

2024
4-5
千葉市

公民館 情報誌



講座情報INDEX

中央区	2
花見川区	4
稲毛区	7
若葉区	9
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

Q

千葉市の公民館



中央区

生浜公民館
〒260-0813 中央区生実町67-1
☎263-0268

オーストラリア、トルコ、エジプト、メキシコの世界遺産を巡る講座

4/20(土)・27(土)10:00～12:00 全2回
世界遺産の概要を学んだのちに4カ国の旅を楽しめます。
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●備考／全回出席が必要
●募集期間／4/2(火)～4/7(日)
●申込み／窓口か電話で。

あんしんケアセンター浜野出張講座

①5/22(水)・②5/29(水)10:00～11:30
①介護保険と成年後見 ②認知症予防
●対象／成人 ●定員／各20人
●費用／無料 ●募集期間／5/2(木)～5/7(火)
●申込み／窓口か電話で。

葛城公民館
〒260-0853 中央区葛城2-9-2
☎222-8554

まいぶん講座～郷土の歴史～①②

①4/18(木)・②5/16(木)各13:00～15:00
先人たちがおゆみ野の歴史をどう活かしたのか、についてお話します。
講師:千葉市埋蔵文化財調査センター職員
●対象／成人 ●定員／各先着16人 ●費用／無料
●備考／1回のみの参加も可。オンライン中継される講座の映像を視聴 ●募集期間／4/2(火)～
●申込み／窓口か電話で。

母の日に贈る花束

5/1(水)10:00～12:00
アーティフィシャルフラワーの花束をオシャレなプレートに飾り付け、壁掛けとしてプレゼントしてはいかがでしょうか?
●対象／成人 ●定員／8人 ●費用／1,500円
●持ち物／持ち帰り用の袋
●募集期間／4/2(木)～4/15(月)
●申込み／窓口か電話で。

目から鱗(うろこ)の雑学講座
～教養としてのトリビアを楽しく学ぼう～

5/17(金)・24(金)・31(金)10:30～12:00 全3回
教養としてのトリビアを楽しく学び、雑学マイスターを目指そう!
●対象／成人 ●定員／先着20人 ●費用／無料
●募集期間／5/2(木)～ ●申込み／窓口か電話で。

心と身体を楽にする魔法のストレッチ体操

5/23(木)・30(木)10:00～12:00 全2回
楽しく身体を伸ばしてストレス解消!
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
●持ち物／動きやすい服装で
●募集期間／5/2(木)～5/16(木)
●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

はじめてのフラダンス体験レッスン

4/16(火)13:30～15:00
笑顔で楽しくフラダンス!みんなで音楽に合わせて踊りましょう!
●対象／成人女性 ●定員／20人 ●費用／無料
●持ち物／汗拭きタオル
●募集期間／4/3(水)～4/10(水)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

シニア向け!はじめてのフラダンス体験レッスン

4/23(火)13:30～15:00
シニアの方でも大丈夫!みんな笑顔で楽しく踊りましょう!
●対象／65歳以上の女性 ●定員／20人
●費用／無料 ●持ち物／汗拭きタオル
●募集期間／4/3(水)～4/10(水)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

はじめての詩吟体験教室

5/11(土)10:00～12:00
はじめての方大歓迎!!
楽しく詩吟を体験してみましょう!
●対象／中学生以上の方 ●定員／30人
●費用／無料 ●募集期間／4/25(木)～5/2(木)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

キックボクシングエクササイズ体験レッスン

5/14(火)10:00～11:30
音楽に合わせて格闘技動作を行い、楽しくシェイプアップ!日頃のストレスをパンチとキックで解消しましょう!!
●対象／成人 ●定員／20人
●費用／無料 ●持ち物／汗拭きタオル、ヨガマット
●備考／ヨガマットを持っていない方はご相談ください。
●募集期間／5/3(金)～5/8(水)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

ヒップホップダンス体験レッスン
みんなで楽しくダンス!!

6/1(土)・8(土)・15(土)14:00～15:00 全3回
基礎からしっかり教えてもらえます。
●対象／小・中学生 ●定員／15人
●費用／無料 ●持ち物／汗拭きタオル
●備考／3回目にビデオ撮影を行う予定です。
●募集期間／5/15(水)～5/22(水)
●申込み／電話、同館HPで。

新宿公民館
〒260-0021 中央区新宿2-16-14
☎243-4343

「ハーブ活用術」～寄せ植え・アロマ(精油)、ハーブクッキング～

5/23(木)・6/6(木)・20(木)10:00～12:00 全3回
ハーブ栽培法や活用法、ハーブ料理を学び、さまざまなハーブに触れます。①ハーブ寄せ植え(持ち帰り)②アロマテラピー(精油)③ハーブクッキング等、全3回で楽しく。生活の中にハーブを活かして暮らしを豊かに。毎年人気の講座です。
●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／3,000円
●持ち物／エプロン、三角巾、布巾3枚
●募集期間／4/16(火)～4/23(火)
●申込み／窓口か電話で。

親子講座「ふれあい遊び、ものづくりを楽しもう」

5/28(火)・6/11(火)・25(火)10:00～12:00 全3回
親子一緒に遊んでリフレッシュ!音楽に合わせてリズム遊びをしたり、身近なものでおもちゃを作ったり、ふれあい遊びをしたり。ママもキッズもリラックスして楽しく!
●対象／1～3歳児と保護者 ●定員／15組
●費用／無料 ●募集期間／4/24(水)～5/10(金)
●申込み／窓口か電話で。

整理収納講座「さあ衣替えシーズン!どうする!? 衣類の整理収納」

6/4(火)10:00～12:00
いつの間にかあふれる衣類。講習前半は、どれを手放してどれを残す?「衣類の整理のコツ」を学び、後半は、使いやすさが長続きする「収納のヒント」をレクチャー!
●対象／成人 ●定員／15人
●費用／無料 ●募集期間／5/9(木)～5/14(金)
●申込み／窓口か電話で。

ワカモノのための「一生のお金の基礎知識」

6/8(土)10:00～12:00
これから社会デビューする若者、働き始めた20代に、人生で必要なお金の基礎知識をレクチャー。人生でお金のかかるタイミングは?税金・年金の基礎知識、お金をためるコツなど。きちんと学んで、人生を生きよう!
●対象／おおむね20代の方 ●定員／15人
●費用／無料 ●持ち物／筆記用具
●募集期間／4/16(火)～5/13(月)
●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



まいぶん講座～郷土の歴史～①②

①4/18(木)②5/16(木)13:00～15:00

先人たちがおゆみ野の歴史をどう活かしたかについてお話しします。

講師:千葉市埋蔵文化財調査センター職員

- 対象／成人 ●定員／先着12人 ●費用／無料
- 備考／オンライン中継される講座の映像を視聴
- 募集期間／4/3(水)～4/9(火)
- 申込み／窓口か電話で。



Tシャツをリメイクして布ぞうり作り・春

4/23(火)・24(水)13:00～15:30

4/30(火)10:00～15:00 全3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／4/3(水)～4/9(火)
- 申込み／窓口か電話で。



パソコン講座 「初心者のためのワード」

5/22(水)・23(木)・24(金)9:00～12:00 全3回
パソコンで初めて文書を作る方でも安心して受講ができます。ワードの基本をしっかりと学び、地域活動や仕事に活用しましょう。講師が丁寧に分かりやすく指導します。

- 対象／パソコンで文字入力ができる成人
- 定員／10人 ●費用／1,320円
- 持ち物／USBメモリ(タイプA)
- 募集期間／5/2(木)～5/8(水)
- 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



いまさら聞けないスマホ教室

4/18(木)・25(木)10:00～12:00 全2回

操作に慣れていない方向けに、電源の入れ方、音の消し方から学びましょう!(アンドロイド端末対象)

講師:auショップ千葉

- 対象／65歳以上の方 ●定員／12人 ●費用／無料
- 持ち物／スマートフォン(アンドロイド)
- 募集期間／4/2(火)～4/10(水)
- 申込み／窓口か電話で。



【座学】房総ふらふらふらわー散歩 (房総前編・後編)

5/30(木)・6/6(木)10:00～12:00 全2回

「とかいなか」千葉のよいところ再発見!スライドで美しい花めぐり。ご要望を受け一昨年の大作「房総編」を前後編2回でお届けします。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／5/1(水)～5/15(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。



星久喜公民館

〒260-0808 中央区星久喜町615-7
☎266-4392
✉oubo.hoshiguki@ccllf.jp



星久喜春の落語会 ～笑いたい人いらっしゃい!～

4/13(土)10:00～12:00

笑顔と笑いは幸せを呼びます。

大きな声で「わっはっは!」

- 対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／4/2(火)～4/10(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。



サークル体験月間4・5月 ①さわやか体操

4/22(月)・5/13(月)10:00～12:00 全2回

自分の足で歩けることが長寿の秘訣。音楽に合わせて、歩いたり体操したりします。

- 対象／成人 ●定員／5人 ●費用／無料
- 持ち物／動きやすい服と靴
- 募集期間／4/2(火)～4/15(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。



サークル体験月間4・5月 ②エイル・クラシックバレエ

4/23(火)・5/14(火)15:30～16:30 全2回

子ども対象のバレエサークル。

姿勢がととてもよくなりますよ。

- 対象／4～7歳 ●定員／5人 ●費用／無料
- 持ち物／動きやすい服と靴
- 募集期間／4/2(火)～4/15(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。



サークル体験月間4・5月 ③コーラス・ステラ

4/24(水)・5/15(水)10:00～12:00 全2回

音楽は心を癒します。みんなで大きな声で歌いましょう!

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
- 募集期間／4/2(火)～4/15(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。



産後のヨガ ～元気できれいなママになる～

5/30(木)・6/13(木)・20(木)10:00～12:00 全3回
産後の生活が充実するように、心と体を整えましょう。ママ同士の交流もできますよ。

- 対象／生後3か月～6か月の乳児と母親
- 定員／5組 ●費用／無料
- 持ち物／バスタオル、タオル
- 備考／赤ちゃんに必要なもの
- 募集期間／5/2(木)～5/15(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

松ヶ丘公民館

〒260-0807 中央区松ヶ丘町257-2
☎261-5990



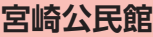
はじめてのスマホ教室

5/29(水)10:00～12:00

スマホを使うのがはじめての方向けの講座です。電源の入り切り、カメラなどの便利機能の使い方を学びます。

- 対象／65歳以上の方 ●定員／12人
- 費用／無料 ●募集期間／5/2(木)～5/15(水)
- 申込み／窓口か電話で。





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

太極拳入門

5/2(木)・16(木)・6/6(木)・20(木)
13:00～15:00 全4回
体も心も緩やかに、しなやかに、太極拳を始めてみませんか？
●対象／どなたでも ●定員／10人 ●費用／無料
●持ち物／上履き・タオル・動きやすい服装
●備考／全回出席が必要
●募集期間／4/2(火)～4/25(木)
●申込み／窓口かEメール、同館HPで。

プラレールで遊ぼう！①②

4/28(日)①10:00～12:00②13:00～15:00
プラレールで遊んで、遊びのマナーやお片付けを学びましょう！
●対象／どなたでも●定員／各40人
●費用／無料 ●持ち物／上履き
●募集期間／4/2(木)～4/12(金)
●申込み／窓口かEメール、同館HPで。



誤嚥性肺炎を予防するボイストレーニング

6/4(火)・9/3(火)・12/3(火)10:00～12:00 全3回
季節に合わせて声帯を整え、誤嚥性肺炎を予防しましょう。
●対象／どなたでも ●定員／20人 ●費用／無料
●持ち物／上履き、500mlの空のペットボトル
●備考／全回出席が必要
●募集期間／4/2(火)～5/9(木)
●申込み／窓口かEメール、同館HPで。

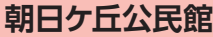
3B体操「親子DEチュー♡」①②

①6/8(土)・②6/11(火)10:00～12:00
ボールなどの道具を使った、運動不足やストレス解消にもなる、とっても楽しい親子体操です。
●対象／1歳～就学前児と保護者 ●定員／10組
●費用／無料 ●持ち物／上履き・動きやすい服装
●募集期間／5/2(木)～5/30(木)
●申込み／窓口かEメール、同館HPで。

暴力を許さない地域づくりのためのDV・虐待の基礎知識

6/29(土)10:00～12:00
DVとは？虐待とは？予防できる？地域が、一人一人が幸せになるための講座。
●対象／どなたでも ●定員／先着20人
●費用／無料
●募集期間／5/2(木)～
●申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPで。

花見川区



〒262-0019 花見川区朝日ヶ丘1-1-30
☎272-4961

親子で一緒に体操しよう

5/1(水)・15(水)・29(水)・6/5(水)・7/3(水)・17(水)
10:00～12:00 全6回
親子でスキンシップをしながら、みんなで楽しく体を動かしませんか。
●対象／2・3歳児と保護者 ●定員／15組30人
●費用／無料 ●持ち物／タオル、飲み物
●備考／動きやすい服装でご参加ください。
●募集期間／4/2(火)～4/15(月)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

初めての生け花

4/16(火)・5/21(火)・6/18(火)・10/15(火)・11/19(火)・12/17(火)13:00～15:00 全6回
季節に合わせたお花を使って、小原流生け花の基礎を学べます。四季を楽しみ、伝統文化に触れてみませんか。
●対象／成人 ●定員／5人 ●費用／4,800円
●持ち物／花バサミ、持ち帰り用の袋、台拭き
●募集期間／4/2(火)～4/8(月)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

第一印象アップ自分に合う眉メイクレッスン

6/8(土)10:00～12:00
顔立ちややりたいイメージに合わせた眉の描き方を知り、毎日を華やかな気持ちで過ごしましょう。
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
●持ち物／手鏡、眉メイク用品、チーク、口紅
●募集期間／5/2(木)～5/8(水)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。



〒262-0023 花見川区検見川町3-322-25
☎271-8220

検見川お笑い寄席

4/20(土)13:30～15:00
落語に親しみ、笑って健康になりましょう。
●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／4/2(火)～4/8(月)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

高齢期者向け料理教室「豆腐ハンバーグ」

5/21(火)10:00～13:00
高齢者を対象としたセットメニューを作ります。料理をしながら必要な栄養素を学びましょう。
●対象／65歳以上の方 ●定員／12人
●費用／500円
●持ち物／エプロン、三角巾、布巾3枚、マスク、飲み物
●募集期間／5/2(木)～5/9(木)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

和文化体験教室 ①きものリメイク入門講座 スマホ置きクッション作り ②剣舞の体験教室

①5/24(金)13:30～16:00
②5/27(月)13:00～15:00
和文化体験教室を通して人との出会いを広げてみませんか。楽しめる趣味や新しい趣味をお探しの方、ぜひご参加ください。
●対象／成人 ●定員／各10人
●費用／①600円②無料
●持ち物／①裁縫道具、必要な方は眼鏡 ②動きやすい服装、腰ひも
●募集期間／5/2(木)～5/10(金)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。



〒262-0013 花見川区檣橋町162-1
☎259-2958

エンジョンミュージック「エレクトーン スプリングコンサート」

4/20(土)13:30～15:00
毎回、大好評をいただいている、エレクトーン2台によるスーパーDUOユニット:「kimit'ori(きみどり)」の演奏会・第3弾です。聴衆参加型のとにかく楽しいコンサートでは、毎回、いろいろなサプライズが…。今回はどんな笑顔を届けてくれるでしょうか。
●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
●持ち物／飲み物 ●備考／小学4年生以下は保護者同伴 ●募集期間／4/8(月)まで
●申込み／窓口か電話、同館HPで。



防災・地震体験講座

4/28(日)10:00～11:30

私たちの住む地域でも、いつ起こるかわからない大地震!地震に備えるためにも、防災普及車で地震のゆれを体験し、防災について、考えてみませんか。ご家族そろっての参加もお待ちしています。

- 対象／小学生以上の方 ●定員／25人
- 費用／無料 ●持ち物／飲み物
- 備考／小学生は保護者同伴
- 募集期間／4/15(月)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



太鼓体験講座「たたいてみよう」

5/19(日)10:00～12:30

太鼓の基礎(バチの持ち方、たたき方、姿勢など)を学びます。初めての方も安心して参加できます。

- 対象／どなたでも ●定員／12人
- 費用／500円(バチレンタル代)
- 持ち物／内履き、汗拭きタオル、飲み物
- 備考／動きやすい服装でご参加ください。小学4年生以下は保護者同伴。●募集期間／5/6(月)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



レンジで作る和菓子体験講座

5/21(火)10:00～12:00

電子レンジを使った和菓子作りに挑戦してみませんか。白玉粉を使った和菓子と干菓子の2種類を作ります。

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／500円
- 募集期間／5/6(月)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。
- 持ち物／15ccの計量スプーン。持ち帰り用容器2個



春の寄せ植え教室

5/11(土)10:00～12:30

春のお花の寄せ植えを体験してみませんか。ご家族での参加もできます。

- 対象／どなたでも ●定員／10人
- 費用／1,600円 ●持ち物／エプロン、園芸用手袋、タオル、持ち帰り用袋 ●募集期間／5/2(木)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



檣橋茶話会

5/16(木)・6/20(木)・9/19(木)・10/17(木)
・11/21(木)・12/9(木)・1/16(木)・2/20(木)
・3/20(木) 10:00～12:00 全9回

地域の高齢者(75歳以上)の方々、公民館で楽しくおしゃべりしてみませんか。お気軽にご参加ください。

- 対象／檣橋地区の75歳以上の方 ●定員／12人
- 費用／50円/回 ●備考／檣橋公民館まで来られる方
- 募集期間／5/10(金)まで
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。

こてはし台公民館

〒262-0005 花見川区こてはし台5-9-7
☎250-7977



終活初心者講座 超入門編 「現状とリスクを知ろう」

5/14(火)10:00～12:00

疑問の多い終活をわかりやすくお話しします。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／難聴者支援ヒアリンググループあり。
- 募集期間／4/2(火)～4/16(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



ふれあい音楽会 「津軽三味線演奏会」

5/25(土)10:30～12:30

迫力の演奏を間近でお楽しみください。

- 対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／5/2(木)～5/9(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



終活初心者講座 知っておきたい 「葬儀とお墓の傾向とトラブル事例」

6/27(木)10:00～12:00

家族トラブルを防ぐためにもぜひ知っておきたい内容です。まずはお気軽にご参加ください。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／難聴者支援ヒアリンググループあり。
- 募集期間／5/2(木)～5/16(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HP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



シニアのスマホ講座 「スマホの基本とキャッシュレス」

5/24(金)13:00～15:00

スマホの基本を再確認し、キャッシュレス決済にチャレンジしましょう!

- 対象／60歳以上 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／5/8(水)～5/14(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



相続と生前整理 ー老後の片付けとお金の問題ー

6/12(水)14:00～16:00

元気なうちに整理しましょう、お金と物!

- 対象／成人 ●定員／40人 ●費用／無料
- 募集期間／5/28(火)～6/5(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。

長作公民館

〒262-0044 花見川区長作町1722-1
☎258-1919



0歳児親子ふれあい教室

4/23(火)・5/7(火)・14(火)10:00～11:30 全3回

親子スキンシップ体操、ママのリフレッシュ体操、フリートークなど一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

- 対象／4～11か月児と保護者
- 定員／8組 ●費用／無料
- 持ち物／バスタオル、飲み物
- 備考／動きやすい服装でご参加ください。
- 募集期間／4/2(火)～4/11(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



ヨガにチャレンジ

4/26(金)・5/10(金)・24(金)10:00～11:30 全3回

ヨガが初めての方、体を動かしたいと思っている方大歓迎!肩の力を抜いて、「ココロ」「カラダ」をリフレッシュ!!

- 対象／成人 ●定員／6人 ●費用／無料
- 持ち物／ヨガマットまたはバスタオル、飲み物
- 備考／動きやすい服装でご参加ください。
- 募集期間／4/3(水)～4/17(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



春の寄せ植え教室

5/17(金)10:00～12:00

春のお花の寄せ植えを作ります。コツや手入れ方法も一緒に学びましょう!!

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／1,600円
- 持ち物／エプロン、園芸用手袋、タオル、持ち帰り用袋
- 募集期間／5/1(水)～5/8(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



新札3人の人物と房総

6/10(月)10:00～12:00

新紙幣の肖像となる、渋沢栄一、津田梅子、北里柴三郎の房総との関わり、人物を紐解きます。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 募集期間／5/2(木)～5/16(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



花園公民館

〒262-0025 花見川区花園3-12-8
☎273-8842



シニアのための「スマホの基本と キャッシュレス決済」

4/30(火)10:00～12:00

スマホ初心者の方も安心!スマホの基本から便利でお得な使い方まで、一緒に楽しく学びましょう。

- 対象／65歳以上の方 ●定員／16人
- 費用／無料 ●備考／スマホは貸出機を使用。
- 募集期間／4/2(火)～4/8(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



人生100年時代の身体づくり 「キックボクシングエクササイズ体験」

5/14(火)13:30～15:00

老若男女、どなたでも安心して参加できるプログラムです。パンチとキックで気分爽快!下半身と体幹を鍛えます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 持ち物／ヨガマットまたはバスタオル、汗拭きタオル、飲み物 ●備考／動きやすい服装・靴
- 募集期間／4/8(月)～4/14(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。



初夏の苔玉作り

5/29(水)10:00～12:00

インテリアとしても人気の苔玉(こけだま)。手作りの苔玉で初夏を涼やかに彩りませんか。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／800円
- 持ち物／エプロン
- 募集期間／5/2(木)～5/8(水)
- 申込み／窓口か電話、同館HPで。

花見川公民館

〒262-0041 花見川区柏井町1590-8
☎257-2756



体験講座「はじめての川柳」

5/20(月)・27(月)10:00～12:00 全2回

川柳のイロハを楽しく学び、一緒に日々の喜怒哀楽を川柳にして詠んでみませんか。

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
- 募集期間／4/26(金)～5/2(木)
- 申込み／窓口か電話で。



体験講座「なつかしの童謡を歌う」

6/10(月)・24(月)・7/8(月)・22(月)

10:00～12:00 全4回

思い出の名曲について声楽家から学んで歌い、童謡の世界を思う存分楽しめます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／5/29(水)～6/4(火)
- 申込み／窓口か電話で。



茶道体験教室

6/16(日)10:00～12:00

おいしい茶菓子と一緒に自分で点てたお茶をいただいてみませんか。初めての方も安心、丁寧にお教えます。

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／600円
- 持ち物／足袋か白い靴下
- 募集期間／5/21(火)～6/3(月)
- 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



幕張の歴史を歩こう

5/11(土)・5/18(土)9:30～12:30 全2回

幕張・武石周辺の史跡を散策します。

身近にある歴史探しに出かけませんか?

- 対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
- 持ち物／帽子、飲み物、雨具、健康保険証、歩きやすい服装・靴、手のあく鞆 ●備考／全回出席が必要。窓口申込みの場合、返信用はがきを持参。令和5年度と同じ行程を予定。ご家族など複数の場合も、お1人ずつお申込みください。
- 募集期間／4/12(金)～4/26(金)
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPで。



懐かしの名作映画劇場

5/31(金)10:00～12:00

懐かしの名作を公民館で!『雨に唄えば』を鑑賞します。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人
- 持ち物／飲み物 ●備考／窓口申込みの場合、返信用はがきを持参 ●募集期間／5/2(木)～5/17(金)
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPで。



シニアのためのはじめての スマートフォン講座

6/18(火)10:00～12:00

スマートフォンの使用方法を基礎から学びます。

- 対象／65歳以上の方 ●定員／20人
- 費用／無料 ●備考／窓口申込みの場合、返信用はがきを持参。スマホは貸出機を使用。
- 募集期間／5/17(金)～5/31(金)
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPで。



微笑みの円空仏を彫ってみよう

5/10(金)・18(土)・24(金)・6/1(土)・7(金)

13:30～15:30 全5回

自分だけの観音菩薩座像を彫ってみませんか。

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／1,000円
- 持ち物／彫刻刀、軍手
- 募集期間／5/2(木)～5/6(月)
- 申込み／窓口か電話で。



親子で遊ぼう

5/17(金)・24(金)・31(金)10:00～12:00 全3回

親子でふれあい遊びやものづくりをしてみませんか。

- 対象／1～2歳児と保護者 ●定員／12組
- 費用／300円 ●持ち物／キッチンばさみ、やまとのり、クレヨン、新聞紙
- 募集期間／4/16(火)～4/22(月)
- 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。



稲毛区

稲毛公民館
〒263-0034 稲毛区稲毛1-10-17
☎243-7425

健康講座「睡眠」と「健康」の知恵袋

4/23(火)13:30～15:30
暮らしに役立つ睡眠と健康についてやよい眠りに
ついての知識やポイントを紹介。
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／4/2(火)～4/8(月)
●申込み／窓口か電話で。

初心者のための水彩画講座 「いなげ八景を描く」

5/4(土)・11(土)・18(土)10:00～12:00
(初回のみ9:30) 全3回
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!!
●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
●持ち物／筆記用具、デジカメ(スマホ)、水彩画道具
●募集期間／4/3(水)～4/9(火)
●申込み／窓口か電話で。

Let's Hula!フラダンス初級

5/22(水)・29(水)・6/5(水)・12(水)
10:00～12:00 全4回
ハワイアンの調べに乗って、楽しく踊りましょう!!
●対象／成人女性 ●定員／15人 ●費用／無料
●持ち物／動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具
●募集期間／5/1(水)～5/7(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

ママと遊ぼうハッピータイム

5/20(月)10:30～11:30
親子で体を使った体操や手遊び、読み聞かせや工作で
楽しい時間を過ごしましょう。
●対象／6か月以上の就学前児と保護者
●定員／各10組20人 ●費用／無料
●募集期間／4/2(火)～4/10(水)
●申込み／窓口か電話で。

こころと体を整えるリラックス講座 ～やさしいハタヨガ～

6/3(月)・17(月)・7/1(月)10:00～12:00 全3回
回ごとに重点的に深めていきます。
①初心者向け②骨盤調整③筋力アップ
●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
●持ち物／ヨガマット・タオル (備)動きやすい服装で
ご参加ください。ヨガマット貸し出しあり。
●募集期間／5/2(木)～5/15(水)
●申込み／窓口か電話で。



おはなし会と工作あそび

6/15(土)10:00～12:00
おはなし会の後、くるくる回して楽しいおもちゃを
つくります。
●対象／小学1～3年生 ●定員／15人
●費用／無料 ●募集期間／5/2(木)～5/15(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

気楽に落語でもいかがですか

4/27(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／25人 ●費用／無料
●募集期間／4/5(金)～4/11(木)
●申込み／窓口か電話で。

新茶だよ!全員集合「三重県産 伊勢新茶を楽しもう!2024」

6/6(木)10:00～11:30
お茶屋さんが教えるおいしい新茶の楽しみ方講座です。
●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／300円
●持ち物／湯飲み・急須
●募集期間／5/9(木)～5/23(木)
●申込み／窓口か電話で。

小中台公民館
〒263-0043 稲毛区小中台5-7-1
☎251-6616

コーヒーで癒しのひと時を

4/28(日)14:00～15:30
お気に入りのコーヒーカップとお菓子でコーヒーを
味わい、癒しの一時を過ごしませんか。
●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料
●持ち物／お気に入りのコーヒーカップ、お菓子
●募集期間／4/5(金)～4/9(火)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

新緑のギターコンサート

5/19(日)13:30～15:00
ギター生演奏を聴いて、一緒に楽しい一時を過ごし
ましょう。
●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／5/2(木)～5/6(月)
●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

豊かな心を育むリトミック

4/11(木)・18(木)10:00～12:00 全2回
音に合わせて、自由に身体を動かすことで身体能力を
アップさせましょう。
●対象／1～2歳の乳幼児と保護者 ●定員／5組
●費用／無料 ●募集期間／募集中～4/7(日)
●申込み／窓口か電話で。

コーヒーブレイク ～コーヒーはフルーツだ! コーヒーの香りと味を楽しもう～

5/11(土)10:00～12:00
コーヒーの入れ方を学び、香りと味を楽しみましょう。
●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
●持ち物／お気に入りのコーヒーカップ
●募集期間／4/25(木)～5/1(水)
●申込み／窓口か電話で。





基礎英語～英検5級程度～

5/12(日)・19(日)・26(日)・6/2(日)
10:00～12:00 全4回

簡単な英会話ができるようになります。
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
●募集期間／4/26(金)～5/2(木)
●申込み／窓口か電話で。



初心者向け「ス・マ・ホ」レッスン
～基本の操作とLINE体験～

6/14(金)13:30～15:30
スマートフォンの基本操作やLINE体験などを学ぶ
初心者入門編講座です。
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／5/29(水)～6/4(火)
●申込み／窓口か電話で。



植物に親しもう
作ろう!ハイドロカルチャー

4/20(土)10:00～12:00
土を使わずに植物を育てるハイドロカルチャー作りを
体験してみませんか?
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／1,300円
●持ち物／汚れても良い服装
●募集期間／4/2(火)～4/8(月)
●申込み／窓口か電話で。



そば作り教室「美味しい手打ち
そばを打ってみませんか」

5/19(日)・26(日)9:00～12:30 全2回
美味しいおそばの打ち方を伝授いたします。
●対象／成人 ●定員／8人 ●費用／3,000円
●持ち物／バンダナ、タオル2枚、前掛け、タッパー、
上履き ●募集期間／5/1(水)～5/7(火)
●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



大人だって踊りたい!
誰でも踊れるヒップホップ

5/8(水)・15(水)10:00～11:00 全2回
初心者でも踊れる「チューチュートレイン」を楽しく
ダンスしましょう。年齢制限ありません。気軽にダンス
を楽しみたい方、推しのように踊りたい方、体を動かし
たい方、ダンスをして気持ちの良い汗を流しませんか?
●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料
●募集期間／4/2(火)～4/15(月)
●申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPで。



シニアのためのスマホ教室
「基本操作からインターネット・アプリまで」

5/29(水)・30(木)14:00～16:00 全2回
スマホ(android)の操作に不安な方、インターネットに
不安な方、普段使いが苦手な方のためのスマホ講座です。
●対象／65歳以上の方 ●定員／10人
●費用／無料 ●持ち物／スマートフォン(android)
●備品／スマホの貸出可。
●募集期間／4/2(火)～4/15(月)
●申込み／窓口か電話で。



ベビーマッサージ・絵本・救命処置が
学べる「赤ちゃん応援講座」

6/13(木)・20(木)・27(木)10:00～12:00 全3回
1日目:ベビーマッサージでコミュニケーション
2日目:赤ちゃん絵本の読み方・選び方
3日目:気軽に学べる赤ちゃんへの救命処置
●対象／3～7か月児と保護者
●定員／10組 ●費用／無料
●持ち物／受講決定時に通知
●募集期間／5/2(木)～5/15(水)
●申込み／Eメール、同館HPで。



自然に親しむ～日本の国蝶
「オオムラサキ」を知る!(観察とお話)～

6/22(土)10:00～12:00
日本の国蝶「オオムラサキ」のオスの翅は青紫色に
輝き、たいへん美しい蝶です。かつては日本全国で
見られましたが、現在都会では見ることが少なくな
りました。その美しい蝶を観察し、生態について学ん
でみませんか?
●対象／小学生以上の方 ●定員／20人
●費用／無料 ●備考／小学生低学年は保護者同伴
●募集期間／5/2(木)～5/20(木)
●申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPで。

轟公民館

〒263-0021 稲毛区轟町1-12-3
☎251-7998



轟町街角シネマ(1)
殯(もがり)の森

4/14(日)9:30～11:30
奈良を舞台に、家族を失った認知症の老人と女性
介護士のふれあいを通して、人間の生と死を描いた
作品。第60回カンヌ国際映画祭審査員特別大賞グラ
ンプリ受賞(2007年)
●対象／成人 ●定員／先着30人 ●費用／無料
●申込み／当日会場へ。



青春(アオハル)Dance!
We are Drop 2024春公演

4/29(月・祝) ①10:00～12:00②14:00～16:00
千葉大コピーダンスサークルDropの春公演開催!
K-pop・J-popのダンスパフォーマンスをお届けします。
華やかなステージをお楽しみください。
(①②は同じプログラムです。)
●対象／小学生以上の方 ●定員／各40人
●費用／無料 ●募集期間／4/2(火)～4/10(水)
●申込み／窓口か電話で。



蕎麦学入門講座

5/12(日)・19(日)10:00～14:00 全2回
親切丁寧な講師陣が、そば打ち体験と蕎麦の食べ方
やウンチクをお教えいたします。轟公民館ならではの
講座です。
●対象／成人 ●定員／6人 ●費用／3,500円
●募集期間／4/2(火)～4/10(水)
●申込み／窓口か電話で。



腹式呼吸で健康アップ!
太極拳で体幹を鍛えましょう

5/15(水)・29(水)13:30～15:00 全2回
季節の変わり目は、体調を崩しやすいですね。正しい
腹式呼吸と体幹トレーニングで憂鬱な毎日とサヨナラ
しましょう。初心者歓迎!
●対象／成人 ●定員／10人
●費用／無料 ●募集期間／5/2(木)～5/10(金)
●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。



緑が丘公民館

〒263-0054 稲毛区宮野木町1807-3

☎259-2870

✉oubo.midorigaoka@ccllf.jp

ベビーマッサージ&親子ふれあい教室

5/7(火)・21(火)・6/4(火)・18(火)9:30～11:30 全4回
マッサージを通して赤ちゃんとのコミュニケーション。
親子でまったりしましょう。かんたんなおもちゃ作りや、
子育ての悩み相談もできます。

- 対象／4～12か月の乳児と保護者
- 定員／8組
- 費用／500円(全4回で)
- 持ち物／バスタオル、飲み物
- 募集期間／4/3(水)～4/20(土)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

童心にかえて楽しむ
わらべうたと絵本の会

5/29(水)10:00～11:30
幼い頃に親しんだわらべうた・絵本の読み聞かせ。
美しいリズムや抑揚、魅力あふれる世界を、久しぶりに
ゆったりと楽しみましょう。お子様連れも大歓迎です！
※録音・録画はできません。

- 対象／成人
- 定員／12人
- 費用／無料
- 持ち物／飲み物
- 備品／子ども同伴の方は申込
時にお知らせください。
- 募集期間／5/2(木)～5/15(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

みんなで歌おうフォークソング
～懐かしい歌を一緒に!～

6/2(日)14:00～15:30
地域で活動するバンド「I-NAGEAN」の奏でる音楽に
のって、懐かしのフォークと一緒に楽しく歌いましょう♪

- 対象／どなたでも
- 定員／25人
- 費用／無料
- 持ち物／飲み物
- 募集期間／5/2(木)～5/20(月)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

若葉区

大宮公民館

〒264-0016 若葉区大宮町3221-2

☎265-2284

✉oubo.omiya@ccllf.jp

終活の心得～はじめの一步～

5/18(土)10:00～12:00
終活を始めたいけど、「何からやればいいのかかわから
ない」終活初心者向けの講座です。

- 対象／成人
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／4/30(火)～5/7(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

手編みの帽子や手袋を寄贈しよう。

6/4(火)・12(水)10:00～12:00 全2回
手編みの毛糸が寄贈でたくさんあります。ボランティア
で編んでくれる方を募集いたします。

- 対象／成人
- 定員／15人
- 費用／無料
- 持ち物／棒針・かぎ針(貸し出しも可)
- 備考／1回目終了後に持ち帰り、2回目で完成を目
指します。(その後に提出も可)
- 募集期間／5/14(火)～5/21(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

加曽利公民館

〒264-0017 若葉区加曽利町892-6

☎232-5182

✉oubo.kasori@ccllf.jp

法律講座「相続入門」

4/27(土)10:00～12:00
相続問題を未然に防ぐための準備や手続きについて

- 対象／成人
- 定員／12人
- 費用／無料
- 募集期間／4/2(火)～4/9(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

アートフラワー講座「布を染めて
紫陽花とてっせんを作る」

6/3(月)・10(月)10:00～12:30 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／1,600円
- 持ち物／工作はさみ、タオル、持ち帰り用の袋
- 募集期間／5/1(水)～5/14(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールで。

桜木公民館

〒264-0028 若葉区桜木3-17-29

☎234-1171

認知症サポーター養成講座

4/26(金)10:00～12:00
認知症への理解を深め、接し方を学びましょう。

- 対象／成人
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／4/2(火)～4/6(土)
- 申込み／窓口か電話で。

親子でリズム遊び

5/24(金)・31(金)10:30～12:00 全2回
リズムにあわせて親子で体を動かしたり、パネルシア
ターや工作・絵本も楽しみましょう。

- 対象／1歳6か月～3歳児と保護者
- 定員／10組20人
- 費用／無料
- 募集期間／5/2(木)～5/7(火)
- 申込み／窓口か電話で。

更科公民館

〒265-0073 若葉区更科町2254-1

☎239-0507

初心者のための撮影講座Ⅱ

5/4(土)9:00～12:00
「中田やつ耕園」での写真撮影と講評を行います。

- 対象／成人
- 定員／10人
- 費用／無料
- 募集期間／4/2(火)～4/21(日)
- 申込み／窓口か電話で。



ギャラリーさらしな写真展

5/1(水)～5/12(日)9:00～17:00
撮影講座に参加した方々の写真を展示致します。

- 費用／無料
- 申込み／当日会場へ

遺言講座
「書く前に知っておきたいこと」

5/25(土)10:00～12:00
「遺言書」についての書き方の基本などを専門家が
お答え致します。

- 対象／成人
- 定員／30人
- 費用／無料
- 募集期間／5/2(木)～5/19(日)
- 申込み／窓口か電話で。

シニアライフ講座

6/8(土)10:00～12:00
シニア世代の誰もが抱える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／5/2(木)～5/31(金)
- 申込み／窓口か電話で。

白井公民館

〒265-0053 若葉区野呂町622-10

☎228-0503

終活のすすめと遺言

4/20(土)10:00～12:00
終活とは何か、講師の体験も交えわかりやすく説明し
ます。後半は特に遺言について、記述内容やその種類、
有効性、手続等についてお話します。

- 対象／成人
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／4/6(土)～4/14(日)
- 申込み／窓口か電話で。



スマホ講座

- ①スマホの基本とライン体験
- ②スマホの基本とキャッシュレス

①5/23(木)10:00～12:00
②5/30(木)10:00～12:00
①②とも前半はスマホの基本操作を学びます。後半は①LINEなどについて、②キャッシュレスの操作などについて、を中心に体験します。
●対象／成人 ●定員／各14人 ●費用／無料
●備考／①②両方受講も可(学習内容の重複あり)
●募集期間／①5/3(金)～5/16(木)
②5/11(土)～5/23(木)
●申込み／窓口か電話で。

千城台公民館

〒264-0004 若葉区千城台西2-1-1
☎237-1400



無理せず簡単!老化予防健康体操

5/9(木)・23(木)10:00～11:30 全2回
高齢者向けの体操教室です。特別な道具を使わないので、無理なく自分のペースで参加できます。楽しみながら、より健やかな身体への一歩を踏み出しましょう!
●対象／60歳以上の方 ●定員／25人 ●費用／無料
●持ち物／タオル、飲み物、動きやすい服装
●募集期間／4/17(水)必着
●申込み／往復はがきか同館HPで。



ボッチャ体験教室

6/29(土)13:30～15:30
どなたでも参加できるボッチャ体験です。ルールがわからなくても大歓迎!実践形式で楽しみましょう!
●対象／どなたでも ●定員／20人 ●費用／無料
●持ち物／タオル、飲み物、動きやすい服装
●募集期間／6/8(土)必着
●申込み／往復はがきか同館HPで。

みつわ台公民館

〒264-0032 若葉区みつわ台3-12-17
☎254-8458



初心者のためのエクセル

5/8(水)・9(木)・10(金)9:00～12:00 全3回
エクセルの基本をしっかり学びます。データ入力・表の作成・グラフの作成・データベースの利用
●対象／パソコンで文字入力ができる方
●定員／10人 ●費用／1,320円
●持ち物／USBメモリ(タイプA)
●募集期間／4/2(火)～4/10(水)
●申込み／窓口か電話で。



微笑みの円空仏を彫ってみよう

5/13(月)・20(月)・27(月)・6/3(月)・10(月)
10:00～12:00 全5回
自分だけの薬師如来立像を作成します。やさしい微笑みの表情に一工夫を。
●対象／成人 ●定員／8人 ●費用／1,000円
●持ち物／彫刻刀
●募集期間／4/15(月)必着
●申込み／窓口、往復はがき。



普通救命講習会～大切な人を守る～

6/2(日)13:30～16:30
心肺蘇生法、AEDの取り扱い方、止血法等、学びます。
協力:千葉市防災普及公社
●対象／成人 ●定員／先着10人 ●費用／無料
●募集期間／5/13(月)まで
●申込み／窓口か電話で。

若松公民館

〒264-0021 若葉区若松町2117-2
☎231-7991



子ども教室の協力者を養成します!
～スタンプを作って遊ぼう～

5/8(水)10:00～12:00
夏休みの親子工作教室に協力していただける方向けの講習会です。まずはトライしてみませんか。
講師:馬場恭子(おもちゃ学芸員)
●対象／成人 ●定員／先着10人 ●費用／無料
●募集期間／4/2(火)～4/3(水)
●申込み／窓口か電話で。



坂月川親子生き物教室
～蛭、とんぼ、かえる、野鳥～

6/23(日)・8/24(土)・11/16(土)
13:30～15:30(初回のみ10:00～12:00) 全3回
公民館で学習して、フィールドにでかけよう。夏休みには宿題応援も計画。講師:坂月川愛好会
●対象／小中学生と保護者、全3回参加できる方
●定員／10組20人 ●費用／無料
●募集期間／5/8(水)必着
●申込み／同館HPで。

緑区

越智公民館

〒267-0055 緑区越智町822-7
☎294-6971
✉oubo.ochi@ccllf.jp



体験教室「太巻祭り寿司【桃の花】」

4/20(土)10:00～13:00
房総の郷土料理「太巻祭り寿司(ハーフサイズ)」作りを体験してみませんか。
●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／600円
●持ち物／エプロン、三角巾、手拭き、マスク着用
●募集期間／4/2(火)～4/8(月)
●申込み／窓口か電話で。



折り紙教室「ドラゴン」

4/21(日)10:00～11:00
千支にちなみ「ドラゴン」を作ろう!
●対象／小学生以上の方 ●定員／8人
●費用／無料 ●募集期間／4/1(月)～4/14(日)
●申込み／窓口か電話で。



親子でわらべうたと絵本を楽しもう

5/19(日)10:00～11:00
みんなで「わらべうた」と絵本を楽しんでみませんか。「お孫さんと」、「3人以上で」などは是非ご相談ください。
●対象／幼児と保護者 ●定員／先着10組
●費用／無料 ●募集期間／4/19(金)～
●申込み／窓口か電話、Eメールで。



初心者のためのエクセル

5/15(水)・16(木)・17(金)9:00～12:00 全3回
エクセルの基礎をしっかり学び、趣味や仕事に活用しましょう。エクセル未経験の方にも丁寧に分かりやすく指導します。
●対象／文字入力のできる方 ●定員／10人
●費用／1,320円 ●持ち物／USBメモリ(タイプA)
●募集期間／5/2(木)～5/8(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。





絵本読み聞かせサポーター講習会初級

6/2(日)・16(日)・30(日)10:00～12:00 全3回
絵本の読み聞かせの実技体験を通じて読み聞かせの
基本を学びます。
●対象／成人 ●定員／8人 ●費用／無料
●募集期間／5/2(木)～5/8(水)
●申込み／窓口か電話、Eメールで。



折り紙教室「ミニ和傘」

6/6(木)13:30～15:30
千代紙や折り紙で作る「ミニ和傘(高難度)」です。
●対象／成人 ●定員／8人 ●費用／無料
●募集期間／5/6(月)～5/12(日)
●申込み／窓口か電話で。



おゆみ野公民館

〒266-0032 緑区おゆみ野中央2-7-6
☎293-1520



楽しいパラスーツ 「ボッチャ体験教室」

4/23(火)10:00～11:30
初めての方でも楽しくゲームができるパラスーツ
「ボッチャ」を体験してみませんか
●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
●備考／動きやすい服装でご参加ください。
●募集期間／4/2(火)～4/12(金)
●申込み／窓口か電話で。



腸をきたえよう!健康講座 「発酵食品を使った調理」

5/21(火)10:00～12:30
発酵食品の知識を学び、健康な生活に役立つ調理を
します。
●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／800円
●持ち物／三角巾・エプロン・布巾3枚、筆記用具
●募集期間／5/2(木)～5/12(日)
●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



竹細工教室「茶道の茶杓づくり」

5/29(水)9:30～12:00
竹を削って、茶杓をつくろう。
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／700円
●持ち物／軍手・定規・筆記用具
●募集期間／4/10(水)必着
●申込み／往復はがきかEメール、同館HPで。



生ごみを減らして野菜を育てよう ～バッグ型コンポストで堆肥

6/5(水)・7/3(水)・10/2(水)・12/4(水)
10:00～12:00 全4回
各家庭で、バッグ型コンポストを使って堆肥を作り、
野菜を育てます。
●対象／成人 ●定員／先着15人
●費用／4,000円 ●募集期間／5/1(水)～
●申込み／窓口か電話、同館HPで。



誉田公民館

〒266-0005 緑区誉田町1-789-49
☎291-1512



知育遊び 色・形に親しむ

4/26(金)10:00～11:30
色にちなんだ絵本のご紹介 他
●対象／1歳くらい～3歳児と保護者
●定員／15組30人
●費用／無料 ●募集期間／4/5(金)～4/8(月)
●申込み／窓口か電話で。



まいぶん歴史講座～郷土の歴史～ (オンライン中継会場)

4/18(木)・5/16(木)13:00～15:00
椎名公民館で実施する発掘からみたおゆみ野の歴史
についての講座を、誉田公民館にライブ配信します。
質疑応答はできません。
●対象／成人 ●定員／各日先着30人
●費用／無料 ●募集期間／3/1(金)～
●申込み／窓口か電話で。



親子で遊ぼう「英語でリトミック」

6/1(土)・8(土)10:00～11:00 全2回
英語の音に触れながら体を動かします。
●対象／1～3歳児と保護者 ●定員／10組20人
●費用／無料 ●募集期間／5/14(火)～5/19(日)
●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



わらべうたと絵本を楽しむ会

4/20(土)10:00～11:00
親子で楽しい時間を過ごしましょう。
●対象／0～3歳児と保護者 ●定員／10組
●費用／無料 ●募集期間／4/14(日)まで
●申込み／窓口か電話、Eメールで。



スマホの基本とLINEの使い方講座

5/29(水)①10:00～12:00②13:30～15:30
スマホを知って、便利な機能を使ってみましょう。
●対象／成人 ●定員／各15人 ●費用／無料
●備考／スマホはアンドロイドを貸与します
●募集期間／5/12(日)まで
●申込み／窓口か電話、Eメールで。



稲浜公民館

〒261-0005 美浜区稲毛海岸3-4-1
☎247-8555
✉oubo.inahama@ccllf.jp



2～3歳児親子体操教室

5/10(金)・24(金)・31(金)10:00～12:00 全3回
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。
●対象／2・3歳児と保護者 ●定員／20組
●費用／無料 ●持ち物／汗拭き用タオル・着替えの
シャツ・水分補給のための飲み物
●募集期間／4/10(水)～4/21(日)
●申込み／窓口か電話、Eメールで。



防犯講座

6/7(金)10:00～11:30
最近発生している犯罪の傾向や対策について学びます。
●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／5/17(金)必着
●申込み／窓口か電話、Eメールで。



打瀬公民館

〒261-0013 美浜区打瀬2-13
☎296-5100



メダカを育ててみよう ～メダカの飼育を通して小さな命 を見つめてみませんか～

5/12(日)10:00～12:00
長年メダカを飼っている方から、飼育方法など経験に
基づくお話を聞いてみましょう。また、公民館よりお渡
しするメダカを実際に飼って命に触れてみましょう。
●対象／打瀬、若葉地区にお住いの小学生以上の方
(小学4年生以下は保護者同伴) ●定員／10組
●費用／無料 ●持ち物／空のペットボトル
●備考／最後までメダカを飼っていただける方
●募集期間／4/24(水)～4/26(金)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。



世界遺産入門と日本の世界遺産巡り

5/22(水)・5/29(水)10:00～12:00
全部で25件ある日本の世界遺産について、映像を
数多く交え紹介します。
●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／5/2(木)～5/9(木)
●申込み／窓口か電話、同館HPで。

幸町公民館

〒261-0001 美浜区幸町2-12-14

☎247-0666

✉oubo.saiwaicho@ccllf.jp



女子学生向け就活応援講座

4/20(土)10:00～12:00

第一印象とコミュニケーションスキル向上の秘訣を伝授します。日常生活にも生かれます。

●対象／就活をする女子学生 ●定員／10人

●費用／無料 ●持ち物／手鏡、眉メイク道具、飲み物、筆記用具 ●募集期間／4/2(火)～4/10(水)

●申込み／窓口か往復はがき、Eメールで。



赤ちゃんふれあい体操教室

5/13(月)・20(月)・27(月)10:00～11:00 全3回

赤ちゃんとのスキンシップをしながら体を動かして気持ちもリフレッシュしよう。

●対象／5か月～1歳5か月児と保護者

●定員／10組20人 ●費用／無料

●持ち物／飲み物、タオル

●募集期間／4/2(火)～4/24(水)

●申込み／窓口か往復はがき、Eメールで。



体操教室「パドルを使って体操しよう」

5/15(水)・22(水)・29(水) 13:30～15:30 全3回

「パドル」というしゃもじ形の道具を使って気軽に無理なく楽しく体操しよう。

●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料

●持ち物／動きやすい服装

●募集期間／4/2(火)～4/24(水)

●申込み／窓口か往復はがき、Eメールで。

高浜公民館

〒261-0003 美浜区高浜1-8-3

☎248-7500

✉oubo.takahama@ccllf.jp



赤ちゃんとママの体操
～楽しくベビーマッサージ～

4/19(金)・26(金)10:00～11:30 全2回

ベビーマッサージで親子のスキンシップ&ママも体操で運動不足を解消!!

●対象／1歳未満児と保護者 ●定員／先着10組

●費用／無料 ●持ち物／バスタオル、飲み物、おむつ用の袋 ●募集期間／4/2(火)～4/8(月)

●申込み／窓口か電話、Eメールで。



楽しく元気に大人の
フォークダンス体験教室

5/22(水)・5/29(水)13:30～15:30 全2回

軽やかで、楽しくステップ!気軽に大人のフォークダンスを楽しみましょう。

●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料

●持ち物／上履き、動きやすい服装で

●募集期間／5/2(木)～5/10(金)

●申込み／窓口か電話、Eメールで。

幕張西公民館

〒261-0026 美浜区幕張西2-6-2

☎272-2733



コーヒー講座
～おいしいお菓子とともに～①

4/24(水)10:00～12:00

家庭でもコーヒーをおいしく淹れる方法を学び、お菓子をいただきながらコーヒーを味わいましょう。

●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／600円

●募集期間／4/3(水)～4/10(水)

●申込み／窓口か電話、同館HPで。



陶芸入門教室
(①月曜日コース ②木曜日コース)

①5/13・20・27の月曜日、②5/23・30・6/6の木曜日
10:00～12:00全3回

初心者の方でも安心して受講していただけます。
オリジナルの作品を作製し、物づくりの楽しさを味わいましょう。

●対象／成人 ●定員／各12人 ●費用／1,000円

●持ち物／エプロン ●備考／全3回の出席が必要

●募集期間／5/2(木)～5/7(火)

●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。

千葉市公民館

公式X(旧Twitter)はじめました

公民館で開催されるイベントを抜粋してお知らせするほか、公民館情報誌の発行情報等を発信していきます。



千葉市公民館
@tw_cbkominkan

(((サテライト配信講座のご案内)))

千葉市生涯学習センターの講座を、サテライト会場の公民館に配信します。
※申込方法等の詳細については会場となる公民館へ直接お問い合わせください。

千葉市生涯学習センター

公民館(サテライト会場)

公民館(サテライト会場)

女性の3つの健康、しくみを知って心地よくすごす

「体、心、社会性」の3つの健康について学びましょう。

●講師:川島 広江(川島助産院 院長) ●対象:女性

●会場:葛城公民館、星久喜公民館、さつきが丘公民館、土気公民館、越智公民館

●備考:オンライン中継される講座の映像を視聴

5/28(火)、6/4(火)

10:00～12:00 全2回



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	5/8(水)	松ヶ丘公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉区	4/25(木)	みつわ台公民館	千城台公民館 ☎237-1400		
	5/15(水)	末広公民館			5/9(木)	桜木公民館			
	5/22(水)	生浜公民館			5/23(木)	みつわ台公民館			
花見川区	4/10(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522	緑区	4/22(月)	誉田公民館	誉田公民館 ☎291-1512		
	4/24(水)				5/27(月)	誉田公民館			
	5/8(水)			美浜区	4/18(木)	高浜公民館	稲浜公民館 ☎247-8555		
	5/22(水)				5/16(木)				
稲毛区	4/1(月)	草野公民館	小中台公民館 ☎251-6616	(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)					
	4/5(金)	稲毛公民館							
	4/8(月)	小中台公民館							
	5/3(金)	稲毛公民館							
	5/6(月)	草野公民館							
	5/13(月)	小中台公民館							