。	6/20 ^日 10:00～12:00	対象 子育て中の方 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 5/9 ^日 ～15 ^日 申込方法 電話
	ポッチャ体験会 ～実戦形式で楽しく 体験しましょう～ お子様から高齢の方まで、どなたでも参加できま す。ポッチャを実戦形式で体験してみよう！	6/25 ^土 13:30～15:00	対象 小学生以上の方 定員 抽選18人 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～8 ^日 申込方法 電話
みつわ台公民館 ☎254-8458 若葉区みつわ台 3-12-17	はじめてのヨガ 身体が軽くなり、呼吸が深まり心が落ち着きます。 身体が固い方、運動が苦手な方、どなたでも大 丈夫です。自分のできる範囲で、呼吸に合わせて ゆっくり丁寧に動くレッスンです。	5/9 ^日 ・16 ^日 10:00～11:30 全2回	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 4/13 ^金 必着 申込方法 (往)に(必)を明記 して〒264-0032千葉市 若葉区みつわ台3-12-17 みつわ台公民館へ
	てぶらではじめての棒編み ～日焼け防止手袋を作ろう～ 編み物は、リラックス効果、脳の活性化、認知 症予防があるといわれています。夏用の日焼け 防止手袋を作ります。	6/6 ^日 ・13 ^日 ・20 ^日 10:00～12:00 全3回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 2,000円(材料費)	募集期間 5/12 ^金 必着 申込方法 (往)に(必)を明記 して〒264-0032千葉市 若葉区みつわ台3-12-17 みつわ台公民館へ
若松公民館 ☎231-7991 若葉区若松町 2117-2	フレイル予防講座 生活習慣を見直してフレイル（健康と要介護の 中間の虚弱状態）を予防しよう。 講師：あんしんケアセンター都賀	4/7 ^金 ・5/12 ^金 ・6/2 ^金 13:30～14:30 全3回	対象 成人 定員 先着6人 費用 無料	募集期間 受付中 申込方法 電話
	絵本の会による 「大人のたのめのお話し会」 市内の保育園などで読み聞かせのボランティア 活動をしている絵本の会が、学習の成果を披露 します。 講師：天野美智子（絵本講師）、礪波百合子（紙 芝居作家）	5/19 ^金 10:30～12:00	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料	募集期間 5/9 ^日 必着 申込方法 (往)に(必)を明記 して、〒264-0021若葉区 若松町2117-2 若松公民館 へ。または、メール（oubo. wakamatsu@ccllf.jp※ (必)を明記）抽選後、当落に 関わらず5/12 ^金 までに連絡
	坂月川親子生き物教室 ～蛭、とんぼ、かえる、野鳥～ 公民館で学習してフィールドに出かけよう。夏休 みには宿題応援も計画。(講師：坂月川愛好会)	6/12 ^日 10:00～12:00 11/19 ^土 13:30～15:30 1/15 ^日 10:00～12:00 全3回	対象 小中学生と保護者、 全3回出席できる方 定員 抽選8組 費用 無料	募集期間 6/1 ^日 ～2 ^日 申込方法 メール（oubo. wakamatsu@ccllf.jp※ (必)を明記）抽選後、当落に 関わらず6/3 ^金 に回答

緑 区

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
越智公民館 ☎294-6971 緑区越智町 822-7	シニア食事セミナー 「上手なカルシウムの摂り方」 あなたの「骨」は健康ですか？食事を通じた「骨 粗しょう症対策」などについて学びます。	4/28 ^金 10:00～12:00	対象 60歳以上の方 定員 抽選12人 費用 無料	募集期間 4/2 ^日 ～6 ^日 申込方法 電話
	「越智公民館で」読み聞かせボラン ティアをしませんか 越智公民館や各近隣施設でおはなし会や読み聞 かせをしてみたい方向けの講座です。講習後に 実際におはなし会を予定しています。	5/15 ^日 ・6/12 ^日 ・7/10 ^日 10:00～12:00 全3回	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～6 ^日 申込方法 電話
	アートフラワー教室 「テッセン（クレマチス）を作ろう」 テッセンの花言葉は「甘い束縛」。素敵な色の 「テッセン」を作ってみませんか！インテリアと しても楽しめます。	5/20 ^金 13:30～15:30	対象 成人 定員 抽選10人 費用 600円	募集期間 5/2 ^日 ～6 ^日 申込方法 電話
おゆみ野公民館 ☎293-1520 緑区おゆみ野 中央2-7-6	健康講座 おいしいダシの取り方を学ぶ。	5/18 ^金 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選10人 費用 無料	募集期間 5/2 ^日 ～6 ^日 申込方法 電話
土気公民館 ☎294-0049 緑区土気町 1631-7	はじめてのスマホ体験 「スマホの基本とLINE体験」	4/19 ^金 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選12人 費用 無料	募集期間 4/2 ^日 ～6 ^日 申込方法 電話
	パソコン教室 「初心者のためのワード」	5/25 ^金 ・26 ^金 ・27 ^金 13:30～16:30 全3回	対象 パソコンで文字入力ができる方 定員 抽選10人 費用 1,320円 持物 USBメモリー	募集期間 5/9 ^日 ～13 ^日 申込方法 電話
誉田公民館 ☎291-1512 緑区誉田町1-789-49	親子で遊ぼう！「英語でリトミック」 英語を聞きながら体操や遊びを一緒にしまし ませんか！	5/14 ^土 ・21 ^土 10:00～11:00 全2回	対象 1～3歳児と保護者 定員 抽選8組16人 費用 無料	募集期間 4/13 ^金 ～18 ^日 申込方法 電話

公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
 菅田公民館 ☎291-1512 緑区菅田町1-789-49	パソコン教室 「初心者のためのエクセル」	5/25水・26木・27金 9:00～12:00 全3回	対象 パソコンで文字入力ができる方 定員 抽選10人 費用 1,320円 持物 USBメモリー	募集期間 5/9月～13金 申込方法 電話

美 浜 区				
公民館名	講座名	開催日時	対象／定員／費用	募集期間／申込方法
 磯辺公民館 ☎278-0033 美浜区磯辺 1-48-1	 子ども読書活動推進 春のお話し会（3～4歳児対象） 元図書館職員がお話し会と絵本選びのアドバイスをいたします。	4/23土 10:00～10:45	対象 3～4歳児と保護者 定員 抽選10組 費用 無料	募集期間 4/2④～4④ 申込方法 電話または、メール（oubo.isobe@ccclf.jp ※（必）を明記）
	 子ども読書活動推進 春のお話し会（5～6歳児対象） 元図書館職員がお話し会と絵本選びのアドバイスをいたします。	4/23土 11:15～12:00	対象 5～6歳児と保護者 定員 抽選10組 費用 無料	募集期間 4/2④～4④ 申込方法 電話または、メール（oubo.isobe@ccclf.jp ※（必）を明記）
	パソコン講座 「初心者のためのエクセル」 パソコンで文字入力ができる方向けの講座です。	5/18水・19木・20金 9:00～12:00 全3回	対象 文字入力ができる成人 定員 抽選10人 費用 1,320円	募集期間 5/2④～4④ 申込方法 電話または、メール（oubo.isobe@ccclf.jp ※（必）を明記）
 稲浜公民館 ☎247-8555 美浜区稲毛海岸 3-4-1	2～3歳児親子体操教室 講師とともに親子体操に取り組んでみませんか。子育てについての情報交換も深めていきましょう。	5/6金・13金・20金・27金 10:00～12:00 全4回	対象 2～3歳児と保護者 定員 抽選20組 費用 無料	募集期間 4/13④～24④ 申込方法 電話または、メール（oubo.inahama@ccclf.jp ※（必）を明記）
	コケ玉作りを楽しもう!! 「花びと会ちば」様より講師をお迎えし、初心者から丁寧に指導いただきます。	6/8水 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選8人 費用 800円	募集期間 5/27金必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒261-0005 美浜区稲毛海岸3-4-1 稲浜公民館へ。またはメール（oubo.inahama@ccclf.jp ※（必）を明記）
 打瀬公民館 ☎296-5100 美浜区打瀬 2-13	アンガーマネージメント ～子どもが伸びる怒らない子育て法～ 子育て中のイライラを解消して親子関係をよくし、ママも子どももハッピーに!	5/12木 10:00～12:00	対象 子育て中の母親 定員 抽選16人 費用 無料	募集期間 4/22④～27④ 申込方法 電話または、メール（oubo.utase@ccclf.jp ※（必）を明記）
	パソコン講座 「ワードでチラシを作成しよう」 サークル会員募集、地域活動のお知らせなど、チラシを作る機会がある方、見栄え良いチラシの作り方を学んでみませんか。	5/18水・19木・20金 13:30～16:30 全3回	対象 ワードを使ったことがある成人 定員 抽選10人 費用 1,200円	募集期間 5/2④～9④ 申込方法 電話または、メール（oubo.utase@ccclf.jp ※（必）を明記）
 幸町公民館 ☎247-0666 美浜区幸町 2-12-14	くらしの巡回講座 「悪質商法の手口と対処法」 消費者トラブルの事例を学び、詐欺に合わないための知識と対処法を身につけましょう。	4/30土 10:00～12:00	対象 成人 定員 抽選20人 費用 無料	募集期間 4/6④必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒261-0001 美浜区幸町2-12-14 幸町公民館へ。または、メール（oubo.saiwaicho@ccclf.jp ※（必）を明記）
	 赤ちゃんふれあい体操教室 赤ちゃんとのふれあい体操を学びながら、親子のコミュニケーションを楽しみましょう♪	5/16月・23月・30月 10:30～11:30 全3回	対象 生後5か月～1歳5か月の乳児と保護者 定員 抽選10組 費用 無料	募集期間 5/9④必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒261-0001 美浜区幸町2-12-14 幸町公民館へ。または、メール（oubo.saiwaicho@ccclf.jp ※（必）を明記）
 高浜公民館 ☎248-7500 美浜区高浜 1-8-3	赤ちゃん和妈妈の体操 「楽しくベビーマッサージ」 ママも赤ちゃんをあやしながらの運動でリフレッシュ。	4/15金・22金・5/6金 10:00～11:00 全3回	対象 1歳未満の乳幼児と母親 定員 抽選10組 費用 無料	募集期間 4/8④まで 申込方法 電話
	初めてのパッチワーク 「基本から学ぶポーチ作り」 パッチワークで彩のある日常を! 集いの楽しさを実感します。	4/21木・28木・5/12木 13:30～15:30 全3回	対象 成人 定員 抽選10人 費用 600円	募集期間 4/8④必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒261-0003 美浜区高浜1-8-3 高浜公民館へ
	初めてのヤムナボール&ピラティス 「筋膜リリースを体験」 骨格を本来あるべき位置に戻していくセルフケアとインナーマッスルの鍛え方を学びます。	5/24水・31水・6/7水 10:45～12:15 全3回	対象 成人 定員 抽選15人 費用 無料	募集期間 5/10④必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒261-0003 美浜区高浜1-8-3 高浜公民館へ
 幕張西公民館 ☎272-2733 美浜区幕張西 2-6-2	「多肉植物の箱庭作り（植え込み口約9cm）」 ～ハート♡ピック作り講習付き ・セロハン&リボンのラッピング講習付き ・多肉の育て方レシピと育て方メンテナンス講習付き	5/13金 13:30～15:30	対象 成人 定員 抽選15人 費用 2,500円 持物 ピンセット・ハサミ・持ち帰り用の袋	募集期間 4/15④必着 申込方法 (往)に(必)を明記して〒261-0026 美浜区幕張西2-6-2 幕張西公民館へ
	陶芸入門教室 ①月曜日コース ※午前か午後のいずれかのコース。全4日間。	5/16月・23月、 6/6月・13月 午前 10:00～12:00 午後 13:30～15:30 全4回	対象 成人 定員 抽選各コース8人 費用 1,000円	募集期間 5/5④～7④ 申込方法 電話
	陶芸入門教室 ②木曜日コース ※午前か午後のいずれかのコース。全4日間。	5/19木・26木、 6/9木・16木 午前 10:00～12:00 午後 13:30～15:30 全4回	対象 成人 定員 抽選各コース8人 費用 1,000円	募集期間 5/5④～7④ 申込方法 電話

※（往）は往復ハガキです。（必）は必要事項です。（記載事項は往復ハガキによる申し込み方法のご案内、 往信うらをご確認ください。）

子育てママの おしゃべりタイム

パパも
歓迎！



妊婦の方や子育て中の保護者が子どもと一緒に公民館を利用することができ、子育てサポーターに子育てなどに関する悩みや不安について相談できる場です。
また、他の保護者とお話ししたり、子どもと遊んだり、自由に過ごすなど、子育ての仲間づくりや気分転換にお気軽にご利用ください。

区	日程	会場	問合せ
中央	5/10(火)	松ヶ丘公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990
	5/16(月)	新宿公民館	
	5/23(月)	生浜公民館	
花見川	4/13(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522
	4/27(水)		
	5/11(水)		
	5/25(水)		
稲毛	4/11(月)	小中台公民館	小中台公民館 ☎251-6616
	4/22(金)	山王公民館	
	4/25(月)	黒砂公民館	
	5/9(月)	小中台公民館	
	5/23(月)	黒砂公民館	
	5/27(金)	山王公民館	
若葉	4/28(木)	みつわ台公民館	千城台公民館 ☎237-1400
	5/12(木)	桜木公民館	
	5/26(木)	みつわ台公民館	
緑	5/9(月)	誉田公民館	誉田公民館 ☎291-1512
	5/11(水)	おゆみ野公民館	
美浜	4/21(木)	高浜公民館	稲浜公民館 ☎247-8555
	5/19(木)		

時間 10:00 ~ 12:00

対象 子育て中の方・妊婦（子ども同伴可）

申込 当日直接会場へ（時間中出入り自由）

公民館でやさしい市を開催します

千葉市内で育てられた新鮮な野菜を公民館で販売します。
ぜひお近くの公民館にお立ち寄りください。

開催時間

11:00～12:00（売り切れ次第終了）

開催日程・場所

4月22日（金）白井公民館

5月13日（金）おゆみ野公民館

※都合により、変更・中止になる場合があります。
詳しくは開催予定の公民館へお問い合わせください。



下図の記入例にしたがって書きください。
参加者1名につき、はがき1枚でお申し込みください。また、1枚のハガキで複数の講座に応募することもできませんのでご注意ください。
各講座の申込は締切日が必着となります。期日に間に合うようご投函をお願いいたします。

往復ハガキによる申し込み方法のご案内

郵便番号 〒 千葉市〇〇区00-00 〇〇〇公民館 宛	何も記入しないで ください
--	--------------------------

返信おもとて

郵便番号 〒 参加希望者のご住所 参加希望者のお名前 行	①催し名 ②コース名・日時など ③氏名（フリガナ） ④郵便番号・住所 ⑤年齢・学年 ⑥電話番号
---	---

返信おもとて

返信おもとて

往復ハガキによる申し込み方法のご案内

「三密」を避けるための対策 皆さまのご協力をお願いいたします。

1. 換気の励行（密閉空間の回避）

窓のある環境では、窓をあけて換気を行ってください（1時間に1回程度）。可能であれば、2方向の窓を同時にあけるのが望ましいです。また、出入口が複数ある場合は、これらの扉を開放するなどして換気を行ってください。

2. 人の密度を下げる（密集場所の回避）

人が多く集まる場合では会場の広さを確保し、お互いの距離を1～2メートル程度開けるなどして、人の密度を下げてください。目安として、各室とも定員の2分の1以下の人数での利用をお願いします。

3. 近距離での会話や発声、高唱を避ける（密接場面の回避）

周囲の人が近距離で発声するような場を避けてください。やむを得ず近距離での会話が必要な場合には、自分から飛沫を飛ばさないよう、マスクの着用や咳エチケットの徹底をお願いします。

お申し込みの際のご注意

- 特に記載のない限り、受付時間は9:00～17:00、申し込みは直接来館も可です。
 - 対象は市内在住・在勤・在学の方が優先になります。在勤・在学の方は、お申し込み時にその旨をお書きください。
 - 親子等で参加する場合は、全員の氏名・年齢を明記してください。
 - 来館には、公共交通機関をご利用ください。
 - その他、講座によって申込方法等が異なる場合があります。各講座の「申込方法」をご確認ください。
 - 抽選結果の通知について記載のない講座は、お申し込みの際にご案内します。
 - FAXでのお申し込みはできません。
 - 募集期間内で定員に満たなかった講座については、先着順で申し込みを受け付けます。
- ※本誌に記載されている内容は都合により、変更・中止・募集終了になる場合があります。