

千葉市

公民館 情報誌

2026

2-3

月号

講座情報INDEX

中央区	2
花見川区	5
稲毛区	8
若葉区	10
緑区	13
美浜区	14
Information	16

千葉市の公民館

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



水墨画の心に触れて

2/18(水)13:30~15:00

水墨画とは…墨で表現する心に触れながら、基本の体験、講師の実技や作品を鑑賞しましょう。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 募集期間／2/2(月)～2/10(火)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



ひなまつりクッキング

2/22(日)10:00~13:00

牛乳パックで作るデコレーション寿司や桃の節句のお祝いレシピを楽しみましょう。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／700円
- 持ち物／エプロン・三角巾・マスク、ふきん2枚・手拭き。 ●募集期間／2/2(月)～2/15(日)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



スマホ教室B

2/27(金)・3/6(金)10:00~12:00 全2回

スマホの基本操作を学びます。わかっているようでもわからない…そんな不安を解消しましょう。

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
- 持ち物／スマートフォン
- 募集期間／2/2(月)～2/15(日)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



公式ワナゲ生浜カップ2025

2/28(土)9:00~12:00

誰もが楽しめるスポーツです。高得点ねらってチャレンジ!みんなで盛り上がりよう。

- 対象／小学生以上 ●定員／24人 ●費用／無料
- 持ち物／かかとのある室内履き
- 備考／2人1組・またはお一人でもお申し込み可
- 募集期間／2/2(月)～2/15(日)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



仏像から見る上総氏と千葉氏

サテライト配信

3/4(水)10:00~12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考します。講師:濱名徳順(仏教芸術学会会員、千葉市フォーラム副会長)

- 対象／市民 ●定員／12人 ●費用／無料
- 備考／生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴。 ●募集期間／2/16(月)～2/27(金)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



高校生と一緒にやってみよう! カーレット(卓上カーリング)

3/15(日)10:00~12:00

千葉聖心高等学校に全国唯一のカーレット部があるのをご存知ですか?手のひらサイズのストーンを卓上で滑らせて得点を競います。基本を学び、試合をします。

- 対象／どなたでも ●定員／24人 ●費用／無料
- 持ち物／かかとのある室内履き
- 備考／3人1組・またはお一人でもお申し込み可
- 募集期間／3/2(月)～3/10(火)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



葛城公民館

〒260-0853 中央区葛城2-9-2
☎222-8554



ワインナーの飾り切り教室

3/7(土)10:00~11:30

動物にお花も…?お弁当や食卓を彩るワインナーの飾り切りを体験しましょう!

- 対象／小学1～3年生と保護者 ●定員／8組16人
- 費用／無料 ●持ち物／エプロン、うわばき、作品持ち帰り用のタッパー ●募集期間／2/2(月)～2/18(水)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



コーヒーでほっこりいき ～香りと味の発見～

3/12(木)10:00~12:00

3種類のコーヒー豆を飲み比べながら、人気コーヒーストアのオーナーのお話を味わいましょう。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／無料
- 持ち物／コーヒーカップ、お好きなお菓子、手拭きタオル ●募集期間／2/12(木)～2/25(水)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



はじめての競技かるた ～高校生と一緒にちはやふるの世界を体験しよう!～

3/31(火)10:00~12:00

千葉高校のかるた部員が楽しく教えます。百人一首を知らないでも競技かるたが初めてでも大歓迎です!

- 対象／小学生(保護者の見学も可) ●定員／14人
- 費用／無料 ●備考／動きやすい服装で(下は長ズボン着用)、本講座は漫画“ちはやふる”とは関係ございません。
- 募集期間／2/26(木)～3/13(金)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。

川戸公民館

〒260-0802 中央区川戸町403-1
☎265-9256



おとな趣味時間(2月) 毛糸でつくるかわいいわんこ

2/21(土)13:30~15:30

段ボールに毛糸を巻き付けてかわいい犬の飾りを作りましょう!

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／500円
- 持ち物／はさみ ●募集期間／2/1(日)～2/10(火)
- 申込み／窓口か電話で。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。「図書室」マークのある公民館は、図書室が設置されています。





みそづくり体験教室

2/21(土)10:00~11:00、2/22(日)

9:30~12:00 全2回

毎年恒例の味噌づくりです。手作り味噌に挑戦してみましょう!完成は約2kgの予定です。

- 対象／成人 ●定員／8人 ●費用／1,400円
- 持ち物／エプロン、三角巾他
- 備考／持ち物の詳細はチラシやHPに掲載
- 募集期間／2/1(日)~2/10(火)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



歴史講座「公民館からハイキング ～春の栄福寺への旅～」

3/7(土)9:30~11:30

川戸公民館で座学をした後、栄福寺へ向かいます。
歴史を感じながらハイキングはいかがでしょうか。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／雨天の場合は座学のみとなります。
- 募集期間／2/11(水)~2/20(金)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



チアヨガ体験教室

3/21(土)10:00~11:30

椅子を使ったヨーガを体験してみましょう!

- 対象／60歳以上の方 ●定員／7人
- 費用／無料 ●持ち物／フェイスタオル。
- 募集期間／2/25(水)~3/10(火)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



みんなで歌おう♪ うたごえ広場

3/24(火)10:00~11:30

「上を向いて歩こう」や「朧月夜」など、どの世代でも知っているあの曲をみんなで一緒に歌いましょう♪

- 対象／市民 ●定員／50人 ●費用／無料
- 募集期間／3/1(日)~3/15(日)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



キックボクシングエクササイズ 体験レッスン

4/8(水)14:30~16:00

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／3/15(日)~3/28(土)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。

新宿公民館

〒260-0021 中央区新宿2-16-14

☎243-4343



～話題の絵画展・予習講座～ 「浮世絵“黄昏”の時代に描かれた 新版画の中の美しき日本」

2/25(水)13:30~15:30

三菱一号館美術館で開催のトワイライト、新版画－小林清親から川瀬巴水まで』(会期2/19~5/24)に寄せて、明治の浮世絵衰退期に、江戸情緒の残る東京の黄昏時を描いて人気を博した小林清親や、夕暮れ時の風景を得意とした川瀬巴水の新版画について学びます。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 募集期間／2/2(月)~2/9(月)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。

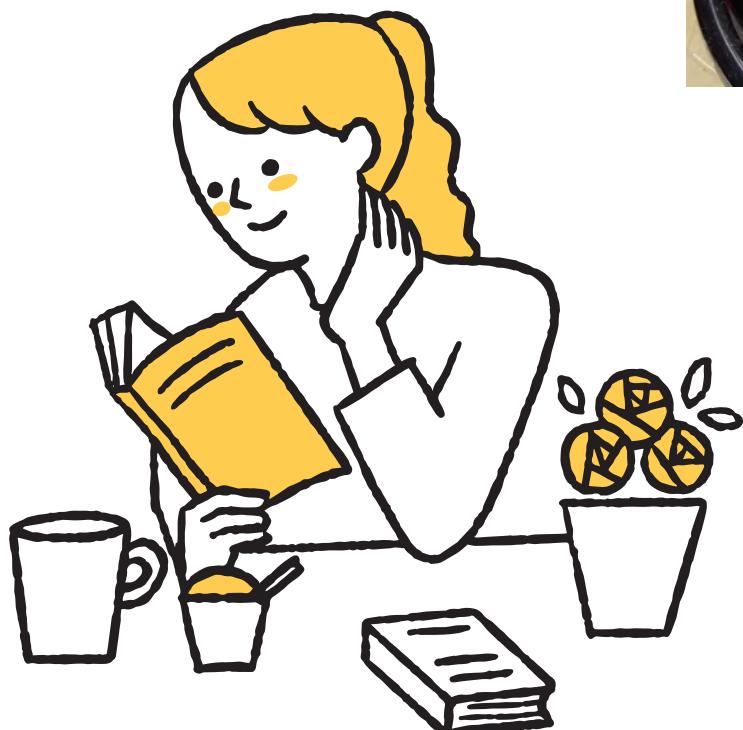


季節の和菓子づくり「いちご大福」

3/13(金)10:00~12:00

シンプルな作り方で人気の講座です。「いちご大福」を作つて持ち帰ります。講師の指導で楽しく作りましょう。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／800円
- 持ち物／エプロン、三角巾、布巾3枚、持ち帰り用ツバタ・袋等 ●募集期間／2/2(月)~2/9(月)
- 申込み／窓口か電話で。同館HPからも可。



末広公民館
〒260-0843 中央区末広3-2-2
☎264-1842
✉oubu.suehiro@ccllf.jp



仏像から見る上総氏と千葉氏

サテライト配信

2/28(土)10:00~12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考します。
講師:濱名徳順(仏教芸術学会会員・千葉氏フォーラム副会長)

- 対象／市民 ●定員／12人 ●費用／無料
- 備考／生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴 ●募集期間／2/5(木)~2/18(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



房総太巻き寿司作り入門

4/10(金)10:00~13:00

次世代につなぎたい房総の郷土料理・太巻き寿司を作つてみませんか?

- 対象／成人 ●定員／12人
- 費用／2,000円(2本分)
- 備考／太巻き寿司を2本調理
- 募集期間／3/5(木)~3/11(水)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

椿森公民館

〒260-0042 中央区椿森6-1-11

☎254-0085

✉oubu.tsubakimori@ccllf.jp



サークル体験月間【Part.1】 ～何かはじめてみませんか～

①やさしい大正琴 2/5・19(木)PM

②能楽(謡と仕舞) 2/7(土)・17(火)PM

③絵手紙 2/2、3/2(月)AM

④囲碁 2/8・22、3/8・22(日)AM

⑤スポーツ吹き矢 2/8・22(日)PM

⑥花アレンジメント 2/18、3/18(水)PM

⑦男の健康料理 2/18、3/18(水)AM

椿森公民館で活動中のサークルを、まずは覗いてみませんか。お一人様いくつでもOK!

- 対象／サークルに興味のある方 ●費用／見学無料
- 備考／1回でも可。各活動時間等詳細お問い合わせください。⑥⑦は1週間前までの予約必須⑥材料費有、⑦無料②は中学生からOK。能のおけいこ体験してみせんか! ●申込み／当日まで窓口か電話で。



椿森公民館のつづき



院内小・椿森中児童生徒作品展

2/15(日)～3/1(日)9:00～21:00

書初め優秀作品と、総合展入賞作品を公民館に展示します。土日祝も開館、夜間入場でお仕事帰りにも。

●対象／どなたでも ●費用／無料

●備考／最終入場20:30まで。駐車スペースに限りがあります。●申込み／当日直接会場へ



地元の老舗「栗山」の和菓子作り ～桜餅と道明寺～

2/24(火) 13:30～15:30

【椿森公民館クラブ連絡会共催】地域で古くから愛されてきたお店の歴史とこだわりを聞いて、見て、体験してみよう!

●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／1,500円

●持ち物／エプロン、三角巾、マスク、ふきん

●備考／クラブ連絡会員優先

●募集期間／2/5(木)～2/10(火)

●申込み／窓口か電話で。



手ぶらでスマホ体験教室 「触っておぼえる!スマホの基本とLINEの体験」

3/12(木)13:30～15:30

貸出機(android)を使用した体験教室です。スマホを持っていても使いこなせない。今さら人に聞けない…という方、便利機能やLINEアプリで送受信を体験してみよう。

●対象／65歳以上の方 ●定員／20人 ●費用／無料

●備考／貸出機(android)を使用します。ご自身のスマホは不要です。

●募集期間／2/15(日)～2/28(土)

●申込み／窓口か電話で。



サークル体験月間【Part.2】 ～何かはじめてみませんか～

①やさしい大正琴 3/5・19(木)PM

②能楽(謡と仕舞) 3/7(土)・17(火)PM

③きものを楽しむ 2/9、3/9・3/23(月)PM

④童謡・唱歌 2/5、3/26(木)AM

⑤スポーツ吹き矢 3/8・22(日)PM

⑥シニアボッチャ 2/16、3/16(月)PM

⑦健康体操 第1～4火曜AM

椿森公民館で活動中のサークルを、まずは覗いてみませんか。お一人様いくつでもOK!

●対象／サークルに興味のある方 ●費用／見学無料

●備考／1回でも可。各活動時間等詳細お問い合わせください。●申込み／当日まで窓口か電話で。



手ぶらでスマホ体験教室 「触っておぼえる!スマホの基本とキャッシュレス」

4/16(木)13:30～15:30

QR決済、～ペイってよく聞くけど、どうやって使うの? 貸出機(android)を使用した体験教室です。スマホを持っていても使いこなせない。キャッシュレスに興味がある、という方向け。

●対象／65歳以上の方 ●定員／20人

●費用／無料 ●備考／貸出機(android)を使用します。ご自身のスマホは不要です。

●募集期間／3/15(日)～3/28(土)

●申込み／窓口か電話で。



はじめてのサークル体験会

- ①自力整体
- ②③水墨画
- ④女性コーラス
- ⑤大正琴
- ⑥手芸
- ⑦絵画

①②③/16(月)③④/3/18(水)④⑤/3/19(木)

⑤⑥⑦/3/23(月)①②/18:00～19:30

②③④/13:00～15:00 ⑤⑥⑦/10:00～12:00

公民館でサークル活動はじめませんか?

●対象／成人 ●定員／各10人

●費用／無料 ●募集期間／2/2(月)～2/22(日)

●申込み／窓口か電話、同館HPから也可。



アンガーマネジメント講座

3/22(日)10:00～12:00

怒りの感情と上手に付き合うための方法を学ぶ講座です。

●対象／成人 ●定員／22人 ●費用／無料

●募集期間／3/2(月)～3/14(土)

●申込み／窓口か電話、同館HPから也可。

宮崎公民館

〒260-0806 中央区宮崎2-5-22

☎263-5934

✉oubu.miyazaki@ccllf.jp



簡単!でも美味しい! 男飯(おとこめし)講座

3/3(日)10:00～12:00

有名ホテルシェフが教える男飯!

●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／1,000円

●持ち物／エプロン・上履き・三角巾・タオル

●募集期間／2/2(月)～2/20(金)

●申込み／窓口かEメール、同館HPから也可。



仏像から見る上総氏と千葉氏

サテライト配信

3/10(火)10:00～12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考します。
講師：濱名徳順(仏教美術学会会員 千葉市フォーラム副会長)

●対象／市民 ●定員／20人

●備考／生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴 ●募集期間／2/2(月)～2/27(金)

●申込み／窓口かEメール、同館HPから也可。



いきいき広場・宮崎

4/28(火)13:00～16:00、5/26(火)、6/23(火)、

7/28(火)、9/29(火)、10/27(火)、11/24(火)、

12/15(火)、1/26(火)10:00～12:00 全9回

地域、歴史、健康、防災…いろんなことを見て、知つてつながる「いきいき広場・宮崎」に来てみませんか

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／3/2(月)～4/10(金)

●申込み／窓口かEメール、同館HPから也可。

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。「図書室」マークのある公民館は、図書室が設置されています。

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
✉oubu.asahigaoka@cclif.jp

認知症サポーター養成講座

2/14(土)10:00~12:00
みんなで学ぼう!認知症
～認知症を知る事で、できる事が沢山あります～
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／2/1(日)～2/10(火)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

みんな集まれ～!体育のじかん

2/26(木)10:00~12:00
親子で一緒に運動しながらスキンシップを楽しもう!
●対象／1～5歳児と保護者 ●定員／15組30人
●費用／無料 ●持ち物／タオル
●募集期間／2/1(日)～2/14(土)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



初めての生け花

4/21(火)、5/19(火)、6/16(火)、10/20(火)、
11/17(火)、12/15(火)13:30～15:30 全6回
初めての方でもわかりやすく、小原流生け花の基礎を
学べます。季節を楽しみながら、伝統文化に触れて
みませんか。
●対象／成人 ●定員／6人 ●費用／900円
●持ち物／ハサミ、台拭き、持ち帰り用袋
●募集期間／3/2(月)～3/20(祝・金)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



検見川公民館
〒262-0023 花見川区検見川町3-322-25
☎271-8220



初心者のためのスマホ体験教室 (連続講座)

2/18(水)・25(水)10:00～12:00 全2回
1日目は電源の入れ方、切り方や電話、カメラの使い
方等を学びます。2日目は地図やインターネットに
挑戦しましょう!
●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
●募集期間／2/2(月)～2/8(日)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

楽しく学ぶ!認知症予防講座

2/27(金)10:00～12:00
安心したセカンドライフを送るために、認知症対策に
ついて、体操などの体験型ワークを交えながら楽しく
学びましょう。
●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／2/2(月)～2/8(日)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

認知症ケア講座

3/16(月)13:30～15:00
身近な人や自分が認知症かな?と思った時のために、
認知症への対応に必要な基本的知識を学びましょう。
●対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
●募集期間／3/2(月)～3/8(日)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

検見川お笑い寄席

4/11(土)13:30～15:00
毎年お馴染みの検見川お笑い寄席が今年も検見川に
やってきます!
●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
●募集期間／3/19(木)～3/25(水)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

横浜市立公民館

横浜市立公民館
〒262-0013 花見川区横浜町162-1
☎259-2958



防災・地震体験講座

2/11(水・祝)10:00～12:00
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(小学生は保護者同伴)
●定員／25人 ●費用／無料
●備考／安全確保のため、サンダルでの参加は不可。
雨天の場合は地震体験は中止、液状化現象の実験等
に内容変更。●募集期間／12/1(月)～2/2(月)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



横浜笑輪寄席

3/19(木)10:00～12:00
いろいろな芸を「寄せ」合わせて、人を「寄せ」集め、
横浜を「笑」顔の「輪」で結ぶための落語の「寄席」を
開催します。みんなで一緒に、大笑いしましょう!!
●対象／どなたでも ●定員／40人 ●費用／無料
●持ち物／小学生以下は内履き
●募集期間／1/4(日)～3/5(木)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



健康維持講座 「正しい筋トレで効率的に鍛えよう」 ①対面②zoom

①2/21(土) ②2/28(土)10:00~12:00

指導経験豊富なトレーナーと、椅子スクワットやスロートレーニングなどの自宅でもできる正しい筋トレの方法を学んでみませんか。食事や疲労回復方法に関するアドバイスもあります。会場に来られない方は、オンライン(zoom)での参加もできます。

- 対象／成人 ●定員／各15人 ●費用／無料
- 持ち物／内履き ●備考／動きやすい服装で
- 募集期間／12/1(月)～2/5(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。
(②オンライン希望の申し込みはHPのみ)



横橋中学校生徒作品展 (書写・美術編)

2/3(火)～2/15(日)9:00～21:00

千葉市総合展に出した書写や美術などの作品を展示します。生徒の力作を是非ご覧ください。

- 対象／どなたでも ●費用／無料
- 申込み／当日直接会場へ

横橋小学校児童書写展

2/17(火)～3/1(日)9:00～21:00

各学年の優秀作品を展示します。児童の力作を是非ご覧ください。

- 対象／どなたでも ●費用／無料
- 申込み／当日直接会場へ



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。「図書室」マークのある公民館は、図書室が設置されています。



健康維持講座 「肩こり・腰痛・ヒザ痛機能改善体操」 ①対面②Zoom

3/18(水)13:30～15:30

肩こり・腰痛・ヒザ痛に悩んでいませんか。機能を改善するための、自宅でもできるような体操を紹介します。会場に来られない方は、オンライン(Zoom)での参加もできます。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／①15人②10人
- 費用／無料 ●持ち物／ヨガマットかバスタオル、タオル
- 備考／動きやすい服装で
- 募集期間／1/4(日)～3/5(木)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。
(②オンライン希望の申し込みはHPのみ)



エンジョイミュージック 「千葉北高等学校吹奏楽部 コンサート」

3/21(土)13:30～14:15

吹奏楽部の高校生が日頃の練習の成果を披露してくれます。素敵なメロディーと高校生のパワーを感じてみませんか。

- 対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／1/4(日)～3/5(木)
- 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



子ども作品展「書初め」

2/11(水・祝)～3/3(火)9:30～17:00

横戸小学校・こてはし台小学校・こてはし台中学校の児童・生徒の優秀作品を公民館のホールに展示します。力作を是非ご覧ください。

- 対象／どなたでも ●費用／無料
- 申込み／当日直接会場へ



金曜・4時のお楽しみ! 「定例おはなし会(花見川図書館)」

毎週金曜日(開催中)

16:00～16:30(集合時間15:50)

どんなおはなしかな?おたのしみに!

毎週金曜日・16時から、絵本の読み聞かせ、素ばなし(語り)等を行っています。お子様が本に親しむ機会に、ぜひご活用ください。

- 対象／4歳～小学生 ●費用／無料

- 備考／集合:1階花見川図書館こどもししつ
会場:2階こてはし台公民館

- 申込み／当日直接集合場所へ



終活初心者講座

「現状からリスクを考える(終活総論)」

4/22(水)10:00～12:00

当講座を導入編とし、多岐にわたる終活の中から4講座を展開します。全体像を捉え、ご自身に必要なことを考えるためにご活用ください。4/22(水)終活総論、5/12(火)&27(水)お金にまつわる生前対策、6/11(木)保険の知識と介護費用、6/24(水)知っておきたい葬儀とお墓、7/8(水)遺言を知ろう ※単発講座です。募集期間が異なるのでご注意ください。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

- 募集期間／3/2(月)～3/23(月)

- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



あなたのラジオ体操、総点検! ～より効果的な実践を～

4/29(水・祝)10:00～12:00

国民のための体操として誕生したラジオ体操。正しく行えば全身の筋肉が効果的に刺激され、気分も爽快に♪みなさんで楽しく学びましょう。

講師:1級ラジオ体操指導士 志村幸子氏

- 対象／どなたでも ●定員／25人 ●費用／無料

- 備考／動きやすい服装で

- 募集期間／3/2(月)～3/16(月)

- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。





**地域のチカラ向上計画
救急車到着までの対応を学ぶ
「普通救命講習会」**

4/23(木)9:30~12:30

応急処置の方法と、AEDの使い方を学びます。過去に学んだことがある方も、再受講をお勧めします。

講師:千葉市防災普及公社

●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料

●備考／動きやすい服装で

●募集期間／3/2(月)～4/7(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



アートフラワー講座

—私色のラナンキュラスを作ろう—

2/23(月・祝)10:00~12:30

布を染めるところからはじめて、花を作ります。あなただけのラナンキュラスを作りましょう。

●対象／どなたでも(小学2年生以下保護者同伴)

●定員／10人 ●費用／600円

●持ち物／はさみ、エプロン、お手拭きタオル

●募集期間／2/3(火)～2/11(水・祝)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



まいぶん歴史講座

「おゆみ野・ちはら台出土の逸品紹介」

サテライト配信

2/25(水)10:00~12:00

おゆみ野とちはら台の発掘で出土された旧石器時代から平安時代の遺物について各時代の逸品を紹介しそこから見えてくるものをお話します。

講師:西野雅人(元千葉市埋蔵文化財調査センター所長)

●対象／市民 ●定員／10人 ●費用／無料

●備考／椎名公民館で開催した講座の録画映像を

視聴。●募集期間／2/10(火)～2/18(水)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



触って覚える!スマホの基本と防災

3/13(金)13:30~15:30

スマホ上達のコツはたくさん触ること。初めての方も安心してご参加ください。スマホを防災でも活用しましょう。

●対象／65歳以上の方 ●定員／20人

●費用／無料 ●備考／貸出機を使用します。

●募集期間／3/2(月)～3/9(月)

●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



花園公民館
〒262-0025 花見川区花園3-12-8
☎273-8842



**世界遺産入門と
日本の世界遺産巡り**

2/21(土)・28(土)10:00~12:00 全2回

世界遺産の基礎知識の紹介と、数多くの画像を見ながら日本の26箇所の世界遺産巡りを行います。

●対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料

●募集期間／2/2(月)～2/8(日)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



**フレイルを予防しよう
～音楽に合わせて脳トレ・筋トレ**

3/27(金)13:30~15:30

音楽に合わせて身体を動かしながら、頭の体操をしましょう。体操終了後、希望される方に歩行分析を行います。

●対象／65歳以上の方 ●定員／20人

●費用／無料 ●備考／動きやすい服装・靴で

●募集期間／3/2(月)～3/8(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



花見川春風コンサート

2/23(月・祝)14:00~15:30

春風を感じる幸せのひとときを、男声合唱団の素敵な歌声でお楽しみください。

●対象／どなたでも ●定員／50人 ●費用／無料

●募集期間／2/2(月)～2/10(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



茶道にチャレンジ

3/25(水)10:00~12:00

日本文化の茶道を体験してみませんか?初めての方、大歓迎!お茶やお菓子のいただき方、お辞儀などの作法を学びます。

●対象／小学生 ●定員／10人 ●費用／500円

●備考／白い靴下でお越しください。

●募集期間／3/1(日)～3/14(土)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



**長作シアター 3月上映会
「旅立ちの島唄～十五の春～」**

3/27(金)10:00~12:00

南大東島を舞台にし、15才の少女の旅立ちを描きます。出演:三吉彩花、大竹しのぶ、小林薫ほか

●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料

●申込み／当日直接会場へ



幕張公民館

〒262-0032 花見川区幕張町4-602

☎273-7522



季節の和菓子作り②

2/25(水)10:00~13:00

春にちなんで桜の練り切り、桜餅を作ります。

- 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、マスク、持ち帰り用容器(20cm四方の大きさ)、ハンドタオル
- 募集期間／2/2(月)～2/10(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



大切なポイントをわかりやすく! 成年後見制度の活用を学ぶ

2/20(金)10:30~12:00

判断能力が不十分になったときに備えて、財産や権利を守る「成年後見制度」の仕組みや手続きについて学びます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／窓口での申込には返信用はがきを持参してください。●募集期間／2/2(月)～2/10(火)
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。



子どもの話の聴き方 ～自己肯定感を高め、関係を深める～

3/14(土)10:00~12:00

子どもの思いを受け止め、自己肯定感を高める関わり方を、人権教育プログラムCAP(キャップ)の視点から身に付け、子どもとの関係を深めましょう。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／窓口での申込には返信用はがきを持参してください。●募集期間／3/6(金)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。

幕張本郷公民館

〒262-0033 花見川区幕張本郷2-19-33

☎271-6301



指ヨガ教室

2/20(金)10:00~12:00

指ヨガは日常生活の中で、簡単に出来ます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 持ち物／フェイスタオル、手鏡
- 募集期間／2/1(日)～2/13(金)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



稻毛区

稻毛公民館

〒263-0034 稲毛区稻毛1-10-17

☎243-7425

✉oubi.inage@cclif.jp



わたしと家族の「そうぞく」

3/17(火) 13:30~15:30

「相続」が「争族」にならないための準備を始めましょう。よりよい未来のための「そうぞく」、「ライフ&エンディング」について考える講座です。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／2/18(水)～2/24(火)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



知っててよかった介護保険

4/30(木) 14:00~15:30

家族や自分自身のために、介護保険の仕組みや基本について学んでみませんか。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／3/3(火)～3/9(月)
- 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。「図書室」マークのある公民館は、図書室が設置されています。





シニア向け健康講座 ～姿勢改善トレーニング～

4/16(木)・23(木) 10:00～11:30 全2回
姿勢を正しくすることで基礎代謝の向上や身体の健康予防につながります。
●対象／60歳以上の方 ●定員／15人
●費用／無料 ●備考／動きやすい服装で
●募集期間／3/2(月)～3/10(火)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



黒砂公民館
〒263-0042 稲毛区黒砂2-4-18
☎241-2811



春の学びと鑑賞会 ①「スマホの基本と防災」 ②箏・尺八 春のコンサート

①2/24(火)13:30～15:30
②3/14(土)13:30～15:00
公民館でスマホ講座と、伝統的な和楽器音楽を楽しみましょう。①スマホの基本操作と災害時のスマホの使い方を学びませんか。②箏と尺八の音色を間近で楽しむ、毎年恒例のコンサートです。
●対象／①60歳以上②どなたでも
●定員／①20人②30人 ●費用／無料
●備考／①スマホは貸出機を使用します。
●募集期間／2/11(水)～2/17(火)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



気楽に落語でもいかがですか？

4/25(土)13:30～15:30
千葉大学語研究会による、木戸錢無料の落語会です。
●対象／成人 ●定員／25人 ●費用／無料
●募集期間／3/3(火)～3/12(木)
●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



まいぶん歴史講座 「おゆみ野・ちはら台出土の逸品紹介」

2/23(月・祝)10:00～12:00
おゆみ野とちはら台の発掘で出土された、旧石器時代から平安時代の遺物について各時代の逸品を紹介し、そこから見えてくるものをお話します。
講師：西野雅人（元千葉市埋蔵文化財調査センター所長）
●対象／市民 ●定員／20人 ●費用／無料
●備考／椎名公民館で実施した講座の録画映像を試聴。
●募集期間／2/2(月)～2/8(日)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



山王公民館
〒262-0004 稲毛区六方町55-29
☎421-1121
✉oub.o.sanno@ccllf.jp



絵手紙教室～初めて絵を描く 人にも満足できる教室～

2/28(土)10:00～12:00
絵手紙のかき方を学びながらコミュニケーションの輪を広げ、絵手紙をかく楽しさを味わいましょう。
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／100円
●持ち物／小筆 ●募集期間／2/5(木)～2/11(水)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



初心者向け「スマホレッスン」 ～基本の操作とキャッシュレス体験～

3/6(金)13:30～15:30
スマートフォンでキャッシュレスを始めたい人のための講座です。基本の操作から学ぶことができるので、安心して体験できます！
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
●募集期間／2/12(木)～2/18(水)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



春の簡単英会話教室 ～困った時に使えるお助け英会話～

4/12(日)・19(日) 10:00～12:00 全2回
いくつかの場面を想定して、「いざという時に使える英会話」を学びましょう。
●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
●募集期間／3/15(日)～3/21(土)
●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



千草台公民館
〒263-0016 稲毛区天台3-16-5
☎255-3032
✉oub.o.chigusadai@ccllf.jp



千草台公民館 バスクラリネット・コンサート

2/14(土)13:30～15:30
バスクラリネットアンサンブル“ラスク・ラリネーテス”によるコンサートで素敵なひと時を過ごしませんか。
●対象／どなたでも ●定員／20人 ●費用／無料
●募集期間／2/2(月)～2/8(日)
●申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPからも可。



インターネットの知識と その被害に遭わないために

2/26(木)13:30～14:30
インターネットの契約時・検索時等の注意点や、通信販売でのトラブル・詐欺サイトを見分けるポイントなどのネットトラブルの注意点について学びます。
●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／無料
●募集期間／2/2(月)～2/8(日)
●申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPからも可。



みんなで楽しむおはなし会 テーマは「ナンセンスな絵本」

2/28(土)10:30～11:30
たのしい絵本や紙芝居の読み聞かせで、休日のひと時を過ごしませんか。
●対象／どなたでも ●定員／10人 ●費用／無料
●募集期間／2/2(月)～2/8(日)
●申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPからも可。

千草台公民館のつづき



みんなで楽しむ映画会 「シェーン」

2/28(土)13:30~15:30

名作映画を大きなスクリーンで見てみませんか。

- 対象／どなたでも
- 定員／10人
- 費用／無料
- 募集期間／2/2(月)～2/8(日)
- 申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPからも可。



落語を楽しもう

3/14(土)13:30~15:30

3月のうららかな日に落語で楽しみませんか。

- 対象／どなたでも
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／3/2(月)～3/8(日)
- 申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPからも可。



押し花の世界を楽しむ

3/20(金・祝)13:30~15:30

押し花を使って素敵な小物作りにチャレンジしませんか？

- 対象／成人
- 定員／10人
- 費用／2,000円
- 募集期間／3/2(月)～3/8(日)
- 申込み／窓口か電話、Eメール、同館HPからも可。

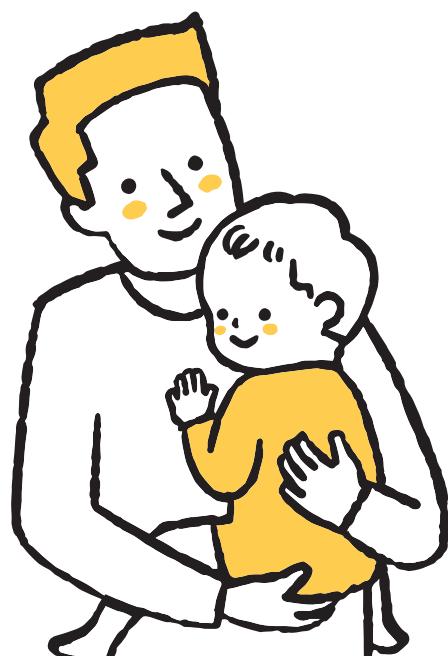


ベビーリトミック～音楽に合わせて 親子でスキンシップ～

3/5(木)・19(木)10:00~12:00 全2回

参加者と交流しながら、音楽に合わせて体を動かして
親子で楽しい時間を過ごしましょう。

- 対象／1歳～1歳8か月児と保護者
- 定員／8組16人
- 費用／無料
- 備考／動きやすい服装で
- 募集期間／2/2(月)～2/15(日)
- 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。「図書室」マークのある公民館は、図書室が設置されています。



赤ちゃんの髪の毛を使って パステルアートで記念品を作ろう

3/14(土)10:00~12:00

美しい発色のパステルで色紙に絵を描きます。その絵と赤ちゃんの髪を使って可愛らしい記念品を作ります。
ご家族でアート作品を作つてみませんか？赤ちゃんを遊ばせるスペースもご用意します。

- 対象／1歳前後の赤ちゃんと保護者2人
- 定員／6組18人
- 費用／500円
- 募集期間／2/2(月)～2/15(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



組んで遊んで木の感触を楽しもう！ きぐみの積み木「KUMINO(クミノ) ワークショップ」

3/22(日)10:00~12:00

日本の森から生まれたおもちゃ「KUMINO」。組み合
わせ方でいろいろな形が作れます。幼児から子ども、
大人も楽しめます。子育て支援ステーション・ニッセの
遊びながら森について学ぶ出張講座です。

- 対象／3歳～小学6年生
- 定員／10人
- 費用／無料
- 備考／就学前児は保護者同伴・小学生は友達と一緒に申込み可能
- 募集期間／2/2(月)～2/15(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



大人のための折り紙広場 ～みんなで折り紙を楽しみ ましょう(前期)～

4/8(水)、5/13(水)、6/10(水)、9/9(水)、
10/14(水)10:00~12:00 全5回

毎月違ったテーマの作品を作ります。4月から10月ま
での全5回の折り紙教室です。1枚の紙から様々な形
が生まれる折り紙を体験してみましょう。7、8月は
お休みです。

- 対象／成人
- 定員／8人
- 費用／100円
- 持ち物／受講決定時に通知
- 募集期間／3/2(月)～3/15(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



香りを楽しむインテリアに 「ドライフラワーで彩るアロマ ストーンディフューザーづくり」

4/18(土)10:00~12:00

ストーン(石膏)の土台にドライフラワーをレイアウト
して、鮮やかで美しい、優しい香りのディフューザー
(ルームフレグランス)を作ります。

- 対象／中学生以上
- 定員／10人
- 費用／1,500円
- 持ち物／受講決定時に通知
- 募集期間／3/2(月)～3/15(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

緑が丘公民館

〒263-0054 稲毛区宮野木町1807-3

☎259-2870

✉oubu.midorigaoka@ccllf.jp



早春緑が丘寄席 「落語とマジックを楽しもう」

2/28(土)10:00~12:00

地域の方による落語と楽しいマジックで、大いに笑つ
て冬の寒さを吹き飛ばしましょ。大人もこどもも
入場できます。

- 対象／どなたでも
- 定員／25人
- 費用／無料
- 募集期間／2/3(火)～2/19(木)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



歌声サロン ～楽しむあなたが主役♪ 声の出し方からはじめましょう～

4/10(金)・24(金)、5/8(金)・22(金)

10:00~11:30 全4回

久しぶりに歌ってみたいけど自信がない、声が出しに
くい…そんなあなたが主役です。声を出すための簡単
なストレッチからはじめて、童謡・唱歌などを楽しく
口ずさみましょう♪

- 対象／成人
- 定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／3/10(火)～3/24(火)
- 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

✉oubu.omiya@ccllf.jp



まちかどお薬講演会

2/15(日)10:00~11:30

お薬と上手に付き合いながら生活するポイントを、
薬剤師さんから教えていただきます。

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



春の寄せ植え教室

4/16(木)10:00~12:00

春の訪れを素敵な寄せ植えで楽しみましょう。寄せ植えコンテストのプロフェッショナル部門でグランプリを受賞した先生をお招きしての講座です。

●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／2,000円

●持ち物／作品を持ち帰るための袋

●募集期間／3/25(水)~4/5(日)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。

加曽利公民館

〒264-0017 若葉区加曽利町892-6

☎232-5182

✉oub.o.sakori@ccllf.jp



法律講座 「相続の基本を学びましょう」

2/21(土)10:00~12:00

相続の基本手続きと準備の仕方について

●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料

●募集期間／2/1(日)~2/7(土)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



骨盤調整&リラックス体操

3/21(土)10:00~12:00

マットを使ったリラックス体操

●対象／成人女性 ●定員／12人 ●費用／無料

●募集期間／3/2(月)~3/10(火)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



歴史講座「千葉氏の動向と妙見祭」

3/22(日)10:00~12:00

なぜ妙見菩薩が千葉氏の守り神になったか、またどのように変質していったか。

●対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料

●募集期間／3/2(月)~3/10(火)

●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

✉oub.o.sakuragi@ccllf.jp



3B体操を体験してみよう

2/27(金)10:00~12:00

3B(ボール・ベル・ベルダーの3つの道具)を使用しながら運動をして元気になります。

●対象／65歳以上の方 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／2/1(日)~2/16(月)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



更科公民館

〒265-0073 若葉区更科町2254-1

☎239-0507

✉oub.o.sarashina@ccllf.jp

白井公民館

〒265-0053 若葉区野呂町622-10

☎228-0503



おいしいコーヒーの時間

2/16(月)10:00~12:00

コーヒー豆の特徴についてのお話と、ドリッパーを使つたおいしいコーヒーの淹れ方などを学びます。

●対象／成人 ●定員／12人 ●費用／600円

●持ち物／エプロン・マスク

●募集期間／2/2(月)~2/9(月)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



健康太極拳教室

3/13(金)10:00~11:30

太極拳の基本的な動作を体験することで、今一度自身の体を見つめ直してみませんか。

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●備考／動きやすい服装で

●募集期間／3/2(月)~3/8(日)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



初心者のための撮影講座I

4/4(土)9:00~12:00

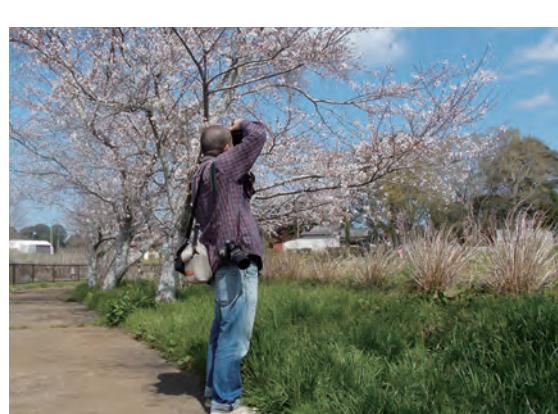
富田さとにわ耕園で、芝桜の撮影を行いませんか？。

●対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料

●備考／撮影場所から公民館迄移動手段のある方

●募集期間／3/2(月)~3/22(日)

●申込み／窓口か電話、Eメールにて。



千城台公民館
〒264-0004 若葉区千城台西2-1-1
☎237-1400

地域の歴史講座 ～千葉市の団地開発とモノレール～

3/3(火)10:00～12:00

千葉都市モノレールは、千葉市の開発と密接な関係があります。千葉市内の団地開発とモノレールが果たしてきた役割と、今後について考えていきます。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／2/2(月)～2/13(金)
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。

薬剤師の薬局講座 ～知っておきたい 「薬局とマイナンバーカード」～

4/26(日)10:00～12:00

薬局とマイナンバーカードの活用について、知つておくと便利な方法を薬剤師がお伝えします。

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／3/2(月)～3/14(土)
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。

みつわ台公民館
〒264-0032 若葉区みつわ台3-12-17
☎254-8458

シニアのための若返り教室

2/27(金)13:30～15:30

軽く体を動かし、簡単な脳トレで脳を活性化しましょう。心身ともにリフレッシュし、一緒に若返りましょう

講師：荒牧光子（千葉経済大学短期大学非常勤講師）。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人
- 費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／2/10(火)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。



健康体操でニコニコ

3/11(水)・25(水)13:30～15:00 全2回

ストレッチで血流をよくします。身体をほぐしながら、合間に遊びを入れて体操をします。楽しみながら笑顔で終わりましょう。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人
- 費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／2/11(水・祝)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。



うた・フルート・ピアノによる 早春のコンサート

3/29(日)14:00～15:00

クラシックからポップス、歌謡曲までバラエティーに富んだプログラムでお届けします。美しい音色で一足早く春を感じてください。

演奏予定曲：日本の歌メドレー花・春の小川・朧月夜／四季より春／くるみ割り人形メドレー／春よ來い 他

- 対象／どなたでも ●定員／50人 ●費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／3/10(火)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。

(応募1件につき2名まで)



若松公民館

〒264-0021 若葉区若松町2117-2
☎231-7991



歴史講座 「語り継がれる“千葉開府” ～伝承と史実のあいだ～」

3/8(日)10:00～11:30

当館での講座の開催は10年目となります。ライフワークである研究の成果を披露します。

講師：広瀬正一（歴史愛好家）

- 対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／2/9(月)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。



声と表情がよみがえる 紙芝居の健康術

3/19(木)・26(木)13:30～16:30 全2回

講師：となみゆりこ（紙芝居作家・Kamishibaist）

- 対象／成人 ●定員／10人 ●費用／無料
- 備考／窓口申込の場合は返信用はがきを持参
- 募集期間／3/6(金)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、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。「図書室」マークのある公民館は、図書室が設置されています。



緑区

越智公民館

〒267-0055 緑区越智町822-7

☎294-6971



まいぶん歴史講座

「おゆみ野・ちはら台出土の逸品紹介」

サテライト配信

2/7(土)10:00~12:00

おゆみ野とちはら台の発掘で出土された、旧石器時代から平安時代の遺物について、各時代の逸品を紹介し、そこから見えてくるものをお話しします。

講師:西野雅人(元千葉市埋蔵文化財調査センター所長)

●対象／市民 ●定員／10人 ●費用／無料

●備考／椎名公民館で実施した講座の録画

映像を視聴 ●募集期間／2/6(金)まで

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



冬のおはなし会

2/11(水・祝) 1部10:00~10:30 2部10:40~11:10

素敵なおはなしと一緒に楽しみましょう。

●対象／1部:就学前児と保護者 2部:小学生以上

●定員／各20人 ●費用／無料

●募集期間／2/10(火)まで

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



普通救命講習会

2/12(木)13:00~16:00

いざという時の備えとして、AEDの操作法・心肺蘇生法・応急手当の方法などをこの機会に学んでみませんか。是非ご参加ください。

●対象／成人 ●定員／5人 ●費用／無料

●持ち物／動きやすい服装(ズボン)、マスクの着用

●備考／受講後、普通救命講習修了証

が交付されます。 ●募集期間／2/11(水・祝)まで

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



親子料理教室

「ひなちらしとヨーグルトパフェ」

2/28(土)10:00~13:00

色とりどりの具材を散りばめた「ちらし寿司」を親子で作ります。

●対象／小学生と保護者 ●定員／6組12人

●費用／1,000円/組

●持ち物／エプロン、三角巾、手拭き、マスク着用、

上履き ●募集期間／2/2(月)~2/10(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



「仏像から見る上総氏と千葉氏」

サテライト配信

3/7(土)10:00~12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考する。
講師:濱名徳順(仏教芸術学会会員、千葉市フォーラム副会長)

●対象／市民 ●定員／10人 ●費用／無料

●備考／生涯学習センターで開催した講座の録画映像を視聴 ●募集期間／2/2(月)~2/10(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



シニア講座「豊かな老後のために 知っておきたいお金の話」

3/12(木)10:00~12:00

豊かな老後のためにライフプランや資金設計のポイントなど金融経済教育推進機構認定アドバイザーが解説します。

●対象／成人 ●定員／20人 ●費用／無料

●募集期間／2/2(月)~2/10(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



子ども体験教室 「スポーツウェルネス吹矢入門教室」

3/14(土)10:00~12:00

誰にでも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。

●対象／小学生 ●定員／15人

●費用／100円(マウスピース代)

●持ち物／マスク着用(個人の判断で)

●備考／小学3年生以下保護者同伴(保護者の参加可)

動きやすい服装で ●募集期間／2/2(月)~2/10(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



里山里地の自然観察会

3/21(土)10:00~12:00

里地里山は、長い時間をかけて人々が自然と寄り添いながらつくりあげてきた自然環境です。2015年に環境省から「重要里地里山」に選定された「大藪池谷津」の自然観察会を行います。

●対象／どなたでも ●定員／20人 ●費用／無料

●持ち物／マスク着用(個人の判断で)

●備考／小学生以下保護者同伴、歩きやすい服装で

●募集期間／3/2(月)~3/10(火)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

おゆみ野公民館

〒266-0032 緑区おゆみ野中央2-7-6

☎293-1520



シニアのための講座

「ゆったり 初めての椅子ヨガ」

2/24(火)10:00~12:00

日々の生活に無理なく楽しく取り入れることができます。心地よく心身の調子を整えることができるヨガはシニア世代におススメです。

●対象／概ね65歳以上の方 ●定員／15人

●費用／無料 ●備考／生涯学習センターで開催した講座の録画映像を視聴 ●募集期間／2/2(月)~2/11(水・祝)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



シニアのための講座

～3B体操で気軽に楽しく心身をリフレッシュ(2回)～

4/22(水)、5/20(水)10:00~11:00 全2回

用具を使って誰でもできる楽しい体操を体験してみましょう。

●対象／概ね65歳以上の方 ●定員／15人

●費用／無料 ●備考／動きやすい服装、滑らない靴着用で ●募集期間／3/20(金・祝)~4/8(水)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

椎名公民館

〒266-0022 緑区富岡町290-1

☎292-0210



椎名の音楽会

3/7(土)10:00~12:30

椎名公民館を利用している音楽系団体・個人の演奏会です。どうぞお楽しみください。

●対象／どなたでも ●定員／30人 ●費用／無料

●募集期間／2/2(月)~2/11(水・祝)

●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



土気公民館
〒267-0061 緑区土気町1631-7
☎294-0049

誉田公民館
〒266-0005 緑区誉田町1-789-49
☎291-1512



伝統野菜「土気からし菜」漬物教室

2/18(水)①10:00~12:00 ②13:00~15:00

農家直伝!楽しく学ぼう♪試食もあります。

- 対象／成人 ●定員／各16人 ●費用／800円
- 持ち物／チャック付きポリ袋(1リットル程度)、エプロン、マスク、三角巾、ふきん
- 備考／午前・午後の希望を記入・窓口申込の場合は返信用はがきを持参。●募集期間／2/9(月)まで
- 申込み／窓口か往復はがき、同館HPからも可。

触っておぼえる! スマホの基本とLINE体験

3/17(火)10:00~12:00

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人 ●費用／無料
- 備考／貸出端末(android)を使用します。
- 募集期間／3/1(日)～3/6(金)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

仏像から見る上総氏と千葉氏

サテライト配信

3/25(水)10:00~12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考します。講師:濱名徳順(仏教芸術学会会員、千葉市フォーラム副会長)
●対象／市民 ●定員／30人 ●費用／無料
●備考／生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴 ●募集期間／2/1(日)～3/18(水)
●申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



コーヒーを楽しむ豊かなひととき

2/21(土)10:00~12:00

コーヒー豆のお話と3種類のコーヒーを味わいます。
豊かな香りで心もまろやかに。

- 対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料
- 持ち物／マグカップ、コーヒーに合うお菓子、布きん
- 募集期間／2/1(日)～2/9(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

桜舞うスプリングコンサート

3/15(日)14:00~15:00

ミルフィユ ウィンド オーケストラによる春の吹奏楽コンサートです♪

- 対象／どなたでも ●定員／50人 ●費用／無料
- 募集期間／2/14(土)～2/24(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

美浜区



磯辺公民館
〒261-0012 美浜区磯辺1-48-1
☎278-0033
✉oubi.isobe@cclif.jp

千葉の歴史と食文化

2/19(木)10:00~12:00

千葉に親しみを持って、郷土について学ぶ講座です。
郷土料理の試食があります。お楽しみに。

- 対象／成人 ●定員／16人 ●費用／無料
- 募集期間／1/29(木)～2/7(土)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

仏像から見る上総氏と千葉氏

サテライト配信

3/5(木)10:00~12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考します。講師:濱名徳順(仏教芸術学会会員、千葉市フォーラム副会長)

- 対象／市民 ●定員／15人 ●費用／無料
- 備考／生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴。●募集期間／2/2(月)～2/22(日)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。



普通救命講習

3/19(木)9:30~12:30

大切な命を守るために必要な講座です。講習修了時に普通救命講習終了証を交付します。

- 対象／市内に在住・在勤・在学の中学生以上
- 定員／先着5人 ●費用／無料
- 備考／動きやすい服装で
- 募集期間／2/2(月)～3/6(金)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

稲浜公民館

〒261-0005 美浜区稻毛海岸3-4-1
☎247-8555
✉oubi.inahama@cclif.jp



稲浜中学校区 小中学校書初展

2/4(水)～2/18(水)9:00～21:00

地域の児童・生徒が書いた書初作品を館内に展示します。

- 対象／市民 ●費用／無料
- 申込み／当日直接会場へ



千葉県内の 「大地のやさしい使い方」

3/22(日)13:30～15:30

スライドや模型を基に県内で起きた液状化のメカニズムや地質を基とした大地の持続的利用の考え方等を学びます。

- 対象／市民 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／3/2(月)～3/15(日)
- 申込み／窓口か電話、Eメールにて。

打瀬公民館

〒261-0013 美浜区打瀬2-13
☎296-5100



大人わくわくおはなし会 聞いてね、私の「とっておき」

2/15(日)14:00～16:00

時間や内容の関係で読みめずに「とっておき」だった絵本を集めました。冬のひととき、ご一緒に楽しんでみませんか。

- 対象／高校生以上 ●定員／20人 ●費用／無料
- 募集期間／2/2(月)～2/8(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。





紫式部と源氏物語

3/16(月)10:00～12:00

長い時を超えて読み継がれる「源氏物語」。その作品が持つ背景をわかりやすくご紹介します。

- 対象／成人 ●定員／30人 ●費用／無料
- 募集期間／3/2(月)～3/9(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

幸町公民館

〒261-0001 美浜区幸町2-12-14

☎247-0666



幸町公民館 書き初め展覧会

2/19(木)～2/25(水)9:00～21:00

近隣校の児童生徒の力強い書き初め作品が一堂に集まります。心に響く作品をぜひご覧ください。

- 対象／市民 ●費用／無料
- 申込み／当日直接会場へ



初心者向け手作り講座 「太巻きを作ろう」

2/27(金)10:00～13:00

初心者歓迎!千葉の郷土料理で季節の彩りを楽しむ講座です。伝統の味と模様を体験しませんか?

- 対象／成人 ●定員／16人 ●費用／1,000円
- 持ち物／エプロン、三角巾、マスク、お手拭き
- 募集期間／2/2(月)～2/16(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。

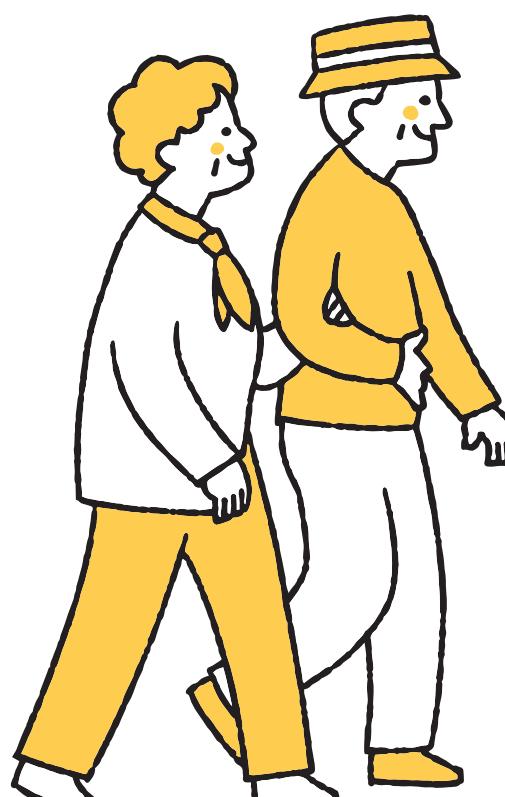


幸町公民館サークルによる 「春のコンサート」

3/20(金・祝)10:00～12:00

公民館サークルによる春のコンサート。心弾む音色と仲間のハーモニーをお楽しみください!

- 対象／市民 ●定員／先着30人 ●費用／無料
 - 募集期間／3/2(月)～
 - 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。
- 当日直接会場へ



高浜公民館

〒261-0003 美浜区高浜1-8-3

☎248-7500



国際交流講座 「本場の揚げ春巻きで味わう ベトナムの文化」

2/22(日)10:00～12:00

本場の味を体験しながら、ベトナムの食文化や暮らしについて一緒に学んでみませんか。

- 対象／成人 ●定員／12人 ●費用／500円
- 持ち物／エプロン、三角巾
- 募集期間／2/2(月)～2/8(日)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



介護保険でレンタル・購入できる 福祉用具体験

2/24(火)13:00～15:00

電動車いすや歩行器、ベッド、手すりなどを実際に体験!介護保険で利用できる福祉用具の使い心地を知って、暮らしをもっと快適に。

- 対象／どなたでも ●費用／無料
- 申込み／当日直接会場へ



仏像から見る上総氏と千葉氏

サテライト配信

3/2(月)10:00～12:00

中世前期の房総に君臨した二大勢力・上総氏と千葉氏の支配の実態について、遺された仏像から再考します。講師:濱名徳順(仏教芸術学会会員、千葉市フォーラム副会長)

- 対象／市民 ●定員／10人 ●費用／無料
- 備考／生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴。●募集期間／2/9(月)～2/16(月)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



たかはま春風コンサート ～クラシックからラテン音楽まで～

3/20(金・祝)13:30～15:00

ピアノ、フルート、ソプラノ、クラシックギターが奏でる生の演奏をお楽しみください。

- 対象／中学生以上 ●費用／無料
- 募集期間／3/2(月)～3/10(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



幕張西公民館

〒261-0026 美浜区幕張西2-6-2

☎272-2733



落語を楽しもう「まくにし寄席」

2/23(月・祝)10:00～12:00

千葉大学落語研究会による寄席です。たくさん笑って寒さを吹き飛ばしましょう。

- 対象／どなたでも ●定員／40人 ●費用／無料
- 募集期間／2/2(月)～2/10(火)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



シニアのためのスマホ講座 ～スマホの基本とLINEの体験～

3/9(月)10:00～12:00

初心者でも安心!興味はあるけど不安…そんな方も一緒にスマホの基本とLINEを体験してみましょう。スマホは貸し出します。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／2/9(月)～2/20(金)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



シニアのためのスマホ講座 ～スマホの基本とキャッシュレス～

3/9(月)13:30～15:30

〇〇ペイって何?使ってみたいけどよく分からない…そんな方も安心して参加できます。スマホは貸し出します。

- 対象／60歳以上の方 ●定員／20人
- 費用／無料
- 募集期間／2/9(月)～2/20(金)
- 申込み／窓口か電話、同館HPからも可。



ココロ、カラダ整う ヨガ講座

3/22(日)10:00～12:00

初心者大歓迎。日々の緊張やストレスをヨガで和らげて心身ともにリフレッシュしてみませんか。

- 対象／成人 ●定員／15人 ●費用／無料
- 持ち物／ヨガマット(持っている方のみ)
- 募集期間／3/2(月)～3/10(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。



轟公民館休館のお知らせ

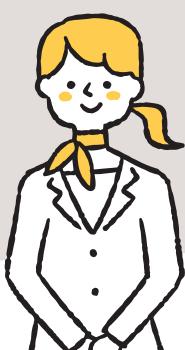
令和8年2月1日(日)
～令和8年8月末(予定)

空調工事のため下記の期間、
全館休館します。

※休館中、施設のご利用ができません。
(休館の終期は、諸般の事情により
変更となる場合があります。)

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解と
ご協力をお願い申し上げます。

轟公民館

(((サテライト
配信講座のご案内)))

千葉市
生涯学習センター

千葉市生涯学習センターで実施する講座を、
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。

公民館
(サテライト会場)

公民館
(サテライト会場)

仏像から見る
上総氏と千葉氏

対象
市民

中世前期の房総に君臨した二大勢力・
上総氏と千葉氏の支配の実態について、
遺された仏像から再考します。

- 講師:濱名 徳順
(仏教芸術学会会員、千葉氏フォーラム副会長)
- 備考:千葉市生涯学習センターで実施した
講座の録画映像を視聴

会 場

末広公民館	2/28(土)10:00～12:00
高浜公民館	3/2(月)10:00～12:00
生浜公民館	3/4(水)10:00～12:00
磯辺公民館	3/5(木)10:00～12:00
越智公民館	3/7(土)10:00～12:00
更科公民館	3/8(日)13:30～15:30
宮崎公民館	3/10(火)10:00～12:00
草野公民館	3/16(月)10:00～12:00
土気公民館	3/25(水)10:00～12:00

埋蔵文化財写真パネル巡回展
「知ってほしい 千葉市の遺跡」

巡回スケジュール

●花見川公民館	2/10(火)～2/19(木)
●幸町公民館	2/21(土)～3/1(日)
●千草台公民館	3/3(火)～3/12(木)
●誉田公民館	3/14(土)～3/22(日)



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	2/11(水)	松ヶ丘公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉区	2/12(木)	若松公民館	千城台公民館 ☎237-1400	
	2/18(水)	末広公民館			2/26(木)	みつわ台公民館		
	3/11(水)	松ヶ丘公民館			3/12(木)	桜木公民館		
	3/18(水)	末広公民館		緑区	2/5(木)	土気公民館		
	3/25(水)	生浜公民館			2/11(水)	おゆみ野公民館	誉田公民館 ☎291-1512	
花見川区	2/25(水)	幕張公民館 ☎273-7522			3/9(月)	誉田公民館		
	3/11(水)	美浜区		2/19(木)	高浜公民館	稲浜公民館 ☎247-8555		
	3/25(水)			3/19(木)				
稲毛区	2/6(金)	稲毛公民館	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)				
	2/9(月)	小中台公民館						
	2/13(金)	緑が丘公民館						
	3/6(金)	稲毛公民館						
	3/9(月)	小中台公民館						
	3/13(金)	緑が丘公民館						