

2023
8-9
千葉市

公民館 情報誌

講座情報INDEX

中央区	2
花見川区	3
稲毛区	6
若葉区	8
緑区	10
美浜区	11
Information	12

千葉市公民館のホームページもぜひご覧ください

千葉市公民館

🔍



中央区

生浜公民館

〒260-0813 中央区生実町67-1
☎263-0268
✉oubo.oihama@ccllf.jp

我が家の防災対策講座

8/24(木)10:00～11:30
避難の知識や備蓄対策を学びます。
●対象／成人 ●定員20人 ●費用／無料
●募集期間／8/2(水)～8/6(日)まで
●申込み／窓口か電話で。

子育て個別相談会

9/24(日)①9:30～10:10②10:30～11:10
③13:00～13:40④14:00～14:40⑤15:00～15:40
HSC、不登校、学校生活などに関する相談ができます。
●対象／HSC、不登校、学校生活などに関する相談をしたい保護者や支援者
●定員／5人(1人40分) ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～9/6(水)まで
●申込み／窓口か電話で。

オンライン事業「銭太鼓公演会」

9/14(木)14:00～14:40
公民館で演舞します。見にきてください。
●対象／成人 ●定員／先着30人 ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

子ども弁当作り教室

9/23(土)10:00～13:00
季節の食材を使い、弁当を作って、実食します。
●対象／小学3～6年生 ●定員／12人
●費用／600円
●持ち物／弁当箱、エプロン、三角巾、ふきん、おはし、うわばき ●募集期間／9/2(土)～9/6(水)
●申込み／窓口で。

葛城公民館

〒260-0853 中央区葛城2-9-2
☎222-8554

潮見佳世乃 歌物語「羽衣伝説」

9/3(日)13:30～15:00
天から池田の里に下りてきた天女と殿様千葉常将のラブストーリーを歌い語ります。
●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／8/20(日)必着。
●申込み／窓口か電話で。

成年後見制度
～法定後見制度と任意後見制度

9/20(水)13:30～15:00
成年後見制度の内容や利用方法を学びます。
●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料
●募集期間／9/1(金)～9/13(水)
●申込み／窓口か電話で。

房総の災害史
～過去を知り未来に備える

9/29(金)10:00～11:30
過去の災害をとおりて、千葉の明日を考えましょう。
●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料
●募集期間／9/1(金)～9/20(水)
●申込み／窓口か電話で。

川戸公民館

〒260-0802 中央区川戸町403-1
☎265-9256

シニアスクール②終活セミナー

9/5(火)10:00～12:00
相続の仕組みについて行政書士がわかりやすく教えてくれます。
●対象／60歳以上 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／8/1(火)～8/15(火)まで
●申込み／窓口か電話で。

子ども体験教室
はじめての将棋教室

9/23(土)10:00～12:00
駒の動かし方やルールを覚えて将棋で遊んでみよう。
●対象／小・中学生 ●定員／14人 ●費用／無料
●募集期間／9/1(金)～9/15(金)
●申込み／窓口か電話で。

食育講座①初心者向け
男の料理教室

9/24(日)10:00～13:00
男性向けの講座です料理を体験し豊かな食生活を！
●対象／成人(男性) ●定員／12人 ●費用／600円
●持ち物／エプロン・三角巾 他
●募集期間／9/1(金)～9/15(金)まで
●申込み／窓口か電話で。

新宿公民館

〒260-0021 中央区新宿2-16-14
☎243-4343

①終活セミナー&
②相続個別相談会

9/13(水)①13:00～15:00②15:00～17:00
行政書士による相続についての講演です。
(相続についての必要な手続き相談等)
●対象／①②成人
●定員／①15人②5組(1組20分程度)
●費用／無料 ●募集期間／8/28(月)～9/3(日)まで
●申込み／窓口か電話で。

末広公民館

〒260-0843 中央区末広3-2-2
☎264-1842

Tシャツをリメイクして
布ぞうり作り・夏

8/22(火)・23(水)・29(火)・30(水)
13:00～15:30 全4回
着なくなったTシャツがおしゃれな布ぞうりに大変身!
●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／500円
●持ち物／Tシャツ3枚
●募集期間／8/3(木)～8/9(水)まで
●申込み／窓口か電話で。

活き活きシニアの健康体操講座
～フレイル予防で健康長寿へ～

9/21(木)・9/28(木)10:00～12:00 全2回
みんなで楽しくころばん体操。健康長寿を延ばしましょう!
●対象／60歳以上 ●定員／16人 ●費用／無料
●募集期間／9/1(金)～9/6(水)まで
●申込み／窓口か電話で。

椿森公民館

〒260-0042 中央区椿森6-1-11
☎254-0085
✉oubo.tsubakimori@ccllf.jp

お達者クラブ①
「いきいき健康講座」

10/5(木)10:00～12:00
健康な毎日のために心がけたい大切なこと。
(座学と簡単な体操で免疫力もUP!)
●対象／65歳以上(地域老人会優先) ●定員／20人
●費用／無料 ●備考／駐車場利用不可
●募集期間／9/2(土)～9/15(金)まで
●申込み／窓口か電話で。

特に記載のない限り、応募者多数の場合は抽選、市内在住・在勤・在学の方優先。
【窓口・電話の申込み】受付時間は9:00～17:00(土・日・祝日も可)。【往復はがき・Eメールの申込み】必要事項(①講座名・開催日時、②氏名(ふりがな)、③年代(学年)、④電話番号、⑤〒・住所)を記載。
1通につき1講座・1人または1組でご応募ください。その他、応募の詳細は最終ページをご覧ください。





お達者クラブ② 「あんしん安全講座」

10/12(木)10:00～12:00

免許返納のタイミングは?法改正による自転車安全利用のポイントについて。

- 対象／65歳以上(地域老人会優先) ●定員／20人
- 費用／無料 ●備考／駐車場利用不可
- 募集期間／9/2(土)～9/15(金)まで
- 申込み／窓口か電話で。



お達者クラブ③ 「おもしろ歴史講座」

10/22(日)10:00～12:00

楽しく学べる歴史雑学。今回のテーマは「意外や意外?聖徳太子」

- 対象／成人(地域老人会優先) ●定員／30人
- 費用／無料 ●備考／駐車場利用不可
- 募集期間／9/2(土)～9/15(金)まで
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

星久喜公民館

〒260-0808 中央区星久喜町615-7
☎266-4392



古典講座「徒然草を読む」

9/2(土)・9(土)・16(土)・30(土)

10:00～12:00 全4回

兼好法師が鎌倉時代末期に書いた随筆、「徒然草」。季節の折節の変化を兼好の目を通して捉えていきます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／800円
- 募集期間／8/2(水)～8/11(金)まで
- 申込み／窓口か電話で。



おいしい発酵料理で健康に!

9/12(火)、10/10(火)、11/7(火)

10:00～13:00 全3回

味噌、醤油、チーズ、ヨーグルト、キムチなどたくさんの発酵食品があります。それらを使った身近な料理講座に、健康と美容のために参加しませんか?

- 対象／成人 ●定員／16人 ●費用／3,000円(3回)
- 持ち物／エプロン、他
- 募集期間／9/2(土)～9/8(金)まで
- 申込み／窓口か電話で。

松ヶ丘公民館

〒260-0807 中央区松ヶ丘町257-2
☎043-261-5990



きいろいガス管で万華鏡を作ろう! ～ガス管のひみつを学ぼう～

10/6(金)10:00～11:00

リサイクルされたガス管を使って万華鏡を作りましょう!

- 対象／小学3～6年生 ●定員／15人 ●費用／無料
- 持ち物／シール、マジックペン(万華鏡の飾り付け用)
- 募集期間／9/2(土)～9/15(金)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



千葉の地理と歴史

- ①チバニアン 何がすごい?
- ②花見川と江戸幕府(オンライン講座)

①9/12(火)②9/19(火) 10:00～12:00

千葉県を地理的・歴史的観点から学びましょう。

- 対象／成人 ●定員／各22人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/15(火)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

宮崎公民館

〒260-0806 中央区宮崎2-5-22
☎263-5934
✉oubo.miyazaki@ccllf.jp



宮崎公民館避難所開設訓練

8/27(日)9:00～10:00

宮崎公民館避難所で模擬避難者を募集します。実際に避難することを想定して参加してください。

- 対象／どなたでも ●定員／20人 ●費用／無料
- 持ち物／非常持ち出し袋など
- 募集期間／8/15(火)必着
- 申込み／窓口かEメールにて。同館HPからも可。



スマホの基本とLINEの体験

9/21(木)10:00～12:00

使いこなせるか心配、持っていてはよくわからない、いまさら人に聞けない...と思っている方、実際にスマホを触って解決しましょう!

- 対象／65歳以上 ●定員／20人
- 費用／無料 ●募集期間／9/2(土)～9/11(月)まで
- 申込み／窓口かEメールにて。同館HPからも可。



終活セミナー 相続の基本

9/30(土)13:00～15:00

基礎を知らずに正しく効果が見込める終活はありません。相続の基本を学んで終活に結びつけましょう。

- 対象／65歳以上 ●定員／20人
- 費用／無料 ●募集期間／9/2(土)～9/20(水)まで
- 申込み／窓口かEメールにて。同館HPからも可。



和菓子でハロウィン!

10/15(日)10:00～12:00

特別支援学校・学級の児童・生徒と保護者を対象に、和菓子の練り切りでかわいいジャックオーランタンを作ります。

- 対象／特別支援学校・学級の児童・生徒と保護者
- 定員／8組 ●費用／700円
- 持ち物／エプロン・バンダナ・うわばき・密閉容器
- 募集期間／9/10(日)～9/30(土)まで
- 申込み／窓口かEメールにて。



花見川区

朝日ヶ丘公民館

〒262-0019 花見川区朝日ヶ丘1-1-30
☎272-4961



千葉市科学館出張ワークショップ 『プログラミングでロボットカーを走らせよう!』

8/19(土)13:30～15:00

プログラミングに挑戦して、ロボットカーを思い通りに動かしてみよう!

- 対象／小学生 ●定員／12人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/8(火)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



オンライン子育て講座 『子どものやる気を引き出す ペップトーク』

8/20(日)10:00～11:30

ポジティブな言葉で、子どもの元気や活力を引き出す「ペップトーク」を学びます。

- 対象／中学生以下の子を持つ保護者 ●定員／15人
- 費用／無料 ●募集期間／8/3(木)～8/9(水)まで
- 申込み／同館HPから。



ベビーマッサージ体験教室

9/21(木)、10/5(木)10:00～12:00 全2回

赤ちゃんとのスキンシップを楽しみながら、育児のことを学びます。

- 対象／3～12ヶ月児と保護者 ●定員／10組20人
- 費用／無料 ●持ち物／飲み物、バスタオル、動きやすい服装
- 募集期間／9/2/(土)～9/8/(金)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



初めての終活セミナー

10/3(火)10:00～12:00

相続や遺言など、終活に関する基本的なことを学べる講座です。

- 対象／65歳以上 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/12(火)～9/18(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

検見川公民館

〒262-0023 花見川区検見川町3-322-25
☎271-8220



親子でリフレッシュ体操教室

9/20(水)10:00～11:00

親子で楽しくふれあいながら、体を動かしてみませんか。

- 対象／3ヶ月～1歳児と保護者
- 定員／10組20人 ●費用／無料
- 持ち物／飲み物、バスタオル、動きやすい服装
- 募集期間／8/28(月)～9/6(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



男女共同参画センター共催 「暴力を許さない地域づくりのための DV・虐待の基礎知識」

9/30(土)13:30～15:30

DV・虐待予防研究会代表の山中多民子さんをお迎え
して講演会を開催いたします。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／1歳6ヶ月以上の就学前児を対象に一時保育あり。
HPの申込の方は一時保育希望有りと記載。(要予約)
- 募集期間／9/2(土)～9/8(金)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

檣橋公民館

〒262-0013 花見川区檣橋町162-1
☎259-2958



夏休み理科自由研究講座

8/4(金)10:00～12:00

理科自由研究のテーマのを見つけ方や研究の進め方・
レポートのまとめ方などについて学んでみませんか。

- 対象／小・中学生 ●定員／なし ●費用／無料
- 持ち物／あれば昨年の研究
- 募集期間／8/3(木)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



健康維持講座「ボッチャ体験」

8/30(水)10:00～12:00

パラスポーツのボッチャを実践形式で体験してみま
せんか。初めての方も大歓迎です。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／12人 ●費用／無料
- 持ち物／筆記具、飲み物、室内履き、汗拭きタオル、
運動できる服装
- 募集期間／8/9(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



草木染め体験講座 「エコバックをウコンで染めよう!」

9/14(木)10:00～12:00

ウコンを使用しての染めはきれいな黄色に仕上が
ります。エコバックを染めてみませんか。(大きさは
Aサイズ程度を予定)

- 対象／成人 ●定員／8人 ●費用／1,000円
- 持ち物／筆記具、ゴム手袋、エプロン、手拭き用
タオル、飲み物 ●募集期間／9/7(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



檣橋小学校児童 絵画作品展(館内展示)

9/16(土)～10/6(金)9:00～21:00

地域の子どもたちの力作をぜひご覧ください。

- 対象／どなたでも ●申込み／当日会場へ



檣橋歴史講座 「檣橋の成り立ちについて」

9/30(土)10:00～12:00

地元の有識者から檣橋地区の地元学を学んでみませんか。

- 対象／小学5年生～成人 ●定員／24人
- 費用／無料 ●募集期間／9/7(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



おとなのパン作り教室 「あんパンとクリームパン」

10/5(木)10:00～13:00

手ごねで生地作りからパン作りに挑戦してみませんか。

カスタードクリームの作り方も学びます。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／800円
- 持ち物／筆記具、エプロン、三角巾、マスク、
手拭き用タオル、飲み物 ●募集期間／9/20(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

こてはし台公民館

〒262-0005 花見川区こてはし台5-9-7
☎250-7977



歴史講座 「千葉氏の発展を彩った人々」

9/3(日)10:00～12:00

人気の千葉氏講座です。お楽しみに! 難聴者支援ヒア
リンググループの設置もあります。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。



手ぶらでスマホ体験 よくわかる!超入門編

9/20(水)10:00～12:00

手ぶらでOK!一人一台の貸出機で楽しく体験しましょう。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。

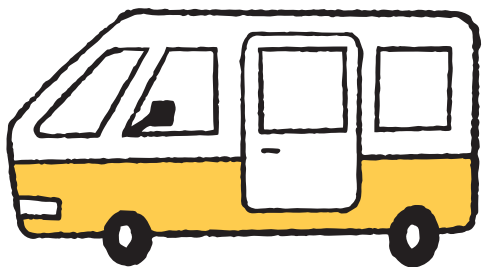


手ぶらでスマホ体験 いまさら人に聞きにくい 「スマホの基本」と「LINEの体験」

9/20(水)13:30～15:30

スマホを持っていてもうまく使えていない方、
安心してご参加ください!

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。



子どもチャレンジ「あんパンと クリームパンを作ろう」

10/6(金)10:00～13:00

楽しくこねて、自分らしい形に仕上げよう!

焼き上がりを楽しみに待ちましょう♪

- 対象／小学生 ●定員／8人 ●費用／800円
- 持ち物／エプロン、三角巾、マスク、室内履き、
ふきん、タオル、飲みもの、エコバック
- 募集期間／9/5(火)～9/12(火)
- 申込み／窓口か電話で。



子どもチャレンジ 「ハロウィン気分の簡単デザート作り」

10/15(日)①10:00～12:30②13:30～16:00

楽しく作っておいしく食べよう♪

- 対象／①小学1～3年生②小学4～6年生
- 定員／各8人 ●費用／600円
- 持ち物／エプロン、三角巾、マスク、室内履き、
ふきん、タオル、飲みもの
- 募集期間／9/5(火)～9/12(火)
- 申込み／窓口か電話で。

さつきが丘公民館

〒262-0014 花見川区さつきが丘1-32-4
☎250-7967



シニアのためのスマホお助け隊

8/20(日)9:00～12:00

スマホを使いこなしている若者が一対一で丁寧に
教えてくれます。分からないことをご相談ください。

- 対象／60歳以上 ●定員／16人 ●費用／無料
- 持ち物／スマホ、筆記用具、飲み物
- 備考／当選者にはスマホの機種・要望を確認、一人
30分程度の対応 ●募集期間／7/27(木)～8/3(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



あなたもバリスタ! おいしい珈琲の淹れ方教室

9/10(日)10:00～12:00

おいしい珈琲を飲みましょう。

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／500円
- 持ち物／筆記用具、飲み物、エプロン、三角巾
- 備考／抽選後、受講決定者のみ連絡
- 募集期間／8/29(火)～9/4(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



パーソナルカラー

9/26(火)10:00～12:00

色が与える影響や色の活用法を知り、自分の個性の
活かし方を学びませんか?

- 対象／16歳以上 ●定員／16人 ●費用／500円
- 募集期間／9/7(木)～9/13(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

特に記載のない限り、応募者多数の場合は抽選、市内在住・在勤・在学の方優先。

【窓口・電話の申込み】受付時間は9:00～17:00(土・日・祝日も可)。【往復はがき・Eメールの申込み】必要事項(①講座名・開催日時、②氏名(ふりがな)、③年代(学年)、④電話番号、⑤〒・住所)を記載。

1通につき1講座・1人または1組でご応募ください。その他、応募の詳細は最終ページをご覧ください。





薬剤師と管理栄養士による 健康教室「高血圧」

9/29(金)13:00～14:00

健康な生活を送るために病気や予防法を学びましょう。

- 対象／成人 ●定員／25人 ●費用／無料
- 募集期間／9/14(木)～9/20(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



津軽三味線ライブ

10/7(土)10:30～12:00

津軽三味線の演奏を鑑賞しましょう。

- 対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／9/21(木)～9/27(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



さつき人形劇場「三びきのこぶた」

10/15(日)10:30～11:30

本格的な人形劇をお楽しみください。

- 対象／3歳～小学生 ●定員／25人 ●費用／無料
- 募集期間／9/28(木)～10/4(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

長作公民館

〒262-0044 花見川区長作町1722-1
☎258-1919



夏休み子ども教室 ～甲冑って何だろう!～

8/20(日)10:00～12:00

手作りの甲冑で戦国武士に変身!

- 対象／小学生 ●定員／5人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/16(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



買う前にわかる! スマートフォン体験教室(入門編)

8/23(水)13:30～15:30

スマホを持っていない方、持っていても使っていない方
基本を知りたい方を対象に、スマホの基本的な使い方を学びます。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 備考／スマートフォンはこちらで用意します。
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



夏休み子ども教室 ～クレイケーキにチャレンジ～

8/24(木)9:30～12:00

粘土(クレイ)でケーキを作ります。自由な飾りつけで
オリジナルのクレイケーキにチャレンジ!

- 対象／小学生 ●定員／12人 ●費用／850円
- 持ち物／持ち帰り用袋、ウェットティッシュ
- 備考／汚れてもよい服装で来てください
- 募集期間／8/2(水)～8/13(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



触って体験! スマホの基本とLINEの体験

9/11(月)13:30～15:30

長くスマホを持っているがよくわからない方、
LINEに興味がある方を対象に、スマホの基本から
LINE入門までを体験します。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 備考／スマートフォンはこちらで用意します。
- 募集期間／8/15(火)～8/21(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



歴史講座～江戸時代の アウトローと関八州取締～

9/25(月)13:30～15:00

関東地方の無宿者、賭博を取り締まった八州廻り。
捕り物の様相から、当時の治安、社会の様相を探ります。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/16(土)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



サークル体験講座 ～囲碁に親しむ～

10/14(土)13:00～16:00

長作囲碁クラブのメンバーと一緒に囲碁を楽しみます。

- 対象／小学生以上 ●定員／10人 ●費用／無料
- 募集期間／9/15(金)～9/30(土)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

花園公民館

〒262-0025 花見川区花園3-12-8
☎273-8842



認知症サポーター養成講座 「認知症の予防とサポート」

9/4(月)13:30～15:00

認知症を知ることが認知症対応へのスタートです。
認知症について理解し、地域で認知症の人を見守る
「応援者」になりませんか。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/8(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可



子育て教室 ～親子遊びを楽しもう～

9/22(金)・29(金)9:30～11:30 全2回

おうちではなかなかできない遊びを親子で体験しま
せんか。子育てのお悩みもご相談いただけます。

- 対象／1歳6か月から2歳児とその保護者
- 定員／12組24人 ●費用／無料
- 持ち物／水分補給用の飲み物(お茶か水)
- 募集期間／9/2(土)～9/10(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



花見川公民館

〒262-0041 花見川区柏井町1590-8
☎257-2756



知ットクセミナー ～防災講座「在宅避難のススメ」

8/24(木)10:00～12:00

自身や家族を守るための防災知識を学びます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／8/8(火)まで ●申込み／窓口か電話で。



らくらく安心スマホ体験②～活用編～

9/13(水)10:00～12:00

LINEのアプリなど、もっとスマホを活用したい!という方に。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人 ●費用／無料
- 持ち物／スマートフォン(貸出可能)
- 募集期間／8/28(月)～9/7(木)
- 申込み／窓口か電話で。



知ットクセミナー ～睡眠講座「正しい睡眠のとり方」

9/20(水)10:00～12:00

睡眠についての正しい知識を専門家から学びます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/8(金)
- 申込み／窓口か電話で。



体験講座「スクエアダンス」

9/27(水)10:00～12:00

初歩的なステップを学び、スクエアダンスを楽しんで
みませんか。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 持ち物／飲み物、タオル、動きやすい服装
- 募集期間／9/11(月)～9/17(日)
- 申込み／窓口か電話で。



元気アップらくらく体操

10/18(水)・25(水)10:00～12:00 全2回

シニアも安心、らくらく体操で健康づくりを体験します。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人 ●費用／無料
- 持ち物／飲み物、タオル、バスタオル、動きやすい服装
- 募集期間／9/26(火)～10/11(水)
- 申込み／窓口か電話で。

幕張公民館

〒262-0032 花見川区幕張町4-602
☎273-7522



千葉の地理と歴史 ①チバニアン 何がすごい? (オンライン講座) ②花見川と江戸幕府

①9/12(火)②9/19(火) 10:00～12:00

地域の地理・歴史について学びます。

- 対象／成人 ●定員／各30人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/15(火)
- 申込み／往復はがき、同館HPからも可。
(両回希望も可)

幕張本郷公民館

〒262-0033 花見川区幕張本郷2-19-33

☎271-6301

シニアヨガ

8/17(木)・24/(木)10:00～11:00 全2回
日常生活でも手軽にできる体操を行い、体力向上を目指しましょう。

- 対象／60歳以上
- 定員／10人
- 費用／無料
- 持ち物／動きやすい服装、飲み物、タオル、バスタオル
- 備考／全2回出席が必要。
- 募集期間／8/1(火)～8/6(日)
- 申込み／窓口か電話で。

ベビーマッサージでスキンシップ

8/30(水)10:00～11:30
初めての方も是非、ご参加ください!!

- 対象／1～10か月児と母親
- 定員／10組
- 費用／無料
- 持ち物／バスタオル・レジャーシート、オムツ、飲み物
- 募集期間／8/7(月)～8/14(月)
- 申込み／窓口か電話で。

「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

9/21(木)・28(木) 10:00～12:00 全2回
睡眠と健康について正しい知識を学んでみませんか。

- 対象／成人
- 定員／20人
- 費用／無料
- 備考／全2回出席が必要。抽選後、受講決定者のみ連絡
- 募集期間／9/4(月)～9/10(月)
- 申込み／窓口か電話で。

季節の和菓子作り

9/26(火)10:00～13:00

- 対象／成人
- 定員／16人
- 費用／1,500円
- 持ち物／エプロン、三角巾、布巾3枚、上履き、筆記用具、持ち帰り用容器、マスク
- 募集期間／9/11(月)～9/18(月)
- 申込み／窓口か電話で。

大人のパン作り教室
「あんパンとクリームパン」

10/4(水)10:30～13:30
手ごねで生地作り!パン作りに挑戦してみませんか。
カスタードクリームの作り方も学びます。

- 対象／成人
- 定員／16人
- 費用／800円
- 持ち物／エプロン、三角巾、布巾、マスク、筆記用具、飲み物、エコバッグ、室内履き
- 募集期間／9/19(火)～9/25(月)
- 申込み／窓口か電話で。

稲毛区

稲毛公民館

〒263-0034 稲毛区稲毛1-10-17

☎243-7425

男性のためのクッキング講座
「挑戦編」

8/20(日)10:00～12:00
男性の皆さん、暑い夏こそ麻婆豆腐をメインに餃子とスープの3品にチャレンジ!

- 対象／成人男性
- 定員／12人
- 費用／700円
- 持ち物／エプロン、三角巾、マスク、布巾2枚、飲み物
- 募集期間／8/1(火)～8/7(月)
- 申込み／窓口か電話で。

おとなのためのスマートフォン講座
ー基礎編・応用編ー

8/15(火)・16(水)10:00～12:00 全2回
スマホをお持ちの方、是非、ご参加ください!!

- 対象／成人
- 定員／12人
- 費用／無料
- 持ち物／スマートフォン
- 募集期間／8/1(火)～8/4(金)
- 申込み／窓口か電話で。

スマホのアプリ講座

9/12(火)10:00～12:00
スマホをお持ちの方、是非、ご参加ください!!

- 対象／成人
- 定員／12人
- 費用／無料
- 持ち物／スマートフォン
- 募集期間／9/1(金)～9/4(月)
- 申込み／窓口か電話で。

文学講座
「夏目漱石と我孫子の人々」

9/13(水)10:00～12:00
千葉県にゆかりのある文学を学びます。

- 対象／成人
- 定員／16人
- 費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/5(火)
- 申込み／窓口か電話で。

草野公民館

〒263-0051 稲毛区園生町384-93

☎287-3791

郷土の歴史講座
「私の街に電気が来た日」
～千葉県の電気事業～

9/1(金)10:00～12:00
千葉県では、1906(明治39)年、千葉電灯による供給が最初です。電気の明かりは、人々の生活を劇的に変えていきました。県内に残された資料から、当時の様子を探ります。

- 対象／成人
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。

絵と書を楽しもう～「書画」～

9/5(火)13:00～16:00
色紙に秋を感じる風景を墨と筆で描き、絵と書で楽しい作品をつくります。

- 対象／成人
- 定員／10人
- 費用／600円
- 備考／汚れてもよい服装
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。

コーヒーの美味しい淹れ方を
まなびましょう

9/29(金)10:00～12:00
コーヒの美味しい淹れ方をまなび、ホッと一息つきましょう♪

- 対象／成人
- 定員／12人
- 費用／無料
- 持ち物／マグカップ・お菓子
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。

秋休み子ども体験教室
～プログラミングを体験しよう～

10/6(金)①10:00～11:00②11:20～12:20
ロボットカーmBotを自分で組んだプログラムで動かします。タブレットのアプリで、ビジュアルプログラミングを体験します。

- 対象／①小学1～3年生②小学4～6年生
- 定員／各12人
- 費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/6(水)
- 申込み／窓口か電話で。

おはなし会と上映会

10/15(日)10:00～12:00
おはなし会と上映会で楽しい時間を過ごしましょう。

- 対象／小学生
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/6(水)
- 申込み／窓口か電話で。



特に記載のない限り、応募者多数の場合は抽選、市内在住・在勤・在学の方優先。
【窓口・電話の申込み】受付時間は9:00～17:00(土・日・祝日も可)。【往復はがき・Eメールの申込み】必要事項(①講座名・開催日時、②氏名(ふりがな)、③年代(学年)、④電話番号、⑤〒・住所)を記載。
1通につき1講座・1人または1組でご応募ください。その他、応募の詳細は最終ページをご覧ください。



郷土の歴史～長沼さんぽ～

10/13(金)9:30～12:00

10/20(金)10:00～12:00

1回目は、3代将軍ゆかりの地を名物ガイドとめぐります。2回目は、民族についてディスカッションしながら郷土の歴史の理解を深めます。

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●持ち物／飲み物 ●備考／動きやすい服装・靴。

1回目13日(金)雨天時、16日(月)に延期

●募集期間／9/2(土)～9/6(水)

●申込み／窓口か電話で。

黒砂公民館

〒263-0042 稲毛区黒砂2-4-18

☎241-2811



旅・町文化とマンホール講座 「九州編」

8/23(水)・30(水)10:00～12:00 全2回

町は魅力でいっぱい。九州のマンホールとともに旅をしてみませんか。

●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／無料

●募集期間／8/2(水)～8/8(火)

●申込み／窓口か電話で。



気楽に落語でもいかがですか

9/30(土)13:30～15:30

千葉大落研による、木戸銭無料の落語会です。

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／9/4(月)～9/10(日)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

小中台公民館

〒263-0043 稲毛区小中台5-7-1

☎251-6616



人生100年時代のマネープラン

9/9(土)10:00～11:30

人生100年時代を豊かに生きるためのマネープランについて学んでみませんか。

●対象／成人 ●定員／25人 ●費用／無料

●募集期間／8/23(水)～8/27(日)

●申込み／窓口か電話で。



誰にでもできる!脳科学から見た 頭の良くなる方法 ～より良い人生を歩むために～

9/18(月)9:30～12:00

何歳になっても脳は成長する?脳の不思議を科学で紐解いていきます。

●対象／成人 ●定員／32人 ●費用／無料

●募集期間／9/2(土)～9/6(水)

●申込み／窓口か電話で。

山王公民館

〒262-0004 稲毛区六方町55-29

☎421-1121



防災に備えて

8/29(火)13:30～15:30

災害時における避難の仕方や防災グッズの紹介、防災脳のストレッチ、身の回りの物の活用法等防災に役立つ知識を学びます。

●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料

●募集期間／8/9(水)～8/17(木)

●申込み／窓口か電話で。



郷土史講座 ～徳川家康と千葉～

9/2(土)10:00:～12:00

徳川家康と千葉との関わりについて、専門家の講義を聞きます。

●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料

●募集期間／8/19(土)～8/25(金)

●申込み／窓口か電話で。



太極拳「はじめて教室」

9/15(金)10:00:～12:00

太極拳未経験者のための体験講座です。

●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料

●持ち物／運動のできる服装、飲み物

●募集期間／8/30(水)～9/5(火)

●申込み／窓口か電話で。



ヨガとストレッチ ～初めての方でも簡単にできる～

9/30(土)10:00:～12:00

自宅でも簡単にできるヨガを学びます。

●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料

●持ち物／運動のできる服装、飲み物

●募集期間／9/14(木)～9/20(水)

●申込み／窓口か電話で。

千草台公民館

〒263-0016 稲毛区天台3-16-5

☎255-3032



悪質商法の手口と対処法

8/30(水)13:30～15:30

年々巧妙になる悪質商法に騙されないための知識を学びます。

●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料

●募集期間／8/2(水)～8/8(火)

●申込み／窓口か電話で。



わくわく楽学講座

情報教育初めてのスマホ教室」

①LINE編②キャッシュレス編

9/19(火)①10:00～12:00②14:00～16:00

便利なLINEやキャッシュレスについて学びませんか?

●対象／65歳以上 ●定員／各15人

●費用／無料 ●備考／スマホ貸し出し

●募集期間／9/2(土)～9/8(金)

●申込み／窓口か電話で。



大人のための「ちぐさ寺子屋」 ～稲毛歴史さんぽ～

10/13(金)9:00～12:00

歴史ある稲毛浅間神社周辺を散策します。

●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／無料

●持ち物／筆記用具、飲み物、歩きやすい服装

●募集期間／9/2(土)～9/8(金)

●申込み／窓口か電話で。

都賀公民館

〒263-0015 稲毛区作草部2-8-53

☎251-7670

✉oubo.tsuga@ccllf.jp



千葉県の偉人～浮世絵の祖 菱川師宣～(オンライン講座)

8/26(土)14:00～16:00

菱川師宣の足跡と功績を知るとともに、日本の伝統文化「浮世絵」について学びます。さわやかちば県民プラザの講座をオンラインで学びます。

会場:都賀公民館 講堂

講師:笹生 浩樹 氏(菱川師宣記念館 館長)

●対象／中学生以上 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／8/10/(木)まで受付

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。同館HPからも可。



ベビーリトミック教室～音やリズムに 合わせて親子でスキンシップ～

9/14(木)・21(木)10:00～12:00 全2回

参加者と交流しながら、親子で音楽に合わせて楽しい時間を過ごしましょう。

●対象／1歳から1歳8か月児と保護者

●定員／10組 ●費用／無料

●持ち物／飲み物。動きやすい服装で。

●備考／託児あり

(対:2歳以上就学前児 定:3人※多数の場合は抽選)

託児希望の場合はその旨を明記

●募集期間／8/2(水)～8/15/(火)

●申込み／Eメール。同館HPからも可。



シニアのためのスマホ教室

『スマホの基本とLINEの入門』

9/29(金)10:00～12:00

使いこなせるか心配、持っいてもよくわからないと思っている方、スマホを触って解決しましょう! スマホの基本からLINE入門まで体験します。

●対象／65歳以上 ●定員／10人 ●費用／無料

●備考／スマホ貸し出し

●募集期間／9/2(土)～9/15(金)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。同館HPからも可。



シニアのためのスマホ教室 『触って体験!スマホの基本と キャッシュレス』

9/29(金)14:00～16:00

みんなが使っている〇〇ペイって何?興味はあるけどよくわからない方、仕組みから便利な使い方まで、楽しく学びましょう!

- 対象／65歳以上 ●定員／10人 ●費用／無料
- 備考／スマホ貸し出し
- 募集期間／9/2(土)～9/15(金)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。同館HPからも可。



シニアのための健康講座 『椅子ヨガ体験』

10/31(火)10:00～12:00

座ってできるヨガ体験講座です。シニアの方の健康づくりに。

- 対象／60歳以上 ●定員／16人 ●費用／無料
- 持ち物／飲み物 ●備考／動きやすい服装で
- 募集期間／9/2(土)～9/15(金)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。同館HPからも可。

轟公民館

〒263-0021 稲毛区轟町1-12-3
☎251-7998
✉oubo.todoroki@ccllf.jp



とどろき夏の落語会 (千葉大学落語研究会)

8/19(土)13:30～16:00

お待たせしました。千葉大落研恒例の夏寄席公演。
今年も魅せます!聞かせます!

- 対象／小学生以上 ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/8(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



轟町街角シネマ(3) お茶漬けの味(1952年)

8/20(日)9:30～11:30

昔懐かしい映画はいかが!今回は、小津安二郎監督が夫婦の愛情の在り方を描いた野心作です。

- 対象／成人 ●定員／先着30人 ●費用／無料
- 申込み／当日会場へ



お仕事帰りのNight Yoga

9/14(木)・21/(木)19:30～20:45 全2回

仕事帰りでお疲れ気味のみなさま、Yogaでサクッとリフレッシュしましょう。

- 対象／18歳以上 ●定員／15人 ●費用／無料
- 備考／全2回出席が必要
- 募集期間／8/2(水)～8/8(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



おしゃれにハイドロカルチャー

9/23(土)10:00～11:30

アナタのお部屋のワンポイントに、お水で育てる癒しのグリーンポットを飾りませんか。

- 対象／成人 ●定員／16人 ●費用／1,200円
- 持ち物／筆記用具 ●募集期間／9/2(土)～9/10(日)
- 申込み／窓口か電話で。



星に願いを～夜空に瞬く星の神秘～

9/30(土)10:00～12:00

秋から冬の夜空には、どのような星が見えるのでしょうか。星や星座にまつわるお話を映像を交えてお届けします。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/10(日)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

緑が丘公民館

〒263-0054 稲毛区宮野木町1807-3
☎259-2870
✉oubo.midorigaoka@ccllf.jp



いつものお茶をおいしくいただく ために(八街茶)

9/14(木)10:00～11:30

お茶農家さんのお話を聞きながら八街茶をいただき、種類や淹れ方の違いで変わる味わいを感じてみましょう。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／300円
- 募集期間／8/16(水)～8/30(水)
- 申込み／窓口か電話で、Eメールにて。



親子で体を使って元気に楽しく遊ぼう

10/4(水)・18(水)・25(水)、11/1(水)

9:30～11:30 全4回

おもいっきり動いたりおもちゃを作ったり…

- 参加者同士で交流しながら、楽しく遊びましょう♪
- 対象／1歳半～3歳児と保護者 ●定員／10組
- 費用／無料 ●持ち物／飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装 ●募集期間／9/1(金)～9/20(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

若葉区

大宮公民館

〒264-0016 若葉区大宮町3221-2
☎265-2284



写真整理講座 「気持ちもスッキリ!の写真整理術」

10/20(金)10:00～12:00

「これからの「わたしと家族」をささえる写真の残し方

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 募集期間／9/12(火)～9/25(月)
- 申込み／窓口か電話で。

加曽利公民館

〒264-0017 若葉区加曽利町892-6
☎232-5182
✉oubo.kasori@ccllf.jp



歴史講座「身近な特別史跡 加曽利貝塚入門」

8/26(土)10:00～12:00

加曽利貝塚が作られた意味を考えよう。。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/8(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



アートフラワー講座 「布を染めてリンドウや桔梗を作る」

9/18(月)・25(月)10:00～12:00 全2回

布を染めて、季節の花を作る。生花よりも長く飾ることができます。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／900円
- 募集期間／9/2(土)～9/8(金)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



ウンチ化石研究のマニアックな世界 (オンライン講座)

10/7(土)10:00～11:30

古生物学の研究対象である化石の中でも、マニアックな「ウンチ化石研究の世界」を紹介します。

【講師】千葉大学教育学部准教授／泉 賢太郎

- 対象／小学生以上 ●定員／12人 ●費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/25(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



中学生料理教室 「なんちゃってタコ焼きパン お好み焼きパンを作ろう」

10/10(火)9:30～12:30

秋休みを利用して料理に挑戦。パン生地作りからスタートして、ちょっと変わったパンを作ります。

- 対象／中学生 ●定員／9人 ●費用／500円
- 募集期間／9/12(火)～9/25(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

桜木公民館

〒264-0028 若葉区桜木3-17-29
☎234-1171



命を守る防災のお話と起震車で 揺れを体験しよう!

9/3(日)13:00～15:00

災害から身を守るためのお話と、起震車を体験しよう。

- 対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／8/2(水)～8/9(水)
- 申込み／窓口か電話で。

特に記載のない限り、応募者多数の場合は抽選、市内在住・在勤・在学の方優先。

【窓口・電話の申込み】受付時間は9:00～17:00(土・日・祝日も可)。【往復はがき・Eメールの申込み】必要事項(①講座名・開催日時、②氏名(ふりがな)、③年代(学年)、④電話番号、⑤〒・住所)を記載。

1通につき1講座・1人または1組でご応募ください。その他、応募の詳細は最終ページをご覧ください。





初心者向けパソコン個別相談会

9/30(土)13:30～16:30
パソコンを持参して、疑問点などを相談してみま
しょう。(一人30分)
●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～9/5(火)
●申込み／窓口か電話で。



マジック体験教室

8/29(火)13:30～15:30
マジック鑑賞と体験を通してマジックの楽しさを知り
ませんか。
●対象／小学生以上 ●定員／20人 ●費用／700円
●募集期間／8/2(水)～8/13/(日)
●申込み／窓口か電話で。



防災講座～東日本大震災の「語り部」から学ぶ。 ～助けられる人から助ける人へ～

8/27(日)14:00～16:00
東日本大震災の際、釜石東中学校の教員として、
子どもたちを引率し避難された経験を防災士の
視点を交え講演いただきます。千城台公民館からの
サテライト会場としてのオンライン講座です。
●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／8/2(水)～8/20(日)
●申込み／窓口か電話で。



ふれあいコンサート

9/9(土)13:00～15:00
ギター演奏で午後の一時をお過ごし下さい。
●対象／どなたでも ●定員／先着30人
●費用／無料 ●申込み／当日会場へ



そば打ち教室

9/16(土)9:30～12:30
打ちたてのそばの味をご家庭で楽しんでみませんか。
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／1,800円
●持ち物／筆記用具
●募集期間／9/2(土)～9/10(日)
●申込み／窓口か電話で。



スマートフォン講座

9/27(水)13:30～15:30
デジタル社会に向けて、スマートフォンの活用方法を
習得しませんか？
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～9/17(日)
●申込み／窓口か電話で。



シニアライフ講座

9/30(土)10:00～12:00
シニア世代の誰もが持つ悩みや心配事に専門家が
お答え致します。
●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～9/17(日)
●申込み／窓口か電話で。



初心者のための撮影講座Ⅲ

10/7(土)9:00～12:00
●対象／成人 ●定員／10名 ●費用／無料
●募集期間／9/18(月)～9/30(土)
●申込み／窓口か電話で。



かんたん和菓子作り

8/29(火)10:00～12:00
水まんじゅうと練りきりのパンダの2種類の和菓子を
作ります。
●対象／成人 ●定員／9人 ●費用／800円
●持ち物／エプロン、三角巾、タッパー等の入れ物
●募集期間／8/12(土)～8/22(火)
●申込み／窓口か電話で。



どうする!自宅と避難所のそなえ ～防災基礎講座～

9/24(日)10:00～11:30
地震、台風など災害へのそなえ、どうする?防災の
基礎を学んでみませんか。
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／100円
●募集期間／9/9(土)～9/18(月)
●申込み／窓口か電話で。



さわやかミニコンサート ギター演奏会

9/17(日)14:00～15:30
「ギターサークル・アルモニコス」によるコンサートです。
美しい音色をお楽しみください。
●対象／どなたでも ●定員／60人 ●費用／無料
●募集期間／8/2(水)～8/8(火)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可



津軽三味線演奏会

9/30(土)13:00～14:30
三味線の迫力ある響きをお楽しみください。
●対象／どなたでも ●定員／60人 ●費用／無料
●募集期間／9/3(日)～9/9(土)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可



防災講座～東日本大震災の「語り部」から学ぶ。 ～助けられる人から助ける人へ～

8/27(日)14:00～16:00
東日本大震災の際、釜石東中学校の教員として、
子どもたちを引率し避難された経験を防災士の
視点を交え講演いただきます。千城台公民館からの
サテライト会場としてのオンライン講座です。
●対象／どなたでも ●定員／先着15人
●費用／無料 ●募集期間／8/1(火)～
●申込み／窓口か電話で。



スマホ教室「中級編」キャッシュレス 決済・ネットショッピングほか ①アンドロイド編②アイフォン編

8/29(火)①10:00～12:00②14:00～16:00
基本的な操作をマスターされた方にも、まだまだ
便利な機能はあります。アプリを使ってもっと便利を
体験しましょう。講師:auスタッフ
●対象／①スマホの操作のできる60歳以上の方
②スマホの操作のできる成人 ●定員／各12人
●費用／無料 ●募集期間／8/8(火)必着
●申込み／往復はがき。同館HPからも可。



パパと一緒に ～とんで、走って、 はなて楽しい時間を～

9/2(土)10:30～12:00
ふれあい遊びを楽しみます。普段忙しいパパの時間
を独り占め。パパと楽しい時間を過ごしましょう。
●対象／1～3歳児と父親 ●定員／先着8組
●費用／無料 ●募集期間／8/2(水)～
●申込み／窓口か電話で。



上総広常と千葉常胤 ～源頼朝に応じた二人の武将～

9/28(木)10:00～12:00
広常と常胤が、房総に逃れてきた頼朝に応じた理由
や、その後の二人の対照的な歩みについて考えます。
●対象／成人 ●定員／24人 ●費用／無料
●募集期間／9/7(木)必着
●申込み／往復はがき。同館HPからも可。



若松公民館

〒264-0021 若葉区若松町2117-2

☎231-7991

特別支援学級・学校児童生徒対象
「スポーツチャンバラ教室」

8/6(日)13:30～15:00
防具をつけるから痛くないよ。親子で体を動かそう。
どうぞ気楽にご参加ください。
講師:若葉スポチャンクラブ
●対象／特別支援学級・学校に在学中の子どもと保護者
●定員／3組 ●費用／無料
●持ち物／長袖長ズボン、上履き、タオル、飲み物
●募集期間／8/2(水)まで
●申込み／窓口か同館HPからも可

大学の先生が教える
体幹トレーニング基礎講座

8/8(火)10:00～12:00
講師:齊藤訓英(帝京平成大学健康医療スポーツ学部
医療スポーツ学科講師)
協力:ちば産学官連携プラットフォーム
●対象／中学生、高校生、教育に係る成人
●定員／先着20人 ●費用／無料
●持ち物／上履き、タオル、飲み物
●募集期間／8/2(水)～ ●申込み／電話

防災講座 東日本大震災の
「語り部」から学ぶ
～助けられる人から助ける人へ～

8/27(日)14:00～16:00
東日本大震災の際、釜石東中学校の教員として、
子どもたちを引率し避難された経験を防災士の
視点を交え講演いただきます。千城台公民館からの
サテライト会場としてのオンライン講座です。
●対象／どなたでも ●定員／10人 ●費用／無料
●募集期間／8/1(火)～
●申込み／窓口か電話で

アンドロイド編-触って体験!
スマホの基本とLINE体験

9/28(木)①10:00～12:00②13:30～15:30
主催者がスマホを貸し出します。今更人に聞けない、
と思っている方、実際にスマホを触って解決しましょう。
(地図・カメラ・LINE・便利機能など)
講師:ソフトバンク
●対象／60歳以上の方 ●定員／各12人
●費用／無料 ●募集期間／9/6(水)必着。
●申込み／往復はがき。同館HPからも可。

緑区

おゆみ野公民館

〒266-0032 緑区おゆみ野中央2-7-6

☎293-1520

触って知ろう!スマホ基本の「き」
①午前=基本+LINEの入門体験
②午後=基本+キャッシュレス決済体験

10/25(水)①10:00～12:00②14:00～16:00
どちらも冒頭にスマホの便利な使い方基本レクチャー
があり、質疑時間内でご自分のスマホ操作の質問も
できます。
●対象／60歳以上の方 ●定員／①②各15人
●費用／無料 ●募集期間／9/5(火)～9/11(月)
●申込み／窓口か電話で。

椎名公民館

〒266-0022 緑区富岡町290-1

☎292-0210

初めてのスマホ

8/9(水)10:00～12:00
●対象／成人 ●定員／先着20人 ●費用／無料
●募集期間／募集中 ●申込み／窓口か電話で。

「親子で楽しく!」
①ふれあい歌あそび
②英語でハロウィン
③ふれあいクリスマス

①10/11(水)・25(水) ②10/18(水)
③12/6(水)いずれも10:00～11:00
親子で簡単なダンスや絵本などを楽しもう!
●対象／1歳～3歳までの未就園児と保護者
●定員／各10組20人 ●費用／無料
●募集期間／8/2(水)～9/26(火)
●申込み／窓口か電話で。

AED講習
「少しの力が人命を救う!」

10/15(日)9:30～12:30
●対象／市民 ●定員／10人 ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～9/27(水)
●申込み／窓口か電話で。

土気公民館

〒267-0061 緑区土気町1631-7

☎294-0049

✉oubo.toke@ccllf.jp

秋の落語会

9/16(土)13:30～15:00
出演:NPO法人フォーエヴァー
●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／9/2(土)～9/8(金)
●申込み／窓口か電話で。(土気いきいきセンター
TEL 043-205-1000も可)

文学講座「アララギ派と千葉県
―伊藤左千夫を中心に―

9/19(火)10:00～12:00
講師:中谷順子(詩人、作家、日本ペンクラブ会員)
●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／8/2(水)～8/8(火)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

歴史講座「酒井氏の宗教政策
～七里法華を中心に～」

10/18(水)10:00～12:00
土気城主 酒井氏を中心に「七里法華」とはなにか、
解き明かしていきます。講師:武田文治(歴史研究家)
●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／9/12(火)～9/15(金)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

誉田公民館

〒266-0005 緑区誉田町1-789-49

☎291-1512

✉oubo.honda@ccllf.jp

スマートフォン体験教室
①入門編②LINE体験

9/27(水)①10:00～12:00②13:30～15:30
スマホの基本を知りたい方へ
体験項目例:地図、カメラ、便利機能などと
①電話、メール、②LINEの基本
●対象／成人 ●定員／各20人 ●費用／無料
●募集期間／8/30(水)～9/5(火)
●申込み／窓口か電話で。

人生100年時代!現役世代のための
「NISAとiDeCoの基礎知識」

9/2(土)10:00～12:00
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／7/28(金)～8/10(木)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



特に記載のない限り、応募者多数の場合は抽選、市内在住・在勤・在学の方優先。
【窓口・電話の申込み】受付時間は9:00～17:00(土・日・祝日も可)。【往復はがき・Eメールの申込み】必要事項(①講座名・開催日時、②氏名(ふりがな)、③年代(学年)、④電話番号、⑤〒・住所)を記載。
1通につき1講座・1人または1組でご応募ください。その他、応募の詳細は最終ページをご覧ください。



歴史講座

9/30(土)10:00～12:00

講師:天野館長(千葉市立郷土博物館館長)

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／9/1(金)～9/4(月)

●申込み／窓口か電話で。

美浜区

磯辺公民館

〒261-0012 美浜区磯辺1-48-1

☎278-0033

✉oubo.isobe@ccllf.jp



介護サービスと介護予防サービス

8/23(水)10:00-12:00

介護保険制度の仕組みと2つのサービスの違いを学びます。

●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料

●募集期間／8/2(水)～8/4(金)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



千葉県の偉人～浮世絵の祖 菱川師宣～(オンライン講座)

8/26(土)14:00-16:00

菱川師宣記念館の講話を公民館で聞くことができます。

●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料

●募集期間／8/6(日)～8/16(水)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



幼児家庭教育学級 「2～5才児親子体操教室」

9/23(土)・30(土)10:00-11:00 全2回

ご家庭でもできる親子体操です。ぜひご参加ください。

●対象／2～5才児と保護者 ●定員／10組

●費用／無料 ●持ち物／35×85cm程度のタオル、水分補給の飲み物 ●備考／全2回出席が必要

●募集期間／9/2(土)～9/4(月)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

稲浜公民館

〒261-0005 美浜区稲毛海岸3-4-1

☎247-8555

✉oubo.inahama@ccllf.jp



ゼロから覚える！ スマートフォン体験教室(入門編)

8/29(火)10:00～12:00

スマホの基本的な操作を『ゼロ』から覚えましょう。

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／8/2(水)～8/15(火)

●申込み／往復はがき、Eメールにて。



ベビーとお母さんの体操教室

9/8(金)・15(金)・22(金)10:00～12:00 全3回

ベビーマッサージと3B体操を体験しましょう。

●対象／3か月～1歳未満児と母親

●定員／15組30人 ●費用／無料

●持ち物／バスタオル(床用)、汗拭きタオル、飲み物、オムツを持ち帰る袋 ●備考／動きやすい服装で

ご参加ください ●募集期間／8/25(金)必着

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



文学講座「浅田次郎と千葉県」

9/30(土)10:00～12:00

作家浅田次郎と千葉県の関わりを学びます。

●対象／小学生以上 ●定員／50人 ●費用／無料

●募集期間／9/2(土)～9/15(金)

●申込み／窓口か往復はがき、Eメールにて。

打瀬公民館

〒261-0013 美浜区打瀬2-13

☎296-5100

✉oubo.utase@ccllf.jp



はじめよう！ おとなもこどもとスクラッチ

8/20(日)10:00～12:00

親子でプログラミングを学びます。ゲーム作りにもチャレンジします。

●対象／小学1・2年生とその保護者

●定員／6組(12人) ●費用／無料

●募集期間／8/2(水)～8/11(金)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



ミシンで作ろう！ ベビーサルエルパンツ

9/10/(日)10:00～15:00

ミシンを使い、ヒザ丈サルエルパンツを作ります。(薄手のコーデュロイ生地80～100サイズ)手ぶらでご参加ください。

●対象／美浜区打瀬・若葉地区在住の成人

●定員／6人 ●費用／1400円

●備考／お子様連れの参加はできません。

●募集期間／8/16/(水)～8/23(水)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



親子ふれあい教室

9/20(水)・27(水)10:00～12:00 全2回

ベテラン先生が、アイデア満載の親子の遊びを、一緒に遊びながら紹介。子育てのお悩み相談もできます。

●対象／1～2歳児とその保護者 ●定員／20組

●費用／200円 ●備考／親子で動きやすい服装

●募集期間／8/23(水)～9/4(月)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



子育ての怒りを解決する アンガーマネジメント

10/5(木)10:00～12:00

ママのイライラを解消して、親子関係をよくする方法などを学びます。

●対象／子育て中の保護者 ●定員／20人

●費用／無料

●募集期間／9/13(水)～9/25(月)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

幸町公民館

〒261-0001 美浜区幸町2-12-14

☎247-0666

✉oubo.saiwaicho@ccllf.jp



くらし講座 「キャッシュレス決済の基礎知識」

8/31(木)10:00-12:00

現金を使わない「キャッシュレス決済」について学びましょう。

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／8/1(火)～8/15(火)

●申込み／往復はがきか、Eメールにて。



文学講座「中原中也と千葉市」

9/29(金)10:00-12:00

千葉市に縁のある作家の作品について学びましょう。

●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料

●募集期間／9/1(金)～9/12(火)

●申込み／往復はがきか、Eメールにて。

高浜公民館

〒261-0003 美浜区高浜1-8-3

☎248-7500

✉oubo.takahama@ccllf.jp



コーラス体験教室 ～身近な曲を美しいハーモニーで～

8/21(月)・28(月)13:30-15:30 全2回

初心者でも楽しく学べるコーラス体験で、ハーモニーを奏でましょう。

●対象／成人 ●定員／先着30人 ●費用／無料

●募集期間／8/2(水)～8/20(日)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



たかはま寄席～笑う門には福来る

9/23(土)13:00-15:00

コロナも物価高も吹っ飛ばせ！。楽しく笑って、心も体もリフレッシュしましょう。

●対象／成人 ●定員／先着30人 ●費用／無料

●募集期間／9/4(月)～

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。





買う前にわかる！ スマートフォン体験教室(入門編)

9/29(金)10:00-12:00

買ってから後悔しないために!。初めてでも分かりやすくスマホを体験しましょう。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/4(月)～9/11(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



触って体験！ スマホの基本とLINEの入門

9/29(金)14:00-16:00

手に入れたけれど分からない!。そんなお困りにピッタリの体験入門コースです。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/4(月)～9/11(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

幕張西公民館

〒261-0026 美浜区幕張西2-6-2
☎272-2733

✉oubo.makuharinishi@ccllf.jp



パソコン教室 「写真や図形を使ったWord講座」

8/28(月)・29(火)・30(水)13:00～15:30 全3回

初心者向けのパソコン教室です。家庭で役立つポストカードや飾れるフォトグラフを作ります。

- 対象／成人 ●定員／8人 ●費用／無料
- 持ち物／Win10以上、Wordが入ったノートパソコン
- 備考／全3回出席が必要
- 募集期間／8/2(水)～8/10(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



暮らしアップセミナー「人生100年時代のライフプランについて」

9/20(水)10:00～12:00

人生100年時代の老後のお金や貯え等マネープランについて分かりやすく解説します。

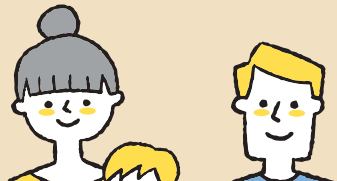
- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／9/2(土)～9/9(土)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

お申し込みの際のご注意

- ①電話での受付時間は9:00～17:00。直接来館も可(受付時間は電話の場合と同じ)。FAXの申込みは受け付けていません。
- ②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。
- ③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。
- ④来館には、公共交通機関をご利用ください。
- ⑤特に記載のない限り、抽選結果は、往復はがき・メールの場合は全員に、電話の場合は当選された方のみご連絡します。
- ⑥募集期間内で定員に満たなかった講座については、先着順で申込みを受け付けます。

子育て おしゃべり タイム

子育ておしゃべりタイムでは、子育て中の保護者が子どもと一緒に公民館を利用できます。妊婦の方も参加できます。子育てサポーターがいるので、子育てなどに関する悩みや不安について相談できます。また、他の保護者とお話ししたり、子どもと遊んだり、自由に過ごすことができます。子育て仲間作りや気分転換にお気軽にご利用ください。

中央区	9/6(水)	松ヶ丘公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉区	8/10(木)	若松公民館	千城台公民館 ☎237-1400
	9/13(水)	星久喜公民館			8/24(木)	みつわ台公民館	
花見川区	8/9(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522		9/14日(木)	若松公民館	
	8/23(水)				9/28日(木)	みつわ台公民館	
	9/13(水)			緑区	8/9(水)	誉田公民館 ☎291-1512	
	9/27(水)				9/11(月)		
稲毛区	8/14(月)	小中台公民館	小中台公民館 ☎251-6616	美浜区	9/7(木)	高浜公民館 ☎247-8555	稲浜公民館 ☎247-8555
	8/25(金)	山王公民館			9/21(木)		
	8/28(月)	黒砂公民館					
	9/13(水)	小中台公民館					
	9/22(金)	山王公民館					
	9/25(月)	黒砂公民館					

(時) 10:00～12:00 (対) 子育て中の方・妊婦(子ども同伴可)
(申) 当日直接会場へ(時間中出入り自由)



公民館でやさい市

(共催 一般社団法人千葉市園芸協会)

各日11時～12時 ※売り切れ次第終了

公民館では、新鮮な千葉市産の野菜を販売する「公民館でやさい市」を開催しています!10月以降の予定は下記の通りです。お近くの公民館で開催される際はぜひお越しください。

日にち	公民館名	住 所
10月13日(金)	みつわ台公民館	若葉区みつわ台3-12-17
11月17日(金)	轟公民館	稲毛区轟町1-12-3
12月15日(金)	高浜公民館	美浜区高浜1-8-3
1月19日(金)	打瀬公民館	美浜区打瀬2-13
2月16日(金)	生浜公民館	中央区生実町67-1
3月15日(金)	みつわ台公民館	若葉区みつわ台3-12-17

※天候等の影響で野菜の収穫量が少ない場合は中止となることもありますので、予めご了承ください。開催については、各公民館にお問い合わせください。



公衆無線LAN 利用停止のお知らせ

機器メンテナンスのため下記の時間帯、千葉市内の公民館全館でCHIBA CITY Wi-Fi (公衆無線LAN)が使用できません。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどお願い申し上げます。

●8月3日(木) 17:30～21:00 ●8月10日(木) 17:30～21:00

【おゆみ野公民館休館のお知らせ】

7月～9月まで空調工事のため、おゆみ野公民館は休館しております。
問合せ先:おゆみ野公民館:043-293-1520