

【生涯学習センター(☎20-1180) 五井中央西1丁目1番地25 サンプラザ市原10階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
総合	令和2年9月～ 令和4年1月	いちほら市民大学	サンプラザ市原他	ふるさと市原の魅力を再発見する学習や人との触れ合いなどを通じて、市原について理解を深めると共に、まちで自分たちが出来ることについて学ぶ講座。「基礎」「専門(コース)」「教養」の3講座で構成され、2年間にわたり学習する。  ※令和2年度第8期受講生は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、募集を中止します。
イベント	未定	生涯学習フェスティバル	YOUホール(予定)	市民の生涯学習の成果発表

【生涯学習課(☎23-9850) 市役所第2庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	1月10日(日)	成人式	市内12会場(予定)	平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方を対象にした記念式典・記念行事。

【八幡公民館(☎41-1984) 八幡1050番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	7/4～3/20 (全15回)	お話し広場	八幡公民館	・絵本、大型絵本、紙芝居、パネルシアター、エプロンシアター、腹話術、手遊び歌等の手法で読み聞かせを実施し、子ども達に絵本の世界に親しみを持たせる。 ・暮れに楽しみ会を実施し、保護者や子ども達に読み聞かせの大切さや楽しさを伝えていく。
家庭教育・子育て	7/6～11/5 (全5回)	子育てプラス	八幡公民館	・講話、読み聞かせ、リズム、足裏マッサージ、幼児食作り、3B体操を取り入れ、日頃の子育てに活かしていく。 ・母親同士の情報交換や交流の機会とし、仲間づくりにつなげていく。
家庭教育・子育て	8/19～8/22 (全4回)	親子deイングリッシュ	八幡公民館	いろいろな場面での英会話の仕方を親子で学び、進んでコミュニケーションを取れるようにしていく。 ・挨拶の仕方 ・自己紹介の仕方 ・買い物の仕方
青少年向け	7/22～7/25 (全2回)	夏休みこども塾	八幡公民館	・親子でバス研修を行い、見聞を広める。 ・蟬の観察を行い自然に興味を持つ。 ・縄文時代について学び、勾玉作りをする。 ・親子でピザ作りを楽しむ。
青少年向け	8/17(全1回)	一日図書館員	八幡公民館	・貸し出しや返却作業、本の整理作業を体験する。 ・本の装丁の仕方を学ぶ。 ・職員と一緒に作業することで、図書室や公民館の仕事の一端を学ぶ。
青少年向け	9/6～10/27 (全4回)	ヒップホップ	八幡公民館	・ヒップホップの基礎を学び、技能を高めていく。 ・仲間と一緒にダンスを作り上げ、交流を深めるとともに仲間意識を構築する。 ・文化祭で踊りの発表をする。
青少年向け	10/10～10/11 (全2回)	小学生卓球教室	八幡公民館	・卓球のルールや技術を中学生から学ぶ。 ・中学校卓球部での学びを活かす。 ・卓球を通して中学生や小学生の交流を図る。
青少年向け	12/26～12/27 (全2回)	書き初め教室	八幡公民館	・千葉県書き初め展の課題を練習する。 ・参加者同士互いの作品を鑑賞し、良い点を学び合う。
高齢者向け	7/11～3/5 (全3回)	福寿大学	八幡公民館	・講話を聞いたり、演芸の発表や鑑賞をしたりして、学び、楽しむ。 ・グラウンドゴルフやバス研修を通じて生きがいづくりや仲間づくりをする。
高齢者向け	10/27～11/17 (全4回)	暮らしの便利帳	八幡公民館	・防犯について知る。 ・絵手紙で年賀状を作成する。 ・お茶の美味しい入れ方を体験する。 ・スマホの使い方を知る。
高齢者向け	11/16～11/30 (全3回)	お元気体操・秋	八幡公民館	・転倒予防のため、体の柔軟性やバランス感覚、筋力を養う運動をする。 ・日常生活に役立つ介護予防の様々な情報を得る。
高齢者向け	2/1～2/15 (全3回)	初級シニア卓球	八幡公民館	・卓球のゲームを通じて技術の向上を図る。 ・試合をしながら交流を図ると共に親睦を深める。
パソコン	8/29～8/30 (全2回)	エクセルを学ぼう	八幡公民館	・エクセルの機能を知る。 ・表を作り、そこから図に直していく方法を知る。 ・受講者間の交流を図る。

【八幡公民館(☎41-1984) 八幡1050番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
歴史	7/14～10/13 (全4回)	八幡史学館	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・八幡、市原地区の時代の移り変わりとその中での庶民の暮らしや武士の系譜を知る。</li> <li>・地域の歴史や旧跡を深く知ること、地元地域への関心をより高め、情報交換や学びの場を広げる。</li> </ul>
自然・環境	9/22～10/20 (全4回)	一閑張りバッグ	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一閑張りの技法を学び、伝統的なバッグ作りをする。</li> <li>・手作りの良さを体験し、受講者同士で作品を鑑賞し合う。</li> <li>・文化祭で作品展示を行う。</li> </ul>
自然・環境	11/19～12/4 (全3回)	房総地理歴史散歩	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・房総地域の地形や自然についての解説を聞く。</li> <li>・房総地域の自然の地形や特色を知ること、そこに暮らして来た人々の歴史についても認識を深める。</li> <li>・バス研修を行い、学んだことを確実な知識として身に付ける。</li> </ul>
園芸	10/30(全1回)	秋の種ダンゴ	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・秋に蒔く種と花について学ぶ。</li> <li>・種ダンゴの作り方と育て方を知る。</li> <li>・作業を通して、受講者間の交流を図る。</li> </ul>
園芸	1/13(全1回)	園芸プロの技	市原市農業センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・剪定の方法をプロに学び、実践に活かしていこうとする。</li> <li>・園芸作業を通して、協力したり情報を交換したりして受講者同士の交流を深める。</li> </ul>
フラワー・華道	2/13(全1回)	フラワーアレンジメント(バレンタインデー)	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の名前や特徴について知り、アレンジの方法を学ぶ。</li> <li>・実際に花の特色を生かし、バレンタインデーのためのアレンジメントを作る。</li> <li>・お互いのフラワーアレンジメントを鑑賞し、交流を深める。</li> </ul>
手芸・工芸・工作・絵画	7/7～10/20 (全5回)	陶芸教室	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・陶芸作りの一連の作業工程を学び、個人の作品を完成させる。</li> <li>・受講者同士で共同作業を行い、陶芸作りの苦労や喜びを分かち合うなどして交流を深める。</li> <li>・文化祭で作品展示を行う。</li> </ul>
手芸・工芸・工作・絵画	10/29(全1回)	押し花アート	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・壁飾りの作り方を学ぶ。</li> <li>・色鮮やかな押し花の配置を考えてデザインする。</li> <li>・壁飾りを作成する。</li> <li>・受講者の作品を鑑賞し、交流を持つ。</li> </ul>
書道・写経	11/24～12/8 (全2回)	筆ペン教室	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筆ペンを使って、宛名や挨拶文の練習をする。</li> <li>・整った文字を書くためのコツを学び、自信を持って書けるようになる。</li> <li>・互いの作品を鑑賞し合い、交流を持つ。</li> </ul>
料理	12/13(全1回)	そば打ち	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・そばの伝統的な作り方を学ぶ。</li> <li>・会食会を実施し、受講者同士の交流と親睦を図る。</li> </ul>
料理	1/26(全1回)	大人のパン作り	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パンの製造工程を知り、実際に作る。</li> <li>・グループで協力して作ることにより、交流を図る。</li> </ul>
料理	2/28(全1回)	親子で太巻き寿司	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・房総の郷土料理「祭り寿司」の作り方を学び、太巻き寿司づくりの楽しさを味わう。</li> <li>・郷土料理への関心を高める。</li> </ul>
正月に関する	12/2(全1回)	正月料理	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・伝統のおせち料理の作り方やそのアレンジの仕方を学ぶ。</li> <li>・会食会を実施し、受講者同士の交流と親睦を図る。</li> </ul>
正月に関する	12/27(全1回)	フラワーアレンジメント(お正月)	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の名前や特徴について知り、アレンジの方法を学ぶ。</li> <li>・実際に花の特色を生かし、正月のためのアレンジメントを作る。</li> <li>・お互いのフラワーアレンジメントを鑑賞し、交流を深める。</li> </ul>

【八幡公民館(☎41-1984) 八幡1050番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
外国語・国際交流	1/7～1/28 (全4回)	楽しい英語	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・オリンピック・パラリンピックに向けて英語を学ぶ。</li> <li>・簡単なあいさつや日常の英会話を知り、進んでコミュニケーションを取ろうとする気持ちになる。</li> <li>・受講者同士の英語での交流を楽しむ。</li> </ul>
音楽・ダンス・踊り	10/21(全1回)	懐メロを歌おう	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昔懐かしい日本の歌やリクエスト曲を歌う。</li> <li>・参加者が揃って歌うことで、連帯感を味わったり交流したりする。</li> </ul>
スポーツ・レク	9/16～9/30 (全3回)	中級ヨーガ	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中級のヨーガの動作、意味、効能を学ぶ。</li> <li>・動作を行い心と体の活性と健康増進を図る。</li> <li>・受講者同士でポーズを確認し合って学習を深めると共に交流を図る。</li> </ul>
スポーツ・レク	11/13～11/27 (全3回)	レッツ！ピラティス	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピラティスの効能について知る。</li> <li>・インナーマッスルの鍛え方を知り、全身のバランスを整える。</li> <li>・受講者同士で楽しく体を鍛え、交流を持つ。</li> </ul>
趣味・教養	12/10～12/17 (全2回)	いきいき八幡塾	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もしもの時の準備のために、防災についての知識を身に付ける。</li> <li>・介護現場の情報を受け取り、人が最後まで人間らしく生きていくための手立てを考える。</li> <li>・バス研修を通して、身近にあることに関心を持ち、生き生きと活動していく方法を知る。</li> </ul>
趣味・教養	1/28(全1回)	アロマセラピー	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アロマと健康の関係について学ぶ。</li> <li>・アロマオイルでハンドクリームを作り、手作りの楽しさを味わう。</li> <li>・グループで作り、交流を図る。</li> </ul>
趣味・教養	2/27～3/13 (全3回)	いろどり倶楽部	八幡公民館	<ul style="list-style-type: none"> <li>・房総の地質について学ぶ。</li> <li>・市原市から袖ヶ浦の鎌倉街道について学ぶ。</li> <li>・バス研修で受講者間の交流を図る。</li> </ul>

【姉崎公民館(☎61-0124) 姉崎2150番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
総合	7/16～11/29 (全5回)	いきいき健康講座	姉崎公民館	健康をテーマに学んで行く8回シリーズ 学びを通して理解を深め、講座で出会った人々との交流を図る
家庭教育・子育て	8/2(全1回)	親子パン教室	姉崎公民館	家庭で作れるパンの作り方を学びながら手作りの楽しさを味わい、親子の関わりを深める
家庭教育・子育て	11/4 (全1回)	おはなし会	姉崎公民館	親子で読書の楽しみを味わう
家庭教育・子育て	未定	子育てサロンわくわく(共催)	姉崎公民館	健康・運動・仲間づくりをテーマに親子同士の交流を楽しむ
青少年向け	7/19(全1回)	椎津川探検隊	姉崎公民館	椎津川の自然について学ぶ。川辺の生き物を探す
青少年向け	7/24 (全1回)	科学実験教室	姉崎公民館	仮説、実験、結論というプロセスを通して科学的思考を養い、科学の楽しさを味わう
青少年向け	7/25 (全1回)	プログラミング	姉崎公民館	プログラミングの基礎を学び、学習や生活に活かすやり方を習得する
青少年向け	12/19～3/13 (全4回)	みんなで科学ものづくり	姉崎公民館	仕掛けのある物づくりを体験し、科学的な思考を養うとともに世代間の交流をはかる
青少年向け	12/20(全1回)	クリスマスケーキづくり	姉崎公民館	グループで協力しながらケーキをつくり、手作りの楽しさや達成感を味わう
高齢者向け	7/9～1/14 (全7回)	はつらつカレッジ	姉崎公民館	多くの仲間との出会い・ふれあい・学びを通して生きがいのある生活を目指す
高齢者向け	11/13～11/27 (全2回)	おひとりさま	姉崎公民館	1人暮らしを迎えた時のために相続や手続きを学び、強く生きるコツを習得する
高齢者向け	未定	ふれあい講座(共催)	姉崎公民館	65歳以上独居者を対象に毎月様々なジャンルの出し物を鑑賞し、仲間とともに交流を深める
健康	7/8(全1回)	骨の健康	姉崎公民館	健康寿命を長く保つために大切な骨の健康について学ぶ
歴史	10/13～11/10 (全2回)	市原の歴史	姉崎公民館	市原市の歴史や文化について関心を深める
歴史	10/23(全1回)	姉崎まち歩き	姉崎公民館	ボランティアガイドと一緒に姉崎のまち歩きをし、郷土への愛着を深める
園芸	2/3(全1回)	果樹の育て方(ブルーベリー)	姉崎公民館	ブルーベリーの育て方を学び、剪定方法を体験する。自宅での果樹作りに役立つ
園芸	3/5(全1回)	クリスマスローズ(寄せ植え)	姉崎公民館	クリスマスローズの育て方を学び、花後の管理方法を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	7/20～9/21 (全5回)	洋裁・手芸クラブ	姉崎公民館	参加者主体の手芸講座。それぞれがアイデアを出し合いながら、洋裁・手芸を楽しむ
手芸・工芸・工作・絵画	9/1～9/29 (全3回)	布のリフォーム	姉崎公民館	使い古しの布(洋服やネクタイなど)を別の作品によみがえらせる
手芸・工芸・工作・絵画	1/19～2/2 (全3回)	はじめての編み物	姉崎公民館	モチーフ編みの方法を学び、生活に活かした作品を作る

【姉崎公民館(☎61-0124) 姉崎2150番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
書道・写経	11/28～12/12 (全3回)	書道に挑戦「かきぞめ」	姉崎公民館	筆の使い方、書き順、書く姿勢など基本的なことを習う。学校の違う生徒同志知り合い、互いの作品の良さを味わう
料理	11/16(全1回)	季節の和菓子	姉崎公民館	季節に合った和菓子の作り方を学び、生活に彩りを与える
料理	12/4(全1回)	おもてなし料理	姉崎公民館	身近な材料を使って手軽にできるおもてなし料理を学び、毎日の献立に役立てる
料理	12/11(全1回)	蒟蒻づくり	姉崎公民館	作り方を学び、食材のうまさを味わい、食生活に関心を持つ
料理	3/8(全1回)	フランス郷土料理	姉崎公民館	フランスの季節の郷土料理の作り方を学び、フランスの文化に触れる
正月に関する	12/15(全1回)	榊かざりづくり	姉崎公民館	姉崎に伝わるさかきを使った正月かざりづくりを体験する。かざりものの由来を知る
スポーツ・レク	8/16～8/17 (全2回)	ソフトテニス教室	臨海第一テニスコート	テニスの基礎から学び、スポーツに親しむきっかけ作りにする
スポーツ・レク	11/15～3/28 (全2回)	楽々ウォーク(秋・春)	姉崎公民館	ウォーキングの基礎を学び、地域の名所やイベントをコースに入れて歩き、仲間とともに体力作りをする
イベント	3/2(全1回)	演劇鑑賞会	姉崎東中学校	劇団「め組」の生の劇を近隣中学生と一緒に鑑賞し、舞台の素晴らしさを味わう
人権	11/17(全1回)	アスリート講演会	姉崎中学校	パラリンピック選手の講演を聞き、障がい者への理解を深める

【有秋公民館(☎66-0121) 有秋台西1丁目3番地2】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	9/12～3/13 (全5回)	おはなし会	有秋公民館	絵本の読み聞かせ、紙芝居、パネルシアター、手遊びを楽しむ
家庭教育・子育て	9/17～3/18 (全7回)	子育て会(共催)	有秋公民館	親子の関わり方や子どもの発達を学ぶ 季節毎の行事、幼児の歯磨き、病気の予防教室など、子育てについて学ぶ
家庭教育・子育て	9/22～11/10 (全3回)	ベビーマッサージ I 3～8ヶ月	有秋公民館	低刺激性オイルを使ったマッサージを行う ・子育て相談
家庭教育・子育て	9/22～11/10 (全3回)	ベビーマッサージ II 9～18ヶ月	有秋公民館	低刺激性オイルを使ったマッサージを行う ・9月22日は父親も参加可 ・子育て相談
家庭教育・子育て	10/5～2/28 (全2回)	ちびっこひろば(共催)	有秋公民館	「ちびっこひろば」で親子で遊ぶことから、親子のきずなを強めるとともに、母親同士の交流の場とする
家庭教育・子育て	11/17～12/1 (全3回)	エニアグラム	有秋公民館	個人の特性を9つのタイプに分類。 タイプの違いを知ることで、子ども(他人)の行動を肯定的にとらえ、よりよい親子(人間)関係を築くためのヒントを得る
青少年向け	7/23(全1回)	有秋ナガフジ村体験	有秋公民館 市原市不入斗 竹・いろいろの里	親子でアウトドアを体験し、絆を深めるとともに、災害時に役立つ知識を学ぶ
青少年向け	7/26(全1回)	こどもポーセラーツ	有秋公民館	白磁器に転写紙を貼って、オリジナルの作品を作る
青少年向け	7/29(全1回)	一日図書館員	有秋公民館	図書室の仕事を体験し、図書室への理解を深める
青少年向け	7/31(全1回) (雨天振替8/1)	よるの昆虫観察	有秋公民館	セミの羽化を地域の公園で観察
青少年向け	8/22(全1回)	親子スイーツデコ	有秋公民館	親子で、発泡スチロールと樹脂を使った、本物そっくりのスイーツ作りに挑戦
青少年向け	8/23(全1回)	親子パン作り教室	有秋公民館	親子でパンが出来上がるまでの工程を学ぶ
青少年向け	3/7～3/21 (全3回)	日曜ピラティス	有秋公民館	母娘(小中高生)で参加したい人、週末しか来られない人のためのピラティス講座
高齢者向け	7/9～3/9 (全8回)	茶話会(共催)	有秋公民館	65歳以上の方を対象に、心豊かに充実した日々を送るための仲間づくり (保健師・栄養士・歯科衛生士による健康講話、移動交番による防犯対策など)
高齢者向け	9/23～3/24 (全7回)	ふれあい会食会(共催)	有秋公民館	65歳以上の独居の方を対象に、心豊かに充実した日々を送るための仲間づくり (保健師・栄養士・歯科衛生士による健康講話、移動交番による防犯対策など)

【有秋公民館(☎66-0121) 有秋台西1丁目3番地2】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
高齢者向け	9/25～2/26 (全4回)	雑学セミナー	有秋公民館	60歳以上の方を対象に、暮らしに役立つ各種知識や教養を深め、視野を広げる
パソコン	8/19～8/21 (全3回)	パソコン教室<Excelの基本>	有秋中学校	基本操作と文字入力の練習 「表計算」「関数を使った計算」の練習
健康	9/30～11/4 (全5回)	ストレッチ体操	有秋公民館	バランスボールやフープなどを使ったストレッチ、台を使った有酸素運動など
健康	1/18～2/1 (全3回)	ピラティス	有秋公民館	骨盤、背骨を正しい位置に戻す体操
健康	3/5(全1回)	ヘルシークッキング	有秋公民館	生活習慣病予防食の講話と調理実習
フラワー・華道	11/29 (1回)	フラワーアレンジ	有秋公民館	暮らしの中に「花を飾る」 ・フラワーアレンジメント
手芸・工芸・工作・絵画	9/7(全1回)	大人ポーセラーツ	有秋公民館	白磁器に転写紙を貼ってオリジナルの作品を作る
手芸・工芸・工作・絵画	9/17～10/8 (全4回)	バッグ作りに挑戦	有秋公民館	古文書、古布を使用した一閑張り手さげかご作り
手芸・工芸・工作・絵画	10/5～10/6 (全2回)	さき織り	有秋公民館	古布を裂いて織り、作品を作る
手芸・工芸・工作・絵画	1/29～2/5 (全2回)	古布でつるし飾り	有秋公民館	古布を使って、つるし雛を作る
料理	7/3～12/4 (全2回)	メンズクッキング<夏・冬>	有秋公民館	簡単でおいしい基本的な料理を学ぶ
料理	10/4(全1回)	市原の郷土料理	有秋公民館	太巻き寿司とイチジク煮を作る
料理	1/23(全1回)	みそ造り	有秋公民館	素材を吟味しながら、自家製の味噌造りをする
正月に関する	12/18(全1回)	ミニ門松作り	有秋公民館	竹・松・わらを使ってミニ門松を作る
外国語・国際交流	8/28～9/18 (全4回)	韓国の言葉と文化	有秋公民館	韓国語を学び、その国の文化を理解する
外国語・国際交流	10/26～11/16 (全4回)	やさしい英会話	有秋公民館	ネイティブの講師との会話から発音や表現を学ぶ
スポーツ・レク	9/1～9/29 (全4回)	エアロビクス	有秋公民館	音楽に合わせて有酸素運動
スポーツ・レク	11/11～12/2 (全3回)	軽スポーツ<春・秋>	有秋公民館	ウォーキング、ボッチャ、ユニカール、カローリング、スナッグゴルフ等
趣味・教養	10/3～11/7 (全2回)	新・有秋散歩	有秋公民館	地域の歴史をひもとき、学ぶ楽しさを見いだす
趣味・教養	1/14～3/4 (全5回)	ニッポンを学ぼう	有秋公民館	日本の文化や暮らしを学び、日本人の心のルーツを探る



【有秋公民館(☎66-0121) 有秋台西1丁目3番地2】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
その他講座	未定	災害に備えて	有秋公民館	災害から身を守るための準備について (町会長連合会有秋地区会との協力)
その他講座	10/2~12/11 (全3回)	有秋ものづくりの会	有秋公民館	・ものづくりを通じた仲間づくり ・主催事業、およびイベントのサポート
資格・講習	未定	救急救命講座	有秋公民館	救命の手順 心肺蘇生法とAEDの操作方法 普通救命講習修了証の発行
イベント	10/18(全1回)	講談	有秋公民館	日本の伝統芸能で地域交流を目指す
イベント	11/28(全1回)	こども朗読会	有秋公民館	物語の朗読で心を育てる 文学作品の中の人権問題を理解する

【市津公民館(☎74-5516) 下野90番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
総合	9/9～11/18 (全7回)	市津倶楽部	市津公民館	歴史、環境、文学などの観点から講話を聴き、知識・教養を高め、視野を広げる
総合	未定	市津何でも知り隊	市津公民館	市津の魅力を再認識したり、音楽で豊かな時間を過ごしたりすることで地域住民の交流を図る
家庭教育・子育て	9/18～3/5 (全6回)	市津ひよこクラブ(共催)	市津公民館	子育てママの応援！幼児食作り、お悩み相談、歯磨き指導、運動会、消防署見学、クリスマスコンサート、おやつ作りを予定
家庭教育・子育て	10/21～2/10 (全5回)	リズム遊びと絵本	市津公民館	リトミック体操で、体で表現する楽しさやおもしろさを身に付ける。読み聞かせもあり
家庭教育・子育て	2/6 (全1回)	教育講演会(共催)	市津公民館	山川建夫氏を招いて、子育てや人権、教育などに関わる話を聞く
青少年向け	7/25 (全1回)	キッズピザ作り	市津公民館	生地から作る本格的なピザ作り。思い思いにトッピングしたら、ピザ窯で焼いて試食
青少年向け	11/28 (全1回)	親子パン教室	市津公民館	スーパーで揃う材料で家庭でもできるパン作りを習う
高齢者向け	7/26～9/27 (全2回)	座禅入門	市津公民館	スティーブ・ジョブズも永平寺で修行したいと考えたという「座禅」の体験をする
高齢者向け	10/6 (全1回)	介護のABC	市津公民館	介護する側される側の実践を学ぶ。車いす体験、老人疑似体験など体験が充実
健康	10/28～11/11 (全2回)	ウォーキング講座	市津公民館	体幹エクササイズを意識した歩き方を学び、季節を感じながらウォーキングする
歴史	9/25～10/2 (全2回)	大人の社会科見学	市津公民館	市原市に近い長生郡や茂原市の地理や歴史を学ぶ
歴史	2/12～3/5 (全3回)	房総地理歴史講座	市津公民館	千葉県地理や歴史を学ぶシリーズ。今年三里塚と芝山町を探る
自然・環境	7/26 (全1回)	夏の里山観察(共催)	市津公民館・里山保存地域	自然体験活動をすることで、問題解決能力や豊かな人間性など生きる力を育む。
自然・環境	8/2 (全1回)	川の生き物観察(共催)	支川村田川・旧市東第二小学校	自然体験活動をすることで、問題解決能力や豊かな人間性など生きる力を育む。
手芸・工芸・工作・絵画	7/14～9/22 (全4回)	楽しく陶芸	市津公民館	1.5キログラムの粘土でフリーカップ、小鉢、皿などオリジナルの器を3～4個作る
手芸・工芸・工作・絵画	9/1～9/15 (全3回)	竹細工	市津公民館	地元の竹で講師が作った竹ひごを使って六ツ目の竹かごを編む
手芸・工芸・工作・絵画	9/7～9/28 (全4回)	手作りバッグ～柿渋染め布で作る～	市津公民館	柿渋染めの古布でバッグを作る
手芸・工芸・工作・絵画	11/9～11/16 (全2回)	古布で干支作り	市津公民館	古布を使って、来年の干支「うし」の置物を作る

【市津公民館(☎74-5516) 下野90番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
料理	11/25 (全1回)	本格チキン料理	市津公民館	クリスマスに食べたいローストチキンを作る。プロの技を知るチャンス
料理	11/29 (全1回)	こんにゃく作り	市津公民館	こんにゃく芋からこんにゃくにするまでの作り方を学ぶ
料理	1/30 (全1回)	みそ造り	市津公民館	市原産の大豆を使い、塩分控え目のみそを造る
料理	2/12 (全1回)	本格スイーツ作り	市津公民館	バレンタインデーも近い！大人のスイーツ作りをする
正月に関する	12/19 (全1回)	正月飾り	市津公民館	講師が育てた古代米の稲藁を使い、「ごぼう締め」や「玄関飾り」を作る
文学・詩・読書	7/3～8/7 (全2回)	漢詩の世界	市津公民館	漢詩の味読をし、時代や民族を超えて、作者の心情に迫る
文学・詩・読書	11/3～12/1 (全3回)	おもしろ川柳	市津公民館	人間の喜怒哀楽を詠み、人を謳う川柳の基本を学び、句を作る
音楽・ダンス・踊り	7/9～3/11 (全8回)	楽しく民謡	市津公民館	歌詞に込められた思いを感じながら、津軽三味線の伴奏で色々な民謡を唄う
音楽・ダンス・踊り	1/23 (全1回)	津軽三味線と民謡～聴いて唄おう～	市津公民館	津軽三味線の合奏や民謡を聴く。また、馴染み深い曲をいっしょに唄って味わう
スポーツ・レク	9/4～10/21 (全6回)	基本のヨガ	市津公民館	ヨガの基本的な動きをしながら、自分の体や心と向き合う
スポーツ・レク	1/17～1/31 (全2回)	ボッチャ	市津公民館	一度体験したらハマってしまう、パラリンピック正式種目のボッチャを楽しむ
資格・講習	7/9 (全1回)	防災スマホ	市津公民館	スマートフォンを利用し、防災についての知識を深める
イベント	12/12 (全1回)	ミニコンサート	市津公民館	12月はハーブの演奏を聴き、生の音楽を味わう

【南総公民館(☎92-0039) 牛久520番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	7/11～12/19 (全5回)	アリソン先生の英会話教室	南総公民館	イギリス人の講師と一緒に英語の絵本を読み解いたりゲームを交えて楽しく英語に触れる
家庭教育・子育て	9/1～3/2 (全6回)	とんとん	南総公民館	年間を通して親子遊び・絵本の読み聞かせ・誕生会・季節の遊び・人形劇などで子育てを支援する
家庭教育・子育て	9/6、11/29 (全2回)	パパとクッキング	南総公民館	普段忙しいパパと一緒に料理をすることで親子の絆を深める
家庭教育・子育て	9/29～3/23 (全4回)	のびのびキッズ	南総公民館	絵本の読み聞かせ・誕生会・季節の工作・親子遊びを通し、親同士の交流と子育ての知恵を学び、日々に生かす
青少年向け	7/4～2/13 (全10回)	ソフトテニス教室	南総公民館	ソフトテニスの基礎から試合形式までを年間を通して学ぶ
青少年向け	7/26(全1回)	不思議な実験教室	南総公民館	ドライアイスを使った実験を行い、科学に親しむ
青少年向け	8/23(全1回)	子どもカヌー体験教室	南総公民館	高滝湖から養老川支流をカヌーに乗って楽しむと共に自然の大切さを学ぶ
青少年向け	8/28(全1回)	親子星空観察(夜間講座)	南総公民館	親子で星空を観察し、果てしない宇宙の成り立ちを実感する
高齢者向け	8/4、9/8 (全2回)	3B体操	南総公民館	ボール等用具を使用する体操をすることで健康維持の意識を高める
高齢者向け	9/4～11/27 (全8回)	生き生き大学 (フレッシュコース)	南総公民館	歴史・健康・音楽・バス研修など総合的な講座を行い参加者の交流を深める
高齢者向け	11/27～3/19 (全9回)	生き生き大学 (スタンダードコース)	南総公民館	歴史・健康・音楽・講演会・バス研修など総合的な講座を行い参加者の交流を深める
健康	1/14～3/4 (全3回)	アロマ体操	南総公民館	運動不足の予防とストレス解消に役立てる
歴史	1/20～2/17 (全3回)	郷土史講座	南総公民館	郷土にまつわる歴史・人物にスポットを当てて学ぶことで郷土愛を深める
歴史	1/25～2/8 (全3回)	歴史講座	南総公民館	NHK大河ドラマをもとに、主人公とその時代背景を学び興味関心を深める
自然・環境	9/10～10/8 (全3回)	ぶらり房総悠々散歩	南総公民館	千葉の良いところを再発見しながら地理・歴史を学ぶ
園芸	9/30(全1回)	上手なシクラメンの育て方	市原高等学校 農場	市原高校生と交流を図りながらシクラメンの育て方を学ぶ
フラワー・華道	12/27(全1回)	お正月のフラワーアレンジメント	南総公民館	お正月にふさわしいアレンジメントの技法を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	7/29～7/31 (全3回)	竹ざる作り	南総公民館	竹を加工して六ツ目カゴを作る
手芸・工芸・工作・絵画	10/21 (全1回)	裕八の染め物教室	南総公民館	友禅染の技法を学び、その魅力に触れる。

【南総公民館(☎92-0039) 牛久520番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
手芸・工芸・工作・絵画	10/20・27 (全2回)	色鉛筆画	南総公民館	色鉛筆の巧みな色使いで、リアル感のある動物を描く
手芸・工芸・工作・絵画	10/25(全1回)	竹灯籠作り	南総公民館	竹に小さな穴で好みの模様を開けて灯籠に仕上げる
手芸・工芸・工作・絵画	11/9・16 (全2回)	絵手紙教室	南総公民館	彩玉ボードで作る年賀状の魅力を知る
手芸・工芸・工作・絵画	12/3(全1回)	裕八の日本画教室	南総公民館	日本古来の日本画独特の色合いを学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	3/8(全1回)	つるでかごを編む	南総公民館	身近に自生する蔓の利用方法を学ぶ
料理	10/15(全1回)	地元の梨で作る焼き肉のタレ	南総公民館	市原の名産品の梨で作る焼き肉のタレの加工法を学ぶ
料理	12/6・14 (全2回)	キムチ作り	南総公民館	材料・調味料等すべてにこだわったキムチの作り方を学ぶ
料理	1/28(全1回)	手作りこんにゃく	南総公民館	こんにゃく芋からこんにゃくにするまでの作り方を学ぶ
料理	3/1(全1回)	手作り味噌教室	南総公民館	大豆から味噌になるまでの工程を学ぶ
正月に関する	12/16(全1回)	門松作り	南総公民館	門松の作り方を学び、ミニ門松を1対作る
イベント	8/1(全1回)	牛抱せん夏の夏の怖い話 (夜間講座)	南総公民館	老若男女が暗い部屋で怖い話を聞くことで涼感体験を味わう
イベント	12/20(全1回)	クリスマスパーティ	南総公民館	音楽やダンスを鑑賞しながら地域の世代間交流の場として役立つ
イベント	3/14(全1回)	お笑い寄席	南総公民館	誰でも楽しめる笑いをみんなで共有し、楽しく過ごす

【加茂公民館(☎98-0033) 養老949番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	9/29～12/1 (全2回)	おはなしだいすき!	加茂公民館	絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊び、本の貸し出しをする
家庭教育・子育て	10/13(全1回)	かもつくしんぼ (子どもフェスタ)	加茂公民館	手作りのゲームやおもちゃなどを、親子や友達と楽しむ
家庭教育・子育て	10/4～3/7 (全4回)	ニコニコすくすく	加茂公民館	・親子で楽しく遊ぶ ・親同士の交流を図り、学び合う ・子育ての悩みや疑問を話し合う ・子育ての情報を提供する
家庭教育・子育て	12/5(全1回)	かもつくしんぼ (クリスマス会)	加茂公民館	親子でリースやおもちゃを作ったり、ケーキ作りをして参加者同士の交流をする
青少年向け	7/11～12/13 (全6回)	楽しくアート	加茂公民館	・絵具と遊ぼう ・デッサンとクロッキー ・空き缶アート ・絵手紙 ・モビール ・ペーパークラフト
青少年向け	7/25(全1回)	夏の書道	加茂公民館	夏休みの課題学習
青少年向け	7/26(全1回)	親子でパン	加茂公民館	親子でパン作りを楽しむ
青少年向け	8/1(全1回)	おもしろ科学教室	加茂公民館	実験道具を手作りし実験を行うことを通して科学のおもしろさを知る
青少年向け	8/2(全1回)	ジオラマ作り	加茂公民館	粘土で里山のジオラマを作る
青少年向け	12/19(全1回)	かきぞめ	加茂公民館	筆の持ち方、扱い方を学び、各学年の書初め課題の練習をする
高齢者向け	7/9～3/11 (全11回)	加茂葵大学	加茂公民館	・開講式 ・囲碁ボール体験 ・地域防災(グループ活動) ・健康講座 ・人権講座 ・コーラス ・手話コーラス ・断捨離 ・写経 ・閉講式
パソコン	8/17(全1回)	パソコン教室	加茂公民館	初歩からのプログラミングを学ぶ
歴史	11/20(全1回)	ふるさと歴史物語	加茂公民館	ふるさとに縁のある人物や歴史について学ぶ
健康	9/15～10/27 (全5回)	健康体操	加茂公民館	ウォークやダンスを楽しみながら健康増進を図る
健康	1/12～2/9 (全4回)	チャレンジ! ヨガ	加茂公民館	女性のための疲れにくい身体をつくるヨガ
自然・環境	10/17(全1回)	地質時代チバニアン	加茂公民館	地質時代「チバニアン」の決定と地磁気逆転地層について
園芸	12/10(全1回)	果樹剪定	加茂公民館	柿の剪定の仕方を学ぶ
園芸	2/13(全1回)	キノコを育てる	加茂公民館	椎茸の植菌と収穫を体験する
園芸	3/4(全1回)	竹垣づくり	加茂公民館	金閣寺垣のつくり方を学ぶ

【加茂公民館(☎98-0033) 養老949番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
手芸・工芸・工作・絵画	7/2～9/24 (全4回)	陶芸教室	加茂公民館	成形から素焼き、絵付け、本焼きなど初心者向けの基本技法を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	7/14～10/6 (全4回)	水彩画教室	加茂公民館	水彩画の基本を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	8/19～8/26 (全2回)	七宝焼	加茂公民館	七宝焼きの技術を学び、作品を作る
手芸・工芸・工作・絵画	9/3～10/1 (全2回)	草木染め	加茂公民館	草木(花)で染色を体験をする
料理	7/17(全1回)	災害時ごはん	加茂公民館	災害時に役立つごはん作りを体験する
料理	8/30(全1回)	豆腐作り	加茂公民館	豆腐の作り方を学ぶ
料理	10/28(全1回)	大人のパン作り	加茂公民館	パン作りの基礎を学ぶ
料理	11/29(全1回)	燻製作り	加茂公民館	身近な材料を使って燻製の基本を学ぶ
料理	1/16(全1回)	季節の和菓子	加茂公民館	身近な材料を使って和菓子作りをする
料理	1/30(全1回)	冬の薬膳料理	加茂公民館	免疫力を高める冬の薬膳料理を学ぶ
料理	2/6(全1回)	ふるさとの保存食 (自家製みそ造り)	加茂公民館	自家製みその造り方を学ぶ
正月に関する	12/20(全1回)	正月飾り(ごぼう締め)	加茂公民館	伝統的な正月飾り(ごぼう締め)を学ぶ
正月に関する	12/20(全1回)	正月飾り(玄関飾り他)	加茂公民館	伝統的な正月飾り(玄関飾り)を作る
文学・詩・読書	7/21 (全1回)	名作の旅	加茂公民館	文学作品に親しみ、ゆかりの地を訪ねる
趣味・教養	7/5～9/13 (全4回)	英会話でボランティア	加茂公民館	簡単な英会話を学び、外国の方々のおもてなしに役立てる
スポーツ・レク	11/11～11/25 (全2回)	ポールでウォーク	加茂公民館	ポール使用にあたってのルールを学ぶ。ポールを用いて、気軽にウォーキングを楽しむ
スポーツ・レク	11/17～12/8 (全2回)	楽しく歩こう	加茂公民館	33番札所周辺と紅葉を巡るウォーキング
スポーツ・レク	3/23(全1回)	菜の花をたずねて	加茂公民館	菜の花の鑑賞とウォーキングを楽しむ

【五井公民館(☎22-2121) 五井5472番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
総合	9/4～11/13 (全5回)	五井楽学塾・秋	五井公民館	健康、音楽など様々な分野について学ぶ。
総合	9/5～11/21 (全4回)	子どもクラブ・秋	五井公民館	スポーツ、料理、科学実験などの体験活動をする。 他校や異学年の仲間と協力し、活動する。
総合	9/17～2/25 (全5回)	創年ふれあい塾	五井公民館	健康や音楽、いきがいなどの講義を聞き様々な分野について学び、見識を深める。
家庭教育・子育て	9/14～3/8 (全6回)	子育て広場ほっと	五井公民館	親子遊び、育児相談、母親のおしゃべりタイム等を実施
家庭教育・子育て	9/28～3/22 (全6回)	子育て会1・2・3	五井公民館	市原市子育て家庭支援員協議会五井支部と共催して、リズムック、保健師の話などを行う。
高齢者向け	7/2～2/18 (全7回)	五井ふれあいサロン	五井公民館	地域の方々と情報交換したり、講師を招聘して講演会をしたりする等、自分たちで企画運営をする。
パソコン	8/17～8/18 (全2回)	パソコン講座	若葉中学校/パソコンルーム	Excelの操作に慣れる。
健康	9/1～9/15 (全3回)	健康フラダンス	五井公民館	健康のため、準備体操に気功を取り入れたり、簡単なステップを覚えたりする。
健康	10/7～10/21 (全2回)	ピラティス入門	五井公民館	ピラティスの呼吸法、ストレッチ方法を覚える。
健康	11/2～11/30 (全4回)	ウォーキング	五井公民館	ウォーキングとストレッチの基本を学ぶ。
健康	1/18～2/1 (全3回)	エアロ&バレトン	五井公民館	音楽に合わせて楽しく身体を動かす。
歴史	10/13～10/20 (全2回)	五井ぶらり散歩	五井公民館	五井の街を歩き、地元にある歴史について知る。
歴史	1/22～3/5 (全4回)	歴史講座	五井公民館	伊豆の小豪族だった北条氏が如何に御家人たちを蹴落として鎌倉幕府で権力を握ったのか?「北条氏の野望」について探る。
手芸・工芸・工作・絵画	8/7～8/8 (全2回)	ポスターを描こう	五井公民館	各自描く題材を決め、ポイントを学び作品を仕上げる。
手芸・工芸・工作・絵画	10/23～11/6 (全3回)	リメイクを楽しむ	五井公民館	蛇腹式カードケースとミニふくろうを作る。
手芸・工芸・工作・絵画	2/6～2/13 (全2回)	折り紙で雑飾り	五井公民館	アートとして楽しめる折り紙の作品を作る。
書道・写経	1/13～2/10 (全4回)	写経入門	五井公民館	写経の基本を学び、やすらぎのひとときを過ごす。
料理	9/19～12/19 (全4回)	男のごはん	五井公民館	野菜、魚、肉等を使って主菜や副菜の作り方を学ぶ。
料理	11/20(全1回)	太巻き寿司入門	五井公民館	太巻き寿司の基本を習い、千葉の郷土料理に触れる。



【五井公民館(☎22-2121) 五井5472番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
料理	11/29(全1回)	お家でシェフの味	五井公民館	元一流ホテルのシェフから手軽にできる料理を学ぶ。
料理	12/12(全1回)	手打ちそば	五井公民館	国産粉を使ってそば打ちを体験する。
正月に関する	12/23(全1回)	正月のお花	五井公民館	正月の花を生け、長持ちさせる方法を知る。
文学・詩・読書	9/9(全1回)	朗読の集い「飛翔の会」	五井公民館	朗読の良さを知る。
文学・詩・読書	10/10(全1回)	秋のおはなし会	五井公民館	紙芝居、大型絵本を使って読み聞かせをする。
文学・詩・読書	12/8(全1回)	朗読の集い「飛翔の会」	五井公民館	朗読の良さを知る。
外国語・国際交流	11/4～11/25(全4回)	英会話入門	五井公民館	外国人に笑顔で接する簡単な英会話を覚える。
音楽・ダンス・踊り	8/21～8/28(全2回)	エンジョイ・ヒップホップ	五井公民館	楽しく音楽に乗ってダンスする。
スポーツ・レク	9/10～9/24(全3回)	吹矢入門	五井公民館	吹矢の基本動作を学び、健康増進に役立てる。
スポーツ・レク	9/12(全1回)	グラウンドゴルフ	若葉小学校校庭	小学生から高齢者までグラウンドゴルフのゲームの仕方を知り楽しむ。
趣味・教養	7/7～7/21(全3回)	手話入門	五井公民館	オリンピック・パラリンピックに向け簡単な手話を覚える。
趣味・教養	9/30(全1回)	クラフトバンド	五井公民館	紙バンドでオリジナルのかごを作る。
趣味・教養	10/25(全1回)	五井お笑い寄席	五井公民館	落語を聞き、地域の人たちと楽しい時間を過ごす。
趣味・教養	12/11～12/25(全2回)	くらしの中の憲法	五井公民館	憲法を実際に読んで自分たちが憲法とどのようにかわりがあるかを知る。
趣味・教養	3/3～3/17(全3回)	なるほど！介護保険	五井公民館	介護制度について学びいざという時に役立てる。
相談・案内	8/23～9/6(全3回)	五井創業塾	五井公民館	「なぜ、創業なのか」を考え、資金計画なども含めてビジネスプランを立ててみる。
イベント	2/27(全1回)	地域リーダー研修会	五井公民館	自分たちの住むまちの災害リスクと備えについて改めて考え、より良い地域づくりへとつなげていく。

【辰巳公民館(☎74-8521) 辰巳台西3丁目14番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	8/15～3/20 (全7回)	お話大好き	辰巳公民館	読み聞かせなどの読書活動や人形劇鑑賞で子どもの心を育む
家庭教育・子育て	9/8～3/9 (全5回)	子育て るんるん・はいはい	辰巳公民館	親子のふれあいや仲間づくりを通して、就学前の不安が解消されるよう専門家から子育てについての情報を得る
青少年向け	7/25～2/27 (全4回)	チャレンジャーズ☆辰巳	辰巳公民館	様々なことを独自に考え、皆で協力することを体験し、心を鍛える。リーダーシップを養成する
青少年向け	7/26～7/28 (全3回)	夏休み教室 プログラミング教室	辰巳公民館	パソコンに親しみ、プログラミングを楽しく学ぶ。
青少年向け	8/1～8/18 (全3回)	夏休み教室 読書感想文講座	辰巳公民館	本を読むポイントや文章を作るポイントを学び、感想文を仕上げる
青少年向け	8/2 (全1回)	夏休み教室 親子工作	辰巳公民館	プロの大工さんから作業の仕方を学び、親子で力を合わせながら作品を仕上げる
青少年向け	8/10 (全1回)	夏休み教室 科学実験教室①②	辰巳公民館	日々の様々な現象を科学的に検証し、学び、体験を通して興味や知識を深める
青少年向け	8/11～8/18 (全2回)	夏休み教室 図書室のお仕事	辰巳公民館	図書室の仕事を理解し、体験を通して人との関わりや働くことの楽しさを味わう
青少年向け	9/12～3/13 (全7回)	チャレンジ卓球	辰巳公民館	卓球の基礎を学ぶことを通じて、その楽しさを味わいながら、体力づくりや仲間づくりに励む。また、講師などへの感謝の気持ちを養う
青少年向け	10/25～12/20 (全5回)	チャレンジ バドミントン	辰巳公民館	バドミントンを基礎から学び、その楽しさを味わう
青少年向け	11/13～12/4 (全2回)	更級日記の時代	辰巳公民館	更級日記千年紀2020を機に、平安時代のありさまを学ぶ。
青少年向け	12/19 (全1回)	親子でクリスマス	辰巳公民館	親子で協力して取り組み、それぞれの立場を認め合い達成感を味わう
青少年向け	2/28～3/28 (全2回)	夏休み教室 親子でパン教室 (バス研修有)	辰巳公民館	親子で協力してパン作りに挑戦し、パン作りの楽しさを味わい、親子の絆を深める
青少年向け	3/14 (全1回)	親子で房総寿司 春	辰巳公民館	千葉の郷土料理を代表する房総寿司を親子で学び、切り口の美しさを楽しむ。また、郷土料理の伝承に努める
高齢者向け	7/12～3/7 (全8回)	元気かい	辰巳公民館	自分のペースで楽しく運動し、人とのつながりを大切にすることで健康的ないきがいを作る。卓球とカローリングを楽しむ
高齢者向け	7/15～3/24 (全7回)	大人の学び舎 (バス研修有)	辰巳公民館	健康で生きがいのある充実した生活を目指して自主的に様々な学習をし、親睦を深める
健康	9/7～3/1 (全6回)	フレイル予防講座	辰巳公民館	フレイル予防のためにどうすればよいのかの情報共有と実践、継続をめざす

【辰巳公民館(☎74-8521) 辰巳台西3丁目14番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
歴史	10/3 (全1回)	歴史人物 明智光秀	辰巳公民館	人物・思想・行動やいかに・・・など謎多き明智光秀から戦国時代を学ぶ
歴史	11/25 (全1回)	千葉を知る(文書館出前講座)	辰巳公民館	千葉の歴史を様々な視点で学び、郷土理解を深める
自然・環境	8/23 (全1回)	地震発生 大丈夫？	辰巳公民館	近づいてきているとされている大地震発生のメカニズムや対応の予備知識を学ぶ
自然・環境	9/26～3/6 (全3回)	ぶらたつみ	辰巳公民館	辰巳地区近隣の今昔を学び、郷土の歴史に触れる。実際に現地を歩き、交流を深める
自然・環境	2/14 (全1回)	エコと暮らし	辰巳公民館	日本が抱える環境問題を身近なものとし、エコを暮らしに結びつけ考えるテーマはプラスチック問題
手芸・工芸・工作・絵画	7/9～10/6 (全3回)	創作アラカルト	辰巳公民館	様々な工芸に取り組み、創作活動に親しみ、文化祭をめざす
手芸・工芸・工作・絵画	9/3～10/15 (全3回)	ハンドメイド	辰巳公民館	押し絵の製作
料理	9/23～2/17 (全3回)	男のキッチン	辰巳公民館	男性が、生活の中で料理を取り組めるように、病気予防や食生活の改善を意識し生活に役立てる
料理	10/28～3/3 (全2回)	楽しい健康料理	辰巳公民館	薬膳を中心に健康を意識した料理にとりくみ、日常生活に役立てる
料理	11/4～2/24 (全3回)	食の魅力 アラブ料理	辰巳公民館	世界の食文化を体験することで外国を知るきっかけとなり、日常の生活を豊かにする
料理	2/5 (全1回)	パン de パン (バス研修有)	辰巳公民館	パン好きの人が家庭でも気軽にパンを作り、生活に潤いを与える
文学・詩・読書	7/1～9/9 (全5回)	俳句教室 (バス研修有)	辰巳公民館	俳句の基礎を学び吟行に行き、作句に挑戦する。句会を開き句を披露する
文学・詩・読書	7/19～10/12 (全5回)	朗読講座	辰巳公民館	ひとりひとりの朗読の技術をたかめ、健康的にかつ社会貢献に役立てるよう学習する
趣味・教養	8/20～2/25 (全5回)	なでしこ学級	辰巳公民館	女性が学習や体験を通して、心にゆとりを持ち、生活の向上を目指す
その他講座	9/16 (全1回)	傾聴講座	辰巳公民館	高齢者が孤独に陥らないよう、受け手、担い手の両サイドから学ぶ
その他講座	12/5 (全1回)	インターネット上の人権について	辰巳公民館	インターネット上で人権侵害にあたる行為がどのようなものなのか、健全にルールとマナーをもって対応することを学ぶ

【国分寺公民館(☎24-1600) 南国分寺台1丁目2番地6】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	7/15～3/17 (全10回)	きらきら広場	国分寺公民館	子育て世代同志の交流を通して、健全な子育てをめざす
家庭教育・子育て	7/18～3/20 (全7回)	ぐりとぐらお話し会	国分寺公民館	絵本の読み聞かせやペープサートなどを通して親子で読書を楽しむ
家庭教育・子育て	9/3(全1回)	幸せを呼ぶ子育て	国分寺公民館	子育てをする人と子どもが健康で幸福に生きることについて考える
家庭教育・子育て	9/9～3/3 (全7回)	子育てバンビ	国分寺公民館	子育て世代の情報交換や体験の場を提供し、子育てについて学ぶ 9月・・はじめましての会、絵本の読み聞かせ 10月・・国分寺台ミニ散歩 10月・・人形劇鑑賞会 11月・・食育の話 12月・・リミック体操 1月・・楽しい折紙 2月・・レッツイングリッシュ! 3月・・ママ企画ひな祭り
家庭教育・子育て	9/24～11/26 (全3回)	楽しいママレシピ	国分寺公民館	子育てを行う上で役立つ方法(手芸、お菓子作り、スイーツ作り)を学ぶ
家庭教育・子育て	11/21(全1回)	キッズフェスタ	国分寺公民館	親子で音楽や工作などを体験し、子育て世代の情報交換を行う
青少年向け	8/4(全1回)	平和ってなんだろう	国分寺公民館	戦争体験手記の朗読劇を鑑賞することを通して、平和について考える
青少年向け	8/11(全1回)	子供のアトリエ(工作)	国分寺公民館	工作を通して、表現や創造する楽しさを味わう
青少年向け	8/11(全1回)	子供のアトリエ(絵画)	国分寺公民館	絵画制作を通して、表現や創造する楽しさを味わう
青少年向け	8/25(全1回)	外国の楽器と演奏	国分寺公民館	親子で外国の楽器にふれ、外国の音楽に興味をもつ
高齢者向け	9/28～1/25 (全5回)	脳トレサロン	国分寺公民館	健康で生きがいのある生活をめざす ・9月・・コミュニケーション ・10月・・リズム ・11月・・折紙 ・12月・・市原市クイズ ・1月・・まとめ
高齢者向け	11/2～11/16 (全2回)	歌ってハッピー	国分寺公民館	歌うことを通して、豊かな心を涵養する
高齢者向け	12/11(全1回)	歌声一番	国分寺公民館	正確な音を意識して、歌唱力をアップする
高齢者向け	3/8(全1回)	楽しい歌声広場	国分寺公民館	ギターの伴奏で、楽しく流行歌を歌い交流をはかる
歴史	10/20(全1回)	落語で古代史	国分寺公民館	落語で房総の古代について聞き、歴史に興味を持つ
自然・環境	8/19(全1回)	親子自然観察会	国分寺公民館	親子で自然を観察し、身の周りの生き物や季節の変化に興味をもつ

【国分寺公民館(☎24-1600) 南国分寺台1丁目2番地6】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
自然・環境	8/22(全1回)	防災と気象の話	国分寺公民館	気象予報士から天気図の読み方を学び、防災に活かす
自然・環境	3/5～3/6 (全2回)	春の野鳥観察	国分寺公民館	早春の野鳥を観察し自然との関わりを深める
料理	11/20(全1回)	男の料理	国分寺公民館	減塩レシピでヘルシーな料理を学ぶ
文学・詩・ 読書	7/9～8/6 (全5回)	朗読劇に挑戦	国分寺公民館	戦争体験手記を朗読し劇にする
文学・詩・ 読書	2/12～2/26 (全3回)	古典に親しむ	国分寺公民館	物語の背景などを読み解く
音楽・ダンス・ 踊り	8/28(全1回)	サマーコンサート	国分寺公民館	音楽を通して、幅広い世代が交流する
スポーツ・ レク	7/3 (全1回)	ママのピラティス	国分寺公民館	子育て中の母親の心身の健康を目指し、運動を行う
趣味・教養	9/10～11/12 (全3回)	1アップウーマン	国分寺公民館	健康で快適な生活を目指すために以下の内容を行う ・9月・・・魅力アップ ・10月・・・夢実現 ・11月・・・おしゃれ手芸
趣味・教養	11/6(全1回)	秋の国分寺散歩	国分寺公民館	国分寺台地区にある歴史的遺跡をめぐる
趣味・教養	11/9～11/10 (全2回)	浮世絵の魅力	国分寺公民館	千葉県での出来事を題材にした絵画を鑑賞する
趣味・教養	12/7～12/14 (全2回)	魅力的な写真	国分寺公民館	カメラの使い方の基本、写真撮影の方法を学ぶ
趣味・教養	3/27(全1回)	和菓子作りと茶道	国分寺公民館	和菓子の手作りや茶道を行い、日本の文化に興味をもつ
その他の 講座	11/7 (全1回)	公民館でサークル活動	国分寺公民館	公民館の登録サークルが快適に活動するための考えを知る
その他の 講座	1/29(全1回)	慌てない介護	国分寺公民館	介護制度や在宅介護での食事について学ぶ。

【市原青少年会館(☎43-3651) 八幡1126番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	8/23、9/27 (日)	親子で学ぶ防災安心教室(全2回)	青少年会館	防災に関する知識を親子で学ぶ
家庭教育・子育て	9/19(土)午前・午後	親子で手作りアクセサリを作ろう(七宝焼き)(全2回)	青少年会館	ブローチ、キーホルダー等を製作する
家庭教育・子育て	9/12、11/14 (土)	親子で自然にふれよう(全2回)	クオードの森	クオードの森の動植物を観察し、親子で自然に親しむ
家庭教育・子育て	10/31(土) 11/1(日)	親子でスナッグゴルフ(全2回)	文化の森	スナッグゴルフの基本動作を学び、ゲームを楽しむ
家庭教育・子育て	11/21・28(土)	親子で凧を作って揚げよう(全2回)	青少年会館 八幡運動公園	凧を作り、揚げて楽しむ
家庭教育・子育て	1/16(土) 1/17(日)	親子折り紙教室(全2回)	青少年会館	折り紙を色々な物に変身させて遊ぶ
家庭教育・子育て	1/24・31、 2/7(日)	親子でクッキング(全3回)	八幡公民館	親子でお菓子作りを楽しむ
青少年向け	7/5、 10/11・18(日)	デイキャンプ(全3回)	青少年会館	参加者が計画を立て、物づくりなどを楽しむ
青少年向け	8/2(日) 8/22(土) 8/30(日)	はじめての将棋(全3回)	青少年会館	将棋の基礎を学び、将棋を楽しむ
青少年向け	8/6(木) 8/7(金)	チャレンジ!夏休みの課題(全2回)	アネッサ	各自の課題に対する質問に対し、理解できるまで丁寧に指導する
青少年向け	10/17(土)午前・午後	ちぎり絵教室(全2回)	青少年会館	和紙を使ったカード作り
青少年向け	11/15・22・29、 12/6(日)	書き初めに挑戦(全4回)	青少年会館	毛筆の基本を学び、書き初め作品を仕上げる
青少年向け	12/12(土)	おしゃれラッピング教室	青少年会館	包装紙や封筒など、身近な材料で楽しくラッピングする
青少年向け	12/13(日) 12/19(土) 12/20(日)	卓球教室(全3回)	八幡公民館	卓球の基本動作、サーブやラリーの練習を行い、卓球を楽しむ

【中央図書館(☎23-4946) 更級5丁目1番地51】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	毎月	ブックスタート事業	保健センター 他	1歳6ヶ月児健康診査を受診した子どもとその保護者に読み聞かせを行い、絵本を無料で配布する
家庭教育・子育て	毎月第1・3水曜日	おはなし会	中央図書館	幼児や小学校低学年を対象としたおはなし会を開催する
家庭教育・子育て	未定	子どもと読書講座	中央図書館	児童及び一般を対象に子どもの読書に関する講座を開催する
家庭教育・子育て	未定	子ども読書活動推進講演会	未定	子どもも大人も対象に、読書の楽しさ、素晴らしさを感じ、読書に親しむきっかけとなるよう、絵本作家等による講演会を開催する
歴史	通年	ふるさと市原に輝く人物コーナー	中央図書館	市原にゆかりのある人物を紹介する展示を実施する
歴史	未定	市原の歴史講座	中央図書館	市原の歴史に関する講座を開催する
自然・環境	通年	常設リサイクル	中央図書館	不用となり除籍した本を利用者に無料で配布する
自然・環境	11月	本と雑誌のリサイクルフェア	中央図書館	不用となり除籍した本や、保存年限の過ぎた雑誌を利用者に無料で配布する
文学・詩・読書	未定	文学講座	未定	文学に関係する講座・講演会を開催する
趣味・教養	未定	映画会	中央図書館	大人向け及び子ども向けに、書籍が映画化されたものや長く人気のある作品等の映画会を実施する
趣味・教養	未定	「知の情報拠点」活用講座	中央図書館	市民のさまざまな課題の解決に役立つ講座を実施する
イベント	10月下旬～11月上旬	図書館いらんど	中央図書館	「秋の読書週間」の期間にあわせて各種事業を実施する

【三和コミュニティセンター(☎36-4922) 海士有木235番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
青少年向け	9/21(月・祝)	親子バスツアー	関東近郊	親子で工場見学をして、仕事の大切さを学ぶ
青少年向け	12/21(月)	書き初め教室	三和コミュニティセンター	書き初めの課題に取り組む
パソコン	9/16・23・30(水)	パソコン教室②	三和コミュニティセンター	パソコン持込みの実習。同窓会案内の作成方法を学ぶ
パソコン	11/4・11・18(水)	パソコン教室③	三和コミュニティセンター	パソコン持込みの実習。住所録と年賀状の作成方法を学ぶ
健康	10/15・22・29(木)	リラックスヨガ	三和コミュニティセンター	ヨガで心と体をリフレッシュ
健康	10/21・28(水)	さんわでウォーキング秋	三和コミュニティセンター	ポールを使って、正しい姿勢で歩き健康増進に役立てる
健康	1月	おうちでヨガ	三和コミュニティセンター	おうちでもできるヨガを伝授
健康	3月	さんわでウォーキング春	三和コミュニティセンター	ポールを使って、正しい姿勢で歩き健康増進に役立てる
歴史	3/8・15(月)	歴史散策(バス研)	千葉県内	波の伊八を巡るバスツアー
自然・環境	11/6(金)	竹炭作り	三和地区内	身近なものを再利用
自然・環境	11/16(月)	南房総ハイキング(バス研)	千葉県内	花に詳しい講師と一緒に、千葉県内の山に登る
園芸	12/16(水)	冬の剪定(梅)	三和地区内	冬季の梅の剪定技術を学ぶ
園芸	1/19(火)	冬の剪定(柿)	三和地区内	冬季の柿の剪定技術を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	9/1・15・29(火)	ハワイアンキルト	三和コミュニティセンター	色合いと図柄を重点にしたハワイアンキルトの手法を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	12/8・15(火)	あみもの教室	三和コミュニティセンター	毛糸で簡単な小物作り
手芸・工芸・工作・絵画	2/23、3/2・9・16・23(火)	暮らしを彩る染め	三和コミュニティセンター	誰でもできる古の染め技法を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	2/26(金)	木工教室	三和コミュニティセンター	DIYに挑戦！世界に一つのお気に入りを作る
料理	10/18(日)	親子パン作り教室	三和コミュニティセンター	小学生と保護者対象 パン作りを通して食育体験
料理	1月	中華まん作り	三和コミュニティセンター	生地から中華まんを作る



【三和コミュニティセンター(☎36-4922) 海士有木235番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
料理	2/11(木・祝)	親子バレンタインレシピ	三和コミュニティセンター	親子でバレンタイン向けのお菓子を作り、家族の絆を深める
正月に関する	12/18(金)	しめ縄を作ろう	三和コミュニティセンター	ごぼう締めの作り方を学び、お正月の準備をする
正月に関する	12/18(金)	正月飾りを作ろう	三和コミュニティセンター	正月飾りの作り方を学び、お正月の準備をする
音楽・ダンス・踊り	10/22(木)	たのしく歌おう	三和コミュニティセンター	アコーディオンいちはらが贈る「なつかしの歌声喫茶」の再現
スポーツ・レク	9/17・24、10/1(木)	パークゴルフ体験教室	三和運動広場	パークゴルフの基本を学び、楽しむ
スポーツ・レク	9/22(火・祝)	三コミ体育館 市民開放デー・三コミ映画会	三和コミュニティセンター	市民の日にちなんだ一般開放と映画鑑賞
スポーツ・レク	10/2・9・16(金)	脳トレ教室	三和コミュニティセンター	脳をサビつかせないために！読み・書き・計算と簡単な運動
スポーツ・レク	11/5・12・19(木)	グラウンドゴルフ体験教室	三和運動広場	グラウンドゴルフの基本を学び、楽しむ
趣味・教養	8/18・25(火)	包丁研ぎ方教室①②	三和コミュニティセンター	元大工の講師に包丁の研ぎ方を学ぶ
趣味・教養	1/26(火)	スマホ教室	三和コミュニティセンター	初心者向けスマホ講座
趣味・教養	2/10(水)	おいしいコーヒーの淹れ方教室	三和コミュニティセンター	コーヒーマスターにおいしいコーヒーの淹れ方を学ぶ
趣味・教養	2/19(金)	大人の社会科見学	関東近郊	関東近郊の工場見学
趣味・教養	3/4・25(木)	美活！大人のメイク術	三和コミュニティセンター	いまさら聞けない、メイクの悩みを解決
資格・講習	1月	普通救命講習①②	三和コミュニティセンター	心肺蘇生法・AEDの使い方等を学び、救命技能の認定が受けられる
相談・案内	未定	詐欺防止安全教室	三和コミュニティセンター	移動交番と消費生活センターによる講話
イベント	毎月第1・3(土)	朝市	三和コミュニティセンター	地元産の野菜等を販売

【菊間コミュニティセンター(☎42-3424) 菊間1870番地4】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
健康	10月	初めてのヨガ(全4回)	菊間コミュニティセンター	ポーズや呼吸方法を学ぶことで、心身のバランスを整え健康に役立つ
歴史	1/14(木)	歴史散策	菊間コミュニティセンター	遺跡や歴史建造物をめぐりながら千葉の歴史を学ぶ。(市バス利用)
フラワー・華道	3/7(日)	フラワーデザイン	菊間コミュニティセンター	季節の生花や素材を使った、アレンジをする
手芸・工芸・工作・絵画	8/19(水)	藍染め	菊間コミュニティセンター	藍の生葉を使ってスカーフを染める
手芸・工芸・工作・絵画	11/8(日)	UVレジン	菊間コミュニティセンター	UVレジンを使って、アクセサリや小物を作る
手芸・工芸・工作・絵画	12/5・12(土)	純銀粘土細工(全2回)	菊間コミュニティセンター	純銀粘土で、ペンダントトップなど2種類のアクセサリを作る
外国語・国際交流	2/2・9・16・23 3/2・9・16(火)	英会話教室(全7回)	菊間コミュニティセンター	初心者を対象に、対話方式で英会話を実践しながら学ぶ
音楽・ダンス・踊り	8/11・18・25 (火)	フラダンス教室(全3回)	菊間コミュニティセンター	ステップの基本から学び、簡単な曲を1曲踊る
スポーツ・レク	1/27(水)	健康の出前講座	菊間コミュニティセンター	ストレッチポールを使った簡単なストレッチを学ぶ
スポーツ・レク	2/10・17・24 (水)	初めてのピラティス(全3回)	菊間コミュニティセンター	身体のバランスを整え、鍛えるエクササイズを学ぶ
趣味・教養	1月	研ぎ方教室	菊間コミュニティセンター	包丁などの研ぎ方を学ぶ
資格・講習	9月	市民講座 講話	菊間コミュニティセンター	消費者被害を防止するための講話
イベント	毎月第2・4土曜	朝市	菊間コミュニティセンター	菊間地区産の野菜などを販売する
イベント	未定	ロビーコンサート	菊間コミュニティセンター	歌・楽器演奏によるミニコンサート

【ちはら台コミュニティセンター(☎50-2312) ちはら台南6-1-3】

分類	事業名	期日	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	おはなしひろばPOPO	8/22、9/26、 10/24、12/19、 1/23、2/27、 3/27(土)	ちはら台コミュニティセンター	多くの子どもたちが読み聞かせを通じて本の楽しさを知り、季節に因んだお楽しみ企画を通じて豊かな心を育み感受性の豊かな子どもを育てる
家庭教育・子育て	スマイルキッズ	9/10(木)、 10/27(火)、 12/10(木)、 1/22(金)、 3/26(金)	ちはら台コミュニティセンター	さまざまな企画を通して親子でふれあう
家庭教育・子育て	すくすく赤ちゃん	9/14(月)、 10/23(金)、 11/16(月)	ちはら台コミュニティセンター	赤ちゃんとお母さん対象 ダンス、リトミック、離乳食講座(座学)を体験していただく
青少年向け	親子でチャレンジAMラジオ作り	8/8(土)	ちはら台コミュニティセンター	小学4年生以上の子と保護者対象。 協同体験を通し親子のコミュニケーションを深める
青少年向け	親子でチャレンジバドミントン(全3回)	11/28、 12/5・12(土)	ちはら台コミュニティセンター	小学生以上の子と保護者対象。 バドミントンの基礎を学びながら、親子でラリーを楽しむ
青少年向け	宿題応援講座書き初め	12/27(日)	ちはら台コミュニティセンター	小学4年～6年対象 課題に取り組むうえで必要な知識や進め方のコツを学ぶ
青少年向け	親子でチャレンジイラストパン	3/25(木)	ちはら台コミュニティセンター	小学生以上の子と保護者対象。 協同体験を通し親子のコミュニケーションを深める
青少年向け	レッツ・ピンポン(全4回)	2/20・27、 3/6・13(土)	ちはら台コミュニティセンター	小学3年～6年対象 卓球の基本を学び、新しい仲間との交流を深める
高齢者向け	ちはら台フレッシュカレッジ	9/23(水)、 10/26(月)、 12/15(火)、 2/19(金)、 3/10(水)	ちはら台コミュニティセンター	60歳以上対象。 地域の高齢者の仲間作りと健康維持を目的に、無理せず、楽しく色々な事を体験していただく
パソコン	アルバム作成(全3回)	10/2・9・16(金)	ちはら台コミュニティセンター	写真の取り込みから学び、Wordを使ってアルバムを作成する
健康	ちはら健康倶楽部フットケア(全2回)	9/11・25(金)	ちはら台コミュニティセンター	足裏や脚全体のマッサージ方法を学び、身体の調子を整える
健康	ちはら健康倶楽部骨盤体操	11/20(金)	ちはら台コミュニティセンター	簡単にできる体操や健康知識を学び、体の不調を整える
健康	ちはら健康倶楽部ブレスダイエット(全2回)	2/8・22(月)	ちはら台コミュニティセンター	身体の調子を整え、痩せやすい体をつくる
歴史	ちはら台学歴史講座	9/12、10/10、 11/14、12/12、 1/16、2/13、 3/13(土)	ちはら台コミュニティセンター	市原の歴史を学び、地域に対する愛着を深める。また、文化財を巡り知識を深める
自然・環境	ちはら散歩	11/24(火)	ちはら台コミュニティセンター	ちはら台近隣を散策しながら郷土の歴史、自然にふれる

【ちはら台コミュニティセンター(☎50-2312) ちはら台南6-1-3】

分類	事業名	期日	会場	案内・ポイント
フラワー・華道	いきいきちはら倶楽部 フラワーアレンジメント	11/25(水)	ちはら台コミュニティセンター	季節の生花を使ったフラワーアレンジメントを学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	てづくりちはら 陶芸(全3回)	10/1・22・29(木)	ちはら台コミュニティセンター	陶芸の一連の作業工程を学び、自分の作品を完成させる
料理	ちはらレシピ	10/13(火)、 12/9(水)、 3/8(月)	ちはら台コミュニティセンター	健康や栄養を考えた家庭料理、アイデア次第のちょっとしたおもてなし料理を学ぶ
料理	ちはら☆あらかると	9/4(金)、 1/19(火)、 2/10(水)	ちはら台コミュニティセンター	食において「つくる」をコンセプトに目的を定め企画し、色々な事を始めるきっかけ作りの場を提供する
正月に関する	てづくりちはら 正月飾り	12/22(火)	ちはら台コミュニティセンター	伝統的な正月飾りを手作りする
文学・詩・読書	目から耳から 本の世界へのいざない	9/17(木)、 11/13(金)、 1/14(木)、 3/16(火)	ちはら台コミュニティセンター	朗読により、ひと時の異空間をあげよう。朗読のすばらしさや、本の楽しさを体験できるような題材を提供する
趣味・教養	いきいきちはら倶楽部 ペン習字(全3回)	9/1・8・15(火)	ちはら台コミュニティセンター	整った文字を書くコツを学ぶ
趣味・教養	カラオケうたおう会	9/9(水)、 12/7(月)、 3/23(火)	ちはら台コミュニティセンター	楽しく歌を歌を歌い、健康増進に役だててもらう
趣味・教養	いきいきちはら倶楽部 クラシック(全2回)	2/17・24(水)	ちはら台コミュニティセンター	クラシック音楽を学ぶ
スポーツ・レク	スポーツクラブちはら スローエアロビック(全2回)	10/7・14(水)	ちはら台コミュニティセンター	脳フィットネスを高めるスローエアロビックを体験する
スポーツ・レク	スポーツクラブちはら ヨガ	1/28(木)	ちはら台コミュニティセンター	深い呼吸を意識しながら心身をほぐす
イベント	エンジョイ！軽スポーツ	未定	ちはら台コミュニティセンター	ニュースポーツの体験会
イベント	コミュニティ講演会	未定	ちはら台コミュニティセンター	講演会
イベント	クリスマスコンサート	未定	ちはら台コミュニティセンター	コンサート
イベント	トンエコマラソン	未定	ちはら台コミュニティセンター・かずさの道	かずさの道を楽しく走ります

【千種コミュニティセンター(☎26-1515) 千種2丁目1番地2】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	10、11、2、3月	親子で3B体操	千種コミュニティセンター	音楽のリズムに合わせて、親子で体を動かす
高齢者向け	毎月	千種歌声サロン	千種コミュニティセンター	合唱・ダンス・イントロクイズなどで楽しむ
高齢者向け	奇数月	シニア健康体操	千種コミュニティセンター	運動不足解消、口腔機能維持を目的とした歌と体操
高齢者向け	9、10、11、12、1、3月	なつメロを歌う	千種コミュニティセンター	昭和懐かしの流行歌を全員で合唱する
高齢者向け	8、1月	なつメロ大合唱	千種コミュニティセンター	昭和懐かしの流行歌を全員で合唱する
高齢者向け	2/13(土)	皆でデュエット	千種コミュニティセンター	男女でデュエット曲を中心に合唱する
健康	8、9、1月	初心者自彊術体験	千種コミュニティセンター	日本式の健康体操を体験する
健康	8、9月	吹き矢体験教室	千種コミュニティセンター	吹き矢で腹筋を鍛える
健康	8月	ブレスダイエット	千種コミュニティセンター	身体の調子を整え、痩せやすい体をつくる
歴史	10/31(土)	千種の歴史講演会	千種コミュニティセンター	千種地区の歴史を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	9月	PP大きなカゴ④	千種コミュニティセンター	PP(プラスチックプラ)バンドを編んでバッグを作る
手芸・工芸・工作・絵画	10月	パッチワーク基礎③	千種コミュニティセンター	パッチワークの基礎を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	11月	パッチワーク応用③	千種コミュニティセンター	お好みの布を使い、パッチワークでバッグを作る
手芸・工芸・工作・絵画	1月	簡単手編み教室	千種コミュニティセンター	毛糸などを編んでさまざまな作品を作る
手芸・工芸・工作・絵画	1～3月	陶芸教室③	千種コミュニティセンター	皿や茶碗などお好みの陶器を作る
料理	9、12、3月	和菓子作り教室	千種コミュニティセンター	季節の和菓子を作る
料理	9月	栗の渋皮煮作り	千種コミュニティセンター	ビタミン豊富な栗の渋皮煮を作る
料理	10、2月	初心者太巻き寿司	千種コミュニティセンター	千葉県郷土料理「太巻き寿司」を作る
料理	10月	簡単中華まん作り	千種コミュニティセンター	中華まんの作り方を学ぶ

【千種コミュニティセンター(☎26-1515) 千種2丁目1番地2】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
料理	11月	田舎そば打ち体験	千種コミュニティセンター	お湯でこねて作るそば作りの体験
料理	12月	手打ちそば体験	千種コミュニティセンター	手打ちそばの基本を学ぶ体験
料理	12月	簡単ケーキ作り	千種コミュニティセンター	ドイツ風ケーキの作り方を学ぶ
料理	1月	ジャム作り教室	千種コミュニティセンター	夏みかんジャムを作る
料理	1月	簡単ちらし寿司	千種コミュニティセンター	正月のおもてなし料理を作る
料理	2月	味噌作り教室	千種コミュニティセンター	食品用保存袋のできる簡単な味噌作り
正月に関する	12月	しめ縄作り教室	市内	伝統の締め縄飾りを作る
外国語・国際交流	10月	初心者英会話③	千種コミュニティセンター	大人のための英会話を学ぶ
趣味・教養	3月	包丁研ぎ教室	千種コミュニティセンター	包丁の研ぎ方を学ぶ
イベント	12/19(土)	千種冬のコンサート	千種コミュニティセンター	クリスマスに歌や音楽などで祝う

【戸田コミュニティセンター(☎95-6622) 馬立733番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	11、12、3月	戸田たんぼぼ教室	戸田コミュニティセンター	就園前の子と保護者を対象に毎回テーマを決めてコミュニケーションづくり
青少年向け	毎週月・木曜日 18:20～20:00	無料学習塾「学び塾」	戸田コミュニティセンター	小学5・6年＝国語・算数 中学1～3年＝数学・英語 30分1コマの3時限
青少年向け	毎月第4日曜日 10:00～11:30	無料学習塾「学び塾書道」	戸田コミュニティセンター	小学校低学年は要同伴
青少年向け	8月	夏休みサマースクール	戸田コミュニティセンター	小学生～高校生 講師による夏休みの学習補助
パソコン	9～10月	パソコン教室(エクセル) (全5回)	戸田コミュニティセンター	ノートパソコンを持参し、エクセルを学ぶ
自然・環境	11月	紅葉ハイキング	南房総方面	紅葉を見ながら南房総の山を歩く
自然・環境	1月	野鳥の観察会	未定	野鳥を通じて自然に親しむ
自然・環境	3月	南房総ハイキング	南房総方面	南房総の山を歩く
園芸	10月	寄せ植え教室	戸田コミュニティセンター	季節の花を用いて寄せ植え、多肉植物の寄せ植え
手芸・工芸・工作・絵画	8～10月	紅花染め教室	戸田コミュニティセンター	紅花を種蒔きから育てて、花摘み後に乾燥し染める
手芸・工芸・工作・絵画	8月	藍染教室(全2回)	戸田コミュニティセンター	藍の葉っぱで染める。生葉染め
手芸・工芸・工作・絵画	9月	陶芸教室(全4回)	戸田コミュニティセンター	粘土を形成して高温で焼く
手芸・工芸・工作・絵画	9月	つまみ細工(全3回)	戸田コミュニティセンター	つまみ細工を作る
手芸・工芸・工作・絵画	9月	ガラス工芸	戸田コミュニティセンター	アクセサリ作り
手芸・工芸・工作・絵画	9月	紙バンドクラフト(全3回)	戸田コミュニティセンター	クラフトテープで作品づくり
手芸・工芸・工作・絵画	10月	とんぼ玉作り	戸田コミュニティセンター	ガラス玉で小物づくり
手芸・工芸・工作・絵画	10月	日本刺繍(全4回)	戸田コミュニティセンター	和装に施されている刺繍を学ぶ
手芸・工芸・工作・絵画	10月	木工教室(全2回)	戸田コミュニティセンター	木工でちょっとしたインテリアを作る
手芸・工芸・工作・絵画	11月	つるでかごを編む	戸田コミュニティセンター	アケビや藤の蔓でかごを編む
手芸・工芸・工作・絵画	11月	クリスマスリース	戸田コミュニティセンター	立掛けフレンチリースを作る

【戸田コミュニティセンター(☎95-6622) 馬立733番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
手芸・工芸・工作・絵画	1月	革教室	戸田コミュニティセンター	小銭入れを作る
手芸・工芸・工作・絵画	2月	化学染料の染め	戸田コミュニティセンター	化学染料を用いて、幾何学的な模様染める
手芸・工芸・工作・絵画	2月	美術鑑賞入門編(全2回)	戸田コミュニティセンター	講義とバス研修(山梨県立美術館)
書道・写経	9月	写経(納経まで)(全7回)	戸田コミュニティセンター	お経を写し、お寺に納めて鎮魂
料理	9月	多国籍料理	戸田コミュニティセンター	スパイスを使い、体にやさしい南インド料理を作る
料理	9月	薬膳料理	戸田コミュニティセンター	食材を通じて体に良い料理を作る
料理	9月	豆腐作り教室	戸田コミュニティセンター	市原産の大豆で豆腐を作る
料理	10月	べこもち	戸田コミュニティセンター	東北地方の郷土菓子べこもちを学ぶ
料理	2月	味噌づくり	戸田コミュニティセンター	麴の働きを学びながら自家製の味噌をつくる
料理	2月	太巻き寿司	戸田コミュニティセンター	酢飯作りからの基本を学ぶ
料理	2月	こんにやくづくり	戸田コミュニティセンター	手作りのこんにやくのおいしさを知ってもらう
料理	2月	お魚教室	戸田コミュニティセンター	旬の魚を調理する
正月に関する	12月	お正月玄関飾り	戸田コミュニティセンター	地元で昔から伝わる飾りを作る
正月に関する	12月	門松作り(ミニサイズ)	戸田コミュニティセンター	お手頃サイズの門松作り
音楽・ダンス・踊り	毎月	みんなで歌おう	戸田コミュニティセンター	カラオケのメロディにあわせてみんなで合唱する
その他講座	10月	スマホ教室	戸田コミュニティセンター	スマホデビューするための基本操作を学ぶ
相談・案内	毎月第2・第4土曜日 8:30～10:00	朝市	戸田コミュニティセンター	地元農家さんが作った野菜やお餅、キムチ、シフォンケーキなど出店

【地域連携推進室(☎23-9998) 市役所第2庁舎4階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
その他講座	未定	市民活動・協働に関する講座	未定	市民活動の担い手の拡大や団体の自立に向けた講座及び協働推進に関する講座を実施する。



【保健センター(☎23-1187) 更級5丁目1番地27】

分類	事業名	期日	会場	案内・ポイント
健康	定期予防接種	通年	実施医療機関	予防接種法に基づき、感染症予防を目的に、対象者に予防接種を実施。
健康	大人のスマイル歯科健診	4月～3月	実施医療機関	むし歯と歯周病の健診と、相談(20歳以上対象) (自己負担金:500円)
健康	若年者の健康診査	6月～11月	実施医療機関	20歳～39歳の市民を対象に、身体計測、血圧測定、血液検査(貧血、脂質、糖代謝、肝機能)を実施。自己負担金:1,000円
健康	フレイルチェック講座	7月～3月	保健センター・なのはな館	60歳以上の方を対象に、フレイルチェックを実施。フレイル予防について学ぶ講座。
健康	肺がん・結核検診(個別)	6月～11月	実施医療機関	40歳以上の市民を対象に、胸部レントゲン検査を実施。そのうち問診で、50歳以上の方で喫煙指数600以上の希望者に、喀痰検査を実施。自己負担金:レントゲン検査のみ600円、レントゲン検査+喀痰検査1,100円
健康	肺がん・結核検診(集団)	7月～11月	保健センター他	40歳以上の市民を対象に、胸部レントゲン検査を実施。自己負担金:200円
健康	子宮がん検診(個別)	6月～3月	実施医療機関	20歳以上偶数年齢女性の市民を対象に、子宮の細胞診検査を実施。自己負担金:頸部のみ600円、頸部+体部1,200円 ※体部は医師の判断で実施
健康	子宮がん検診(集団)	7月～12月	保健センター他	20歳以上偶数年齢女性の市民を対象に、子宮頸部の細胞診検査を実施。自己負担金:500円
健康	乳がん検診(個別)	6月～1月	実施医療機関	・30歳～39歳と、41歳以上奇数年齢女性の市民を対象に、超音波検査を実施。自己負担金:600円 ・40歳以上偶数年齢女性の市民を対象に、マンモグラフィ検査を実施。自己負担金:800円
健康	乳がん検診(集団)	7月～1月	保健センター他	・30歳～39歳女性の市民を対象に、超音波検査を実施。自己負担金:500円 ・40歳以上偶数年齢女性の市民を対象に、マンモグラフィ検査を実施。自己負担金:500円
健康	胃がん検診(個別)	バリウム検査 6月～11月 内視鏡検査 6月～1月	実施医療機関	40歳以上の市民を対象に、バリウム造影による胃部レントゲン検査を実施。そのうち50歳以上偶数年齢の方は、胃部レントゲン検査に代えて、胃内視鏡検査の選択も可能。自己負担金:バリウム検査2,000円、内視鏡検査3,000円
健康	胃がん検診(集団)	8月～11月	保健センター他	40歳以上の市民を対象に、バリウム造影による胃部レントゲン検査を実施。自己負担金:500円

【保健センター(☎23-1187) 更級5丁目1番地27】

分類	事業名	期日	会場	案内・ポイント
健康	大腸がん検診	6月～11月	実施医療機関	40歳以上の市民を対象に、便潜血反応検査(2日分の便を採り、その中に出血がないかを調べる検査)を実施。自己負担金:500円
健康	前立腺がん検診	6月～11月	実施医療機関	50歳～69歳と、70歳以上5歳刻み節目年齢男性の市民を対象に、採血によるPSA検査を実施。自己負担金:600円
健康	肝炎ウイルス検診	6月～11月	実施医療機関	過去に、市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない40歳以上の市民を対象に、採血によるB型、C型肝炎ウイルス検査を実施。自己負担金:なし(無料)
健康	インフルエンザ予防接種	10月～1月	実施医療機関	インフルエンザ予防のため、高齢者を対象に予防接種を実施。
イベント	いちはら健幸フェスタ	10/18(日) (予定)	ユニモちはら台(予定)	いつの間にか健康になれるまちを目指して、リモートでの各種健康相談やオンラインによるセミナー等を実施予定。

【国民健康保険課特定健診係(☎23-1185) 市役所第1庁舎1階】

分類	事業名	期日	会場	案内・ポイント
健康	特定健康診査(個別)	6月～11月 (予定) (一部の医療機関で12月まで実施)	協力医療機関	40歳以上の市原市国民健康保険加入者を対象に、生活習慣病に着目した検査内容の健診を実施。(無料)
健康	特定健康診査(集団)	7月～12月 (予定)	保健センター他	40歳以上の市原市国民健康保険加入者を対象に、生活習慣病に着目した検査内容の健診を実施。(無料)
健康	後期高齢者健康診査(個別)	6月～11月 (予定) (一部の医療機関で12月まで実施)	協力医療機関	後期高齢者医療保険加入者を対象に特定健康診査に準じた検査内容の健診を実施。令和2年度より質問票の変更あり(無料)
健康	後期高齢者健康診査(集団)	7月～12月 (予定)	保健センター他	後期高齢者医療保険加入者を対象に特定健康診査に準じた検査内容の健診を実施。令和2年度より質問票の変更あり(無料)

【菊間保健福祉センター(☎42-3424) 菊間1870番地4】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	令和2年8月～ 令和3年3月 毎週水・金曜日 (8月は除く)	ケロケロクラブ	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 歌・手遊び・体操などを通し、親子の触れあいや情報交換をします
家庭教育・子育て	令和2年8月～ 令和3年3月 毎月第2・4(土) (11/14は除く)	おもちゃ広場	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 おもちゃ遊びとおもちゃの貸出しを行います
家庭教育・子育て	令和2年8月～ 令和3年3月 毎月2回火曜日に実施	おはなし会	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 絵本の読み聞かせやペープサート、パネルシアターなどを楽しまします
家庭教育・子育て	令和2年8月～ 令和3年3月 木曜日に実施 (8月は除く)	ママとマシュマロ	菊間保健福祉センター (児童館)	5カ月～10カ月の子とママのふれあい遊びや子育ての情報交換をします
家庭教育・子育て	9/1・15、 10/6・20、 11/17、 12/1・15(火)	英語であそぼ	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 手遊びや歌などを楽しく遊びながら英語に親しみます
家庭教育・子育て	10/1(木) 1/13(水) 2/17(水)	子どもの健康相談室	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 市原市子育てネウボラセンターより保健師や栄養士、歯科衛生士が来館し、相談に応じます
家庭教育・子育て	8/5(水) 8/12(水) 8/21(金) 8/26(水)	おやこでゲー・チョキ・パー	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子を対象。 手遊び・シアターなどを実施します
家庭教育・子育て	9/16(水)	乳幼児の救命講習	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 消防署救急隊員から、小児救急法を学びます
青少年向け	令和2年8月～ 令和3年3月 毎月2回 日曜日に実施	チャレンジ広場	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 季節の工作やゲームに挑戦します
青少年向け	令和2年8月～ 令和3年3月 毎月第1(木)	みんなであそぼう	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 フルーツバスケットや風船バレーなどの遊びを行います
青少年向け	令和2年8月～ 令和3年3月 毎月第2(木) (2/11除く)	あつまれキッズ	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 トランプ・UNO・おはなし迷路などの遊びを行います
青少年向け	令和2年8月～ 令和3年3月 毎月第3(木)	子どもチャレンジピック	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 記録に挑戦します。(缶積み競争他)
青少年向け	10/3(土) 11/7(土) 3/6(土)	むかし遊び	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 竹馬・こまなど昔からの伝承遊びを体験します

【菊間保健福祉センター(☎42-3424) 菊間1870番地4】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
青少年向け	7/4(土) 9/5・19(土) 10/17・24(土) 11/8・15(日)	キッズボランティアクラブ	菊間保健福祉センター (児童館)	小学3年生～中学生対象。 乳幼児に向けての遊び支援や・花壇の手入れなどを体験します
青少年向け	8/7(金) 8/9(日) 8/11(火) 8/18(火)	自習広場	菊間保健福祉センター (児童館)	小・中・高校生対象。 夏休みの宿題や定期テストの勉強など学習のサポートをします
青少年向け	8/6(木)	夏休み工作教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学1～3年生対象。 身近な材料を使って工作をします
青少年向け	10/9(金)	たのしい人形劇	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象。 ボランティア人形劇団グループ「ともだち」による「ねずみのすもう」の人形劇を鑑賞
青少年向け	10/11(日)	子ども科学実験教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学4～6年生対象。 身近な材料を使って実験をし、まとめます
青少年向け	11/21(土)	子どもトールペイント教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学2年生～6年生対象。 トールペイントの技法で小物を作ります
青少年向け	12/27(日)	子ども書き初め教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学4年生～6年生対象。 書き初めの練習をし、課題を仕上げます
青少年向け	2/14(日)	子どもハンドメイド教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学生対象。 かわいい小物を作ります
青少年向け	3/25(木)	たのシアター	菊間保健福祉センター (児童館)	小学生以下対象。 「ねずみのよめいり」「おもしろバレリーナ」などを楽しめます
青少年向け	3/28(日)	子ども映画会	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 楽しい映画を上映します
高齢者向け	令和2年7月～ 令和3年3月 第1・3水曜日	将棋教室(全18回)	菊間保健福祉センター	60歳以上の初心者対象。 講義と対局で、将棋の基礎から応用まで楽しく学ぶ
高齢者向け	9/25(金)	手作りアクセサリ	菊間保健福祉センター	60歳以上対象。 フェアリーパールを使って、三連チェーンネックレスを作る
高齢者向け	9/24・10/8・ 10/22(木)	絵手紙教室 (全3回)	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 絵手紙の基本を学び、季節の野菜や花などを描く
高齢者向け	10月コース 10/6・13・20・27 (火) 11月コース 11/4・11・18・25 (水)	あつま～れウォーキング (各コース 全4回)	当センター 近隣	60歳以上対象。 センター近隣を毎回8キロ前後、みんなで元気に歩く。雨天中止。

【菊間保健福祉センター(☎42-3424) 菊間1870番地4】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
高齢者向け	10/30(金)	大人のミニ運動会	菊間保健福祉センター	60歳以上の方対象。 紅白に分かれて、誰でもが楽しく出来る簡単な競技を行う
高齢者向け	11/6・13(金)	簡単編み物教室 (全2回)	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 かぎ針を使って、実用小物を作る
高齢者向け	12/9(水)	プリザーブドフラワー教室	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 グリーンリースを作る
高齢者向け	12月予定	からだ改善運動 (全3回)	菊間保健福祉センター	60歳以上対象。 筋力のおとろえを予防・改善する運動を行う。
高齢者向け	1/13・20(水)	大人の書き初め (全2回)	菊間保健福祉センター	60歳以上の初心者対象。 新年の抱負などを書く
高齢者向け	1/15・22(金)	つるし飾り教室 (全2回)	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 干支(うし)の一連飾りの作り方を学ぶ。
高齢者向け	1/24(日)	実用折り紙教室	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 折り紙やチラシを使って、六角形の箱を折る
高齢者向け	2/5・12(金)	はじめての切り絵 (全2回)	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 ひなまつりにちなんだものを、初めての人も安心して出来る カッターを使った切り絵を学ぶ
高齢者向け	2/16(火) 雨天2/17(水)	耐寒ウォーキング	センター近隣	60歳以上の健脚な方対象。 寒さに負けずに、センターから往復12キロを元気に歩く
高齢者向け	2/26(金)	自分再発見	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 心理カウンセラーの講師を迎え、心理学の観点から自分磨き やより良いコミュニケーション法などを学ぶ
高齢者向け	3/24(水)	菊間歴史さんぽ	当センター 及び近隣	60歳以上対象。 菊間の神社などの歴史を学ぶ。 講義受講後、歩いて巡る。(雨天時は講義のみの予定)
高齢者向け	3月予定	楽々体操 (全3回)	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者(優先)又は60歳以上対象。 ポッチャの体験や日常生活で使える筋力アップ体操などを学ぶ
健康	9/9・16(水)	メタボ予防体操 (全2回)	菊間保健福祉センター	生活習慣の影響による慢性疾患の予防を体操を通して学ぶ
健康	2/25(木)	筋力をつけよう	菊間保健福祉センター	管理栄養士と理学療法士から、筋力をつけるための栄養と 運動法について学ぶ。
手芸・工芸・工作・ 絵画	令和2年7月～ 令和3年3月 第1・3金曜日	パッチワーク教室 (全18回)	菊間保健福祉センター	障がい者手帳所持者のみ対象。 パッチワークの基本から応用までを学び、バッグなどを作る

【アネッサ(☎62-8601) 椎津1131番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	毎週火曜日	ポヨポヨクラブ	アネッサ	就学前の幼児とお母さんを対象とし、手遊び、絵本の読み聞かせ、簡単な工作を行う
家庭教育・子育て	毎週木曜日	ひよこクラブ	アネッサ	3ヶ月から1歳頃のお子さんとお母さんを対象とし、簡単な手遊び、絵本の読み聞かせ、親子のスキンシップを図る
家庭教育・子育て	毎週金曜日	のびのびクラブ	アネッサ	就学前の幼児とお母さんを対象とし、簡単なからだ遊びを行う
家庭教育・子育て	毎週土・日曜日	各種イベント	アネッサ	工作、折り紙、おはなし会、ゲーム大会等
家庭教育・子育て	毎月第1水曜日	ふたごっちクラブ	アネッサ	双子を対象とした簡単な手遊び、絵本の読み聞かせ。お母さん同士の交流を通し、育児について情報交換や仲間作りの場
家庭教育・子育て	毎月第2・4水曜日	英語で遊ぼう	アネッサ	就学前の幼児とお母さんを対象とし、手遊びなどを楽しく遊びながら英語に親しむ
家庭教育・子育て	毎月第3水曜日	ママといっしょ	アネッサ	楽器の演奏に合わせて楽しく遊びながら音楽に親しむ
家庭教育・子育て	8月	おもしろ実験教室	アネッサ	科学の不思議にふれる
家庭教育・子育て	12月	親子料理教室	アネッサ	料理 内容未定
家庭教育・子育て	未定	親子参加型講習会	アネッサ	子育てを生き生きと楽しむママのための講座
青少年向け	8月	アネッサキッズ卓球教室(世代間交流事業)	アネッサ	高齢者指導による小学生への卓球教室
青少年向け	8月	チャレンジ夏休みの課題	アネッサ	ボランティア指導による小学生への学習支援
青少年向け	8月、11月、3月	おもいっきり体育室	アネッサ	ボランティアと一緒に体育室で身体を動かして楽しみ、交流を深める
青少年向け	10月、1月、3月	昔あそび	アネッサ	ボランティアグループによる昔あそび(こま・けん玉・おて玉など)を通して世代間交流
高齢者向け	11月～1月	絵手紙教室	アネッサ	絵手紙の基礎を学ぶ
高齢者向け	11月～12月	ヨガ教室(中級)	アネッサ	ヨガを通じての健康維持
高齢者向け	9月	60歳からの健康体操教室	アネッサ	体操を通じての健康維持
高齢者向け	10月	中国水墨画教室	アネッサ	水墨画を楽しむ教室
高齢者向け	12月	そばうち教室	アネッサ	そばうちを行い会食する

【アネッサ(☎62-8601) 椎津1131番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
高齢者向け	11月	健康吹矢教室	アネッサ	吹矢を通じての健康維持
高齢者向け	1～3月	はじめての太極拳教室	アネッサ	初心者向けの太極拳を通じての健康維持する
高齢者向け	未定	メンズキッチン	アネッサ	男性向けの料理教室
スポーツ・レク	8月	バリアフリースポーツ教室	アネッサ	障がいのある方同士や障がいのある方と地域の方々との交流を深める
スポーツ・レク	9月	グランドゴルフ大会	アネッサ	グランドゴルフを通じて、地域住民と交流を深める
その他講座	10月～12月	手話入門講座	アネッサ	初心者対象の手話入門講座。手話を学びながら聴覚障害への理解を深め、ボランティアの育成を図る
イベント	毎月	レコード交流会	アネッサ	レコード鑑賞を通じて、地域住民と交流を深める。
イベント	11月	アネッサ発クリーン大作戦	アネッサ周辺地域	アネッサ利用者、地域住民が地域の清掃活動を実施し、交流を深める
イベント	未定	ニコニコキッズ	アネッサ	体育館に手作り遊具を設置し親子で遊べる場を提供する

【サンハート(☎37-7100) 海士有木225番地4】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	毎月第4日曜日	みんなあそぼう	サンハート児童館	室内ゲームを中心とした遊びの提供
家庭教育・子育て	毎月第4月曜日	子育て支援事業	サンハート	三和地区社会福祉協議会「さんわぼかぼか」と協力して、子育て中の親子が気軽に集まり、楽しむことの出来る「場」の提供
家庭教育・子育て	毎月第2・4土曜日	おもちゃ図書館	サンハート	障がい児と未就学児が母親と一緒におもちゃで自由に遊べる広場
家庭教育・子育て	毎週火曜日	さんさんくらぶ	サンハート児童館	就学前の子どもと保護者を対象に「パネルシアター」「エプロンシアター」「絵本等の読み聞かせ」「折り紙遊び」「体操」等を実施
家庭教育・子育て	毎週水曜日	よちよちくらぶ	サンハート児童館	生後11ヶ月から1歳半の子どもと保護者を対象とした「親子ふれあい遊び」等を実施
家庭教育・子育て	毎週木曜日	あかちゃんくらぶ	サンハート児童館	生後3ヶ月から10ヶ月の子どもと保護者を対象とした「親子ふれあい遊び」等を実施
家庭教育・子育て	毎週金曜日	きらきらくらぶ	サンハート児童館	就学前の子どもと保護者を対象に「パネルシアター」「エプロンシアター」「絵本等の読み聞かせ」「体操」「運動遊び」等を実施
家庭教育・子育て	毎月第1、2、3、5日曜日	クラフト&プレイ	サンハート児童館	工作を中心とした遊びの提供
家庭教育・子育て	夏休み期間中	グリーンガーデン	サンハート児童館	中高生を対象とした来館事業
家庭教育・子育て	夏休み期間中	児童館ボランティアクラブ	サンハート児童館	親子クラブに参加して紙芝居などを読んだり、一緒に遊んだりする
家庭教育・子育て	8/6(木)	工作教室	サンハート児童館	小学生～高校生
家庭教育・子育て	8/7(金)	布ぞうり教室	サンハート児童館	小学生～高校生
家庭教育・子育て	8/8(土)	絵手紙教室	サンハート児童館	小学生～高校生
家庭教育・子育て	9/11(金)	親子ベビーヨガ教室	サンハート児童館	生後11ヶ月～1歳半のお子さんとその保護者を対象としたヨガ教室
家庭教育・子育て	10/7(水)	知っててよかった!!ママの救急法	サンハート児童館	乳幼児を持つ親を対象とした救急法を学ぶ
家庭教育・子育て	10/1・15(木)	ベビーマッサージ教室	サンハート児童館	生後3ヶ月から9ヶ月のお子さんとその保護者を対象とした教室
家庭教育・子育て	12/8(火)、未定	人形劇	サンハート児童館	ボランティアによる人形劇の上演
家庭教育・子育て	未定	世代間交流事業①	サンハート児童館	未定
家庭教育・子育て	未定	世代間交流事業②	サンハート児童館	未定



【サンハート(☎37-7100) 海士有木225番地4】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	未定	世代間交流事業③	サンハート児童館	未定
高齢者向け	7月、11月	絵手紙教室	サンハート	60歳以上の方を対象とした絵手紙教室
高齢者向け	8月	気功教室	サンハート	60歳以上の方を対象とした気功教室
高齢者向け	9月	いつでも脳トレ～健康寿命を延ばそう	サンハート	60歳以上の方を対象とした脳トレ教室
高齢者向け	10月	楽しく俳句教室	サンハート	60歳以上の初心者の方を対象とした俳句教室
高齢者向け	11月	太極拳教室	サンハート	65歳以上の方を対象とした太極拳教室
高齢者向け	10月、12月	健康体操教室	サンハート	60歳以上の方を対象とした健康体操教室
高齢者向け	10月、12月	ヨガ教室	サンハート	60歳以上の方を対象としたヨガ教室
高齢者向け	11月	絵手紙教室	サンハート	60歳以上の方を対象とした絵手紙教室
高齢者向け	11月	一文字書教室	サンハート	60歳以上の方を対象に一文字「書」を書く
高齢者向け	12月	シニア向け腰痛対策	サンハート	60歳以上の方を対象としたシニア向け腰痛対策講座
高齢者向け	2月、3月	笑う健康法教室	サンハート	60歳以上の方を対象とした笑いを通した健康作り
高齢者向け	3月	テーブルでできる茶の湯教室	サンハート	60歳以上の初心者の方を対象とした茶の湯教室
相談・案内	毎月第2木曜日	ひきこもり支援「自由空間」	サンハート	ひきこもり・不登校の方々への支援・フリースペースの提供
イベント	10/31(土)	市民講座	サンハート	福祉や健康についての関心を深めるための講座
イベント	11/22(日)	さんさんクリーン大作戦	サンハート、周辺地域	サンハート周辺のごみ拾い活動を通して地域交流やボランティア活動の啓発等を図る
イベント	1/24(日)	サンハートまつり	サンハート	施設利用サークルの発表・作品展示等を通して地域交流を図る
イベント	9/16(水)、12/4(金)、3/17(水)	歌声喫茶	サンハート	音楽を通して地域住民の交流を図る

【なのはな館(☎92-1481) 牛久377番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
家庭教育・子育て	毎週水曜日	ちびっこクラブ 「すてつぷ」	なのはな館	就学前の子どもと保護者を対象とし、手あそびや簡単な工作などを実施する
家庭教育・子育て	毎週金曜日	あかちゃんクラブ 「ほっぷ」	なのはな館	生後3ヶ月位から1歳位の子どもと保護者を対象とし、親子のふれあいや情報交換を実施する
家庭教育・子育て	毎週土曜日	親子クラブ 「じゃんぷ」	なのはな館	就学前の子どもと保護者を対象とした親子ふれあい遊びやダンス、絵本の読み聞かせなどを実施する
家庭教育・子育て	日曜日(不定期)	わくわくひろば	なのはな館	幼児から小学生を対象とした工作やおはなし会、ゲームなど
家庭教育・子育て	8月	なのはな実験教室	なのはな館	小中学生が科学に親しむことで豊かな情操を育む
家庭教育・子育て	8月・9月	子どもボランティア育成支援事業	なのはな館	小中高生ボランティアの育成と活動支援を行う
家庭教育・子育て	9月	救急法	なのはな館	乳幼児を持つ保護者が、家庭内における突発事故に対応する為の、基礎知識を習得することを図る
家庭教育・子育て	9月・10月	季節のイベント	なのはな館	季節感のある工作やおはなし会など
家庭教育・子育て	未定	なのはな探検隊	クオードの森、チバニアン他	自然に親しみ自然を大切に、情操を豊かにする心を育てる
家庭教育・子育て	未定	ベビーマッサージ	なのはな館	生後3ヶ月位から1歳位の子どもと保護者を対象としたベビーマッサージを実施する
家庭教育・子育て	未定	世代間交流	なのはな館	昔あそび(こま、竹馬など)を通して世代間の交流を図る
家庭教育・子育て	未定	親子体操	なのはな館	ボールやフープなどを使い、親子で運動遊びを実施する
家庭教育・子育て	未定	なのはなシアター	なのはな館	人形劇の上演や絵本の読み聞かせなどを実施する
家庭教育・子育て	未定	料理教室	なのはな館	親子で料理を作る。内容は未定
健康	火・木・土 13:30～	安全講習会	なのはな館	健康増進室・歩行用プールの安全管理を徹底し事故防止を図ることを目的に、運動器具の扱い方等の講習を行う
健康	金 10:30～ 水・金・日 13:30～	ミニストレッチ教室	なのはな館	健康増進室・歩行用プール安全講習会受講者登録済の方を対象に、簡単で効果的なストレッチ体操を行なう
健康	毎月第4月曜日 10:30～	水中ウォーキング・アクアピクス	なのはな館	健康増進室・歩行用プール安全講習会受講者登録済の方を対象に、安全でより効果的な水中ウォーキングを学ぶ
高齢者向け	8月 11月～12月	健康講座 健康体操教室	なのはな館	60歳以上の市民を対象にした健康体操教室

【なのはな館(☎92-1481) 牛久377番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
高齢者向け	9月～11月	教養講座 ハーモニカ教室	なのはな館	60歳以上の市民を対象にしたハーモニカ教室
高齢者向け	未定	健康講座 ヨガ教室(初・中級)	なのはな館	60歳以上の市民を対象にしたヨガ教室
高齢者向け	未定	健康講座 ミニストレッチ教室	なのはな館	60歳以上の市民を対象にしたストレッチ教室
高齢者向け	未定	教養講座 囲碁教室	なのはな館	60歳以上の市民を対象にした囲碁教室
高齢者向け	未定	教養講座 健康教室	なのはな館	60歳以上の市民を対象にした健康教室
高齢者向け	未定	教養講座 太巻き寿司教室	なのはな館	60歳以上の市民を対象にした料理教室
イベント	未定	ふれあいサロン	なのはな館	講座等を通じて地域住民の交流を図る
イベント	未定	歌声喫茶	なのはな館	音楽を通して地域住民との交流を図る
イベント	未定	障がい者と地域住民との交流会	なのはな館	障がい者と地域住民との交流を図る

【福祉会館(☎23-1331) 五井5375番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
パソコン	6/24(水)～	障がい者のためのパソコン教室	福祉会館	パソコンの基本操作の練習をする。(障がい者対象・教材費実費)
健康	毎月第1・3月曜日	ヨガ教室	福祉会館	障がい者を対象としたヨガ教室
健康	毎月第2・4月曜日	練功教室(健康体操)	福祉会館	中国の呼吸法を取り入れた体操を習得する。(障がい者対象)
フラワー・華道	毎月第2・4木曜日	生け花教室	福祉会館	生け花の作品づくり(障がい者対象・材料費等実費)
手芸・工芸・工作・絵画	毎月第1・3月曜日	ちぎり絵教室	福祉会館	ちぎり絵の作品づくり(障がい者対象・材料費等実費)
手芸・工芸・工作・絵画	毎月第1・3水曜日	紅型教室	福祉会館	紅型染めの作品づくり(障がい者対象・材料費等実費)
手芸・工芸・工作・絵画	毎月第1・3金曜日	レザークラフト教室	福祉会館	レザークラフトの作品づくり(障がい者対象・材料費等実費)
書道・写経	毎月第2・4火曜日	習字教室	福祉会館	習字の作品づくり(障がい者対象・材料費等実費)
料理	未定	視覚障がい者料理教室	保健センター	社会適応訓練の一環として調理法を学ぶ
音楽・ダンス・踊り	毎月第1・3月曜日	フラダンス教室	福祉会館	フラダンスを習得(障がい者対象)
音楽・ダンス・踊り	毎月第1・3木曜日	コーラス教室	福祉会館	障がい者を対象としたコーラス教室
その他講座	毎週火曜日～金曜日	ふれあいリハ	福祉会館	身体機能の維持・向上を目指し屋内外での様々な活動(障がい者対象)
その他講座	未定	視覚障がい者歩行訓練	未定	社会参加の促進と階段の昇降や点字ブロックの歩き方等の訓練。(交通費実費)
その他講座	未定	要約筆記学習会	未定	要約筆記の初歩的な知識を学ぶ
資格・講習	6/2(火)～ 毎週火曜日(全27回)	手話奉仕員養成講座(後期)	福祉会館	前期修了者対象。(健聴者対象・テキスト代実費)
資格・講習	6/8(月)～ 毎週月曜日(全27回)	手話奉仕員養成講座(前期)	勤労会館	手話を初めて学ぶ方対象。(健聴者対象・テキスト代実費)

【高齢者支援課(☎23-9814) 市役所第1庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
高齢者向け	月～金曜日 (休室日を除く)	はつらつ元気ルーム	アネッサ(はつらつ元気ルーム)	自宅のできる運動指導、高齢者向けのマシンを使用した自主トレーニングの指導や体力測定を行います
高齢者向け	随時	高齢者健康体操普及員の派遣	公民館、町会集会所など	住み慣れた地域で、健康に暮らしていただくために、高齢者健康体操普及員を派遣し、高齢者向けの健康体操等を紹介します

【地域包括ケア推進課(☎23-7605) 市役所第1庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
資格・講習	随時	認知症サポーター養成講座	公民館、町会集会所、学校、職場など	認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り支援する「認知症サポーター」を養成する講座 ※受講者全員に認知症を支援する目印として”オレンジリング(ブレスレット)”をお渡しします

【障がい者支援課(☎23-9815) 市役所第1庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
健康	未定	こころの健康についての勉強会	未定	こころの健康・病気についての講演を通じ、精神疾患、精神障がいへの理解を深める
イベント	11～12月 (開催可否検討中)	ふれあい福祉フェスタ	未定	文化活動の発表等を通じ、障がい者(児)と健常者(児)との交流の促進と障がい者(児)の文化活動の充実を図り、「ふれあいとやさしさ、潤いのある生活ができるまち」の実現をめざします

【(公財)市原市スポーツ協会 (☎42-7712) 市原市能満1474番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
スポーツ・レク	9月～11月	エンジョイヨガ・全5回	ゼットエー武道場	参加費3,000円
スポーツ・レク	9月～11月	やさしいピラティス・全5回	ゼットエー武道場	参加費3,000円
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (エアロストレッチA・全5回)	臨海体育館	参加費1,500円(高校生以下1,000円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (エアロストレッチB・全5回)	臨海体育館	参加費1,500円(高校生以下1,000円)
スポーツ・レク	8月～11月	後期市民スポーツ教室 (ナイトジョギング・全10回)	ゼットエーオリ プリスタジアム	参加費3,000円(高校生以下2,500円)
スポーツ・レク	9月～10月	後期市民スポーツ教室 (やさしいヨガA・全5回)	アネッサ	参加費1,500円(高校生以下1,000円)
スポーツ・レク	10月～11月	後期市民スポーツ教室 (やさしいヨガB・全5回)	アネッサ	参加費1,500円(高校生以下1,000円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (テニス・全10回)	臨海第2庭球場	参加費3,500円(高校生以下3,000円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (ソフトテニス・全10回)	臨海第2庭球場	参加費3,500円(高校生以下3,000円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (バドミントン・全10回)	臨海体育館	参加費3,500円(高校生以下3,000円)
スポーツ・レク	10/1(木)	エンジョイレディーステニス トーナメント	臨海第2庭球場	参加費2,500円
スポーツ・レク	10月	アロマストレッチ・全5回	ゼットエー武道場	参加費3,000円
スポーツ・レク	11/20(金)	レディースバドミントン大会	ゼットエー武道場	参加費:2,500円
スポーツ・レク	12月の5日間	市民スケート教室	姉崎スケート場	初心者のスケーティング(基礎から滑走まで)の指導(小学生以上・参加費:3000円)
スポーツ・レク	令和3年1月下旬	市民スキー教室	未定	初心者から中級者までのスキー教室(参加費:未定)
スポーツ・レク	1月～3月	ウィンター・エアロ教室	ゼットエー武道場	参加費 500円/回

【公園管理者】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
スポーツ・レク	12/1～2月末日	姉崎スケート場オープン	姉崎スケート場	一般利用10時～18時40分(最終入場18時) 一般850円・高校生480円・中学生以下無料・観覧50円・貸靴400円(市外利用者は1.5倍料金) 専用利用19時～21時 15人以上の場合1時間につき18,270円(市外利用者は1.5倍料金)	姉崎公園管理所 60-3081 (期間中61-1828)

【市原スポレクパーク(☎41-3115) 菊間775番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
スポーツ・レク	7/6(月)から祝日・休日を除く毎週月曜日	スポレクパークサッカーアカデミー	市原スポレクパーク	対象: 幼児、小学生、中学生、一般女性 参加料月額3,500円
スポーツ・レク	7/12(日)から毎月第2日曜日8月は除く	スポレクパークラグビー教室	市原スポレクパーク	対象: 小学生参加料1日400円
スポーツ・レク	9/8(火)	市原市体育協会杯グラウンド・ゴルフ大会	市原スポレクパーク	参加料1人500円
スポーツ・レク	9/29(火)	市原市市民スナッグゴルフ大会	市原スポレクパーク	参加料1人800円
スポーツ・レク	10月予定	スポレクパークノルディックウォーキング教室	市原スポレクパーク	参加料700円/1回(ポールレンタル含)
スポーツ・レク	令和3年2/11(木・祝)・13(土)・14(日)	市原市ちびっこサッカー大会	市原スポレクパーク	対象: 小学生1～4年生参加料1チーム5,000円
スポーツ・レク	令和3年3/13(土)・14(日)・20(土)	『絆』TAIKYO CUP小学生サッカー大会	市原スポレクパーク	対象: 小学生参加料1チーム5,000円

【ゼットエー武道場(☎41-9825) 能満1474番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
スポーツ・レク	7月～8月	サマー・エアロ教室	ゼットエー武道場	参加費 1回500円
スポーツ・レク	9月～12月	後期やさしい太極拳教室 (全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円
スポーツ・レク	9月～10月	後期シェイプアップ教室 (全8回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (女性剣道・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(高校生以下1,500円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (女性合気道・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(高校生以下1,500円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (硬式卓球A・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生以下1,750円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (硬式卓球B・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生以下1,750円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (ラージボール卓球A・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生以下1,750円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (ラージボール卓球B・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生以下1,750円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (空手道・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(小学生から高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (アーチェリー・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(小学生から高校生1,750円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (剣道《3級以上》・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(小学生から高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (ボクシング・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(小学生から高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (ビームライフル・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(小学5年生から高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (剣道《2級以上》・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(中学生から高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (なぎなた・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (弓道A・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生1,750円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (弓道B・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生1,750円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (弓道C・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,500円(高校生1,750円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (少林寺拳法・全10回)	ゼットエー武道場	参加費3,000円(小学4年生から高校生1,500円)
スポーツ・レク	9月～11月	後期市民スポーツ教室 (剣道《初級・中上級》・全10回)	ゼットエー武道場	参加費1,500円(小・中学生)



【ゼットエー武道場(☎41-9825) 能満1474番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
スポーツ・レク	8月～11月	後期市民スポーツ教室 (相撲・全10回)	ゼットエー武 道場	参加費1,500円(小・中学生)
スポーツ・レク	9月～12月	後期市民スポーツ教室 (柔道・全10回)	ゼットエー武 道場	参加費1,500円(小・中・高校生)
スポーツ・レク	10月～2月 毎月第3土曜日 (12月は除く)	ノルディック・ウォーキング 教室	ゼットエー武 道場	参加費 1回500円 (ポール貸出の場合、別途200円)
スポーツ・レク	11/3(火・祝)	市原市ベンチプレス大会	ゼットエー武 道場	参加費2,500円
スポーツ・レク	11/3(火・祝)	市原市マラソンベンチプレ ス大会	ゼットエー武 道場	参加費500円
スポーツ・レク	12月	転倒予防教室 (全3回)	ゼットエー武 道場	参加費1,500円
スポーツ・レク	12月	フレッシュ弓道大会	ゼットエー武 道場弓道場	参加費500円
スポーツ・レク	12月	ビームライフル大会	ゼットエー武 道場	参加費 個人 300円 親子 500円
スポーツ・レク	2月	生活習慣病予防教室(全4 回)	ゼットエー武 道場	参加費2,000円
スポーツ・レク	3月	ストレッチ&ロコトレ教室 (全3回)	ゼットエー武 道場	参加費1,500円
スポーツ・レク	未定	ふれあいポッチャ体験教室	ゼットエー武 道場	参加費200円
スポーツ・レク	未定	夏休みヒップホップ教室	ゼットエー武 道場	参加費 1回500円

【スポーツ振興課(☎23-9851) 市役所第2庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
スポーツ・レク	11/23(月・祝)	養老溪谷ファミリーハイキング	養老溪谷周辺	紅葉の美しい養老溪谷の自然にふれながら、家族や友人とともにハイキングします。(参加費(予定):小学生以上400円、未就学児100円)
スポーツ・レク	令和3年2/14(日)	健康マラソン・リレーマラソン大会	上総更級公園	幅広い年代のランナーが参加できるマラソン・リレーマラソン大会です。(参加費(予定):未就学児100円・小中学生400円・一般500円、ペア及びリレーは、人数分を合算した額)
イベント	①10/3(土) ②10/11(日) ③10/31(土) ④11/1(日)	市原市ジュニアゴルフ教室	かずさカントリークラブ(予定)	市内小中学生対象のゴルフ体験教室です クラブの持ち方から実際のコースを回っての実践まで、プロゴルファーが丁寧に教えます
イベント	未定	ジェフレディースと遊ぼう!『サッカーひよこ塾』	未定	ジェフレディースのコーチ、選手によるボール遊びを主としたサッカー教室を実施します

【いちはらアート×ミックス実行委員会事務局 (☎50-1160) 牛久500番地(南総支所内1階)】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	令和3年 3/20(土)~ 5/16(日)	房総里山芸術祭 いちはらアート×ミックス2020+	市内各所	いちはらアート×ミックスは市原の歴史・文化・自然・人の暮らし・食・スポーツなど、地域の持つ様々な資源を現代アートと融合(ミックス)し、里山に活力を漲らせ、より魅力的な「いちはら」を再発見する芸術祭です。

【人権・国際課(☎23-9826)、相談専用(☎23-9866、23-9787) 市役所第2庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
外国語・国際交流	毎週日曜日	日本語教室(八幡教室午前)	青少年会館	外国人市民に日本語を教える(10時～12時)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週日曜日	日本語教室(八幡教室午後)	青少年会館	外国人市民に日本語を教える(13時～15時)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週日曜日	日本語教室(南総教室)	南総公民館	外国人市民に日本語を教える(13時～15時)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週月曜日	日本語教室(姉崎教室)	姉崎公民館	外国人市民に日本語を教える(9時30分～11時30分)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週水曜日	日本語教室(八幡教室夜間)	青少年会館	外国人市民に日本語を教える(18時30分～20時30分)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週木曜日	日本語教室(五井教室)	五井会館	外国人市民に日本語を教える。(10時～12時)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週金曜日	白金子ども日本語教室	白金小学校	外国人児童・生徒に日本語を教える(15時～16時30分)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週第2・4金曜日	日本語教室(ラベンダー教室)	YOUホール	外国人市民に日本語を教える(10時30分～12時)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	毎週土曜日	日本語教室(辰巳台教室)	辰巳公民館	外国人市民に日本語を教える(18時30分～20時30分)	人権・国際課 23-9826
外国語・国際交流	第1～4土曜日	外国人児童・生徒のための学習教室(アミーゴ)	五井公民館	外国人児童・生徒の学習(学校の勉強や日本語学習)をサポートする(10時～12時)	人権・国際課 23-9826
相談・案内	毎月第1・2・4月曜日	女性のための相談	人権・国際課	女性相談員が相談に応じる。(10時～12時、13時～16時※要予約)	人権・国際課 23-9826
相談・案内	毎週火・金曜日	外国人相談	人権・国際課	外国人市民に対する日常生活上の相談(英語及び日本語・9時30分～15時30分 ※12時～13時除く)	人権・国際課 23-9866(相談専用)
相談・案内	毎週火～金曜日	DV等家庭相談	人権・国際課	配偶者からの暴力など、家庭内の問題についての相談(火～金曜日 9時30分～17時15分。)	人権・国際課 23-9787(相談専用)
イベント	12/13(日)	人権・男女共同参画フォーラム	市民会館 小ホール	人権や男女共同参画意識の高揚を図るための講演会等	人権・国際課 23-9826

【広聴相談課(☎23-9808) 市役所第2庁舎1階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
相談・案内	月～金曜日	一般相談	広聴相談課	個人生活全般に関する相談(電話相談可・9時～16時)
相談・案内	原則第2・4月曜日	人権こまりごと相談	広聴相談課	夫婦、扶養、相隣関係及び差別待遇、名誉毀損、いやがらせ、いじめなど人権上の悩み事に関する相談(10時～15時)
相談・案内	原則火・木曜日 (第1・3木曜日を除く) (前日(直前の平日)13時から電話予約) 毎月最終相談日は14時～19時	法律相談	広聴相談課	一般民事、刑事上の諸問題、そのほかの法律問題などに伴う解決に向けたアドバイス及び指導(9時30分～15時20分)1案件につき1回限り(1人20分)
相談・案内	毎月第3水曜日	行政相談	広聴相談課	国道、国税、登記、国民年金、生活保護などの業務やNTTや郵便局など特殊法人の仕事についての苦情、要望に関する相談(10時～15時)
相談・案内	毎月第2水曜日 (前日(直前の平日)13時から電話予約)	許認可・相続・不動産登記相談	広聴相談課	官公署に提出する書類、そのほかの権利義務または事実に関する書類(実地調査に基づく図面類を含む)の作成などに関する相談。裁判所、検察庁または法務局などに提出する書類の作成、また登記、供託に係る手続きなどに関する相談。不動産の表示に係る全般(表示・分筆・合筆・地積更正・地目変更)などに関する相談(10時～15時)
相談・案内	毎月第4水曜日	住宅(増築・改築)相談	広聴相談課	増改築や高齢者向けの改造などに関する相談(10時～15時)
相談・案内	毎月第2金曜日 (前日(直前の平日)13時から電話予約)	不動産相談	広聴相談課	不動産の売買や貸借、取引など不動産関係の諸問題に関する相談(10時～15時)
相談・案内	毎月第3金曜日 (前日(直前の平日)13時から電話予約)	税務(国税)相談	広聴相談課	所得税、相続税、贈与税などの申告や納税に関する相談(10時～15時)
相談・案内	毎月第4金曜日	建築相談	広聴相談課	建築全般(新築・増改築・耐震・欠陥住宅など)に関する相談(10時～15時)
相談・案内	毎週火・金曜日 (事前に問合せを)	結婚相談	広聴相談課	結婚の意思を有する20歳以上の方を対象とした結婚相手の紹介や相談(9時～16時)
相談・案内	毎週金曜日	交通事故相談	広聴相談課	交通事故に伴う賠償責任、過失割合、示談の方法などの交通事故全般に関する相談(電話相談可・9時～16時)

【危機管理課(☎23-9823) 市役所第1庁舎4階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	11/1(日)	総合防災訓練	検討中	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため規模を縮小し、市内10地区の訓練会場で避難所開設・運営訓練を実施する予定です。
イベント	11/1(日)	津波避難訓練	検討中	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため規模を縮小し、総合防災訓練地区会場として避難所開設・運営訓練を実施する予定です。
イベント	1/23(土)	安心・安全なまちを目指して (防災とボランティア講演会、 防犯推進リーダー研修会)	市民会館小ホール	共助による地域の安心・安全を担う自主防災組織と自主防犯組織を対象とした講演会・研修会を、各々の現状や課題を認識することで気づきなどの相乗効果により自助・共助の促進を図るために合同で開催いたします。

【環境管理課(☎23-9867) 市役所第2庁舎5階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
自然・環境	7月23日(木・休)	親子で楽しむ昆虫教室	農業センター	子どもに身近な生き物である昆虫の観察を通じて、自然に対して興味をもってもらうきっかけをつくる
自然・環境	11月上旬	巨木めぐり	市津地区	巨樹・巨木を見学し自然に親しむことによって、環境保全の意識高揚を図る
自然・環境	12月	野鳥観察会	山倉ダム・文化の森予定	野鳥などを観察することによって、環境保全の意識高揚を図る
自然・環境	3月	いちはら自然教室	市津地区	自然保護活動の体験及び観察会を通じて、市民の自然保護への知識を深め、自然保護活動へのより主体的な参加・促進を図る

【不法投棄対策・残土指導課(☎23-9858) 市役所第2庁舎5階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	10月下旬以降	市内一斉清掃デー	市内全域	快適な生活環境の保持及び地域の美化等を推進するため、町会を中心とした一斉清掃を実施
イベント	1月～2月	市原市ボランティア清掃	JR3駅周辺	市内環境美化重点区域等のポイ捨てごみ清掃

【建築指導課(☎23-9091) 市役所第1庁舎3階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
資格・講習	随時	木造住宅の耐震対策のすすめ	市原市内	住まいを地震による被害から守るために耐震診断・耐震補強のアドバイスをする
相談・案内	毎月1～2回程	木造住宅無料耐震相談会	市庁舎会議室	H12年5月31日以前に建てられた(増築している場合は増築時)木造2階建て以下の住宅の簡易診断を行い、リフォーム等と併せたアドバイスをする。事前予約制
相談・案内	9/27(日)	木造住宅無料耐震相談会	姉崎公民館	H12年5月31日以前に建てられた(増築している場合は増築時)木造2階建て以下の住宅の簡易診断を行い、リフォーム等と併せたアドバイスをする。事前予約制
相談・案内	11/29(日)	木造住宅無料耐震相談会	加茂公民館	H12年5月31日以前に建てられた(増築している場合は増築時)木造2階建て以下の住宅の簡易診断を行い、リフォーム等と併せたアドバイスをする。事前予約制
相談・案内	令和3年1/31(日)	木造住宅無料耐震相談会	三和コミュニティセンター	H12年5月31日以前に建てられた(増築している場合は増築時)木造2階建て以下の住宅の簡易診断を行い、リフォーム等と併せたアドバイスをする。事前予約制
相談・案内	令和3年3/7(日)	木造住宅無料耐震相談会	辰巳公民館	H12年5月31日以前に建てられた(増築している場合は増築時)木造2階建て以下の住宅の簡易診断を行い、リフォーム等と併せたアドバイスをする。事前予約制

【いちはらくオードの森(☎96-1119) 柿木台1011】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
スポーツ・レク	11月末～1月中旬	イルミネーションの点灯	いちはらくオードの森	自然の地形を活かして飾り付けられた幻想的なイルミネーション

【都市計画課(☎23-9838) 市役所第1庁舎3階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	11月末～12月末	小湊鉄道イルミネーション列車	小湊鉄道列車及び駅舎(牛久以南)	小湊鉄道の列車と駅舎をイルミネーションで装飾する市原市の冬の風物詩イベント

【消防局、各消防署】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
資格・講習	随時	防火指導	各地区町会・事業所等	防火指導、初期消火訓練、避難訓練の指導及び消火器の取扱いなど	市内消防署 中央消防署 22-8110 五井消防署 20-0119 八幡消防署 42-0119 市津消防署 75-0602 姉崎消防署 61-0642 南総消防署 92-0119
資格・講習	随時	救急指導	事業所及び町会集会所など ※申込時に御相談ください。	応急手当に必要な知識及び技術の修得	市内消防署 中央消防署 22-8110 五井消防署 20-0119 八幡消防署 42-0119 市津消防署 75-0602 姉崎消防署 61-0642 南総消防署 92-0119
資格・講習	随時	救命入門コース	事業所及び町会集会所など ※申込時に御相談ください。	胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAEDの使い方を修得することを目標とした90分のコース	市内消防署 中央消防署 22-8110 五井消防署 20-0119 八幡消防署 42-0119 市津消防署 75-0602 姉崎消防署 61-0642 南総消防署 92-0119
資格・講習	隔週日曜日 随時	普通救命講習	市内消防署又は事業所及び町会集会所など ※申込時に御相談ください。	心肺蘇生法及び止血法等を修得することを目標とした180分のコース	市内消防署 警防救急課 22-8117 中央消防署 22-8110 五井消防署 20-0119 八幡消防署 42-0119 市津消防署 75-0602 姉崎消防署 61-0642 南総消防署 92-0119
資格・講習	9月上旬・12月上旬 令和3年3月上旬	上級救命講習	市原市消防局	応急手当全般を修得することを目標とした8時間(1日)のコース(心肺蘇生法、AED、止血法、搬送法等)	警防救急課 22-8117
イベント	令和3年1月17日	市原市消防出初式	市原市総合防災センター	消防功労者への表彰、消防訓練披露、起震車体験など	消防総務課 22-8116

【商工業振興課(☎23-9836、23-9870) 市役所第2庁舎4階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
フラワー・華道	2月頃	フラワーアレンジメント教室	YOUホール	フラワーアレンジメント教室	商工業振興課 23-9836
料理	9月頃	料理教室	YOUホール	料理教室	商工業振興課 23-9836
スポーツ・レク	9月～10月	ピラティス教室	YOUホール	ピラティスを基礎から学べるレッスン	商工業振興課 23-9836
スポーツ・レク	12月頃	ワンデーヨガ	YOUホール	ヨガ教室	商工業振興課 23-9836
その他講座	8月頃	就労支援(メイクアップ教室)	YOUホール	就活メイクアップ教室	商工業振興課 23-9836
資格・講習	7月～1月	勤労市民セミナー(簿記講習)	YOUホール	簿記検定試験2級及び3級程度までの講習	商工業振興課 23-9836
イベント	未定	五井大市	五井	350年を超える伝統をもち、冬の風物詩として定着しているイベント	商工業振興課 23-9870

【消費生活センター(☎21-0844)、相談専用(☎21-0999) 五井中央西1丁目1番地25 サンプラザ市原2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
その他講座	随時	出前講座	市内	消費者トラブルや悪質商法から身を守る方法など、暮らしに役立つ知識を提供するため、学習会・研修会に講師を派遣	消費生活センター 21-0844
その他講座	9月、11月、3月	消費生活講座	YOUホール他	身近な消費者問題から専門的な知識まで、さまざまな内容をテーマに知識や情報の習得を目的として開催	消費生活センター 21-0844
相談・案内	毎週月～金曜日 (年末年始・祝日・休日を除く)	消費生活相談	消費生活センター	消費者の方が事業者との間に生じたトラブルやその他消費生活全般に関する相談(電話相談可) 受付は9:00～12:00、13:00～15:30	消費生活センター 21-0999(相談専用)



【観光振興課(☎23-9755) 市役所第2庁舎4階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	通年	市原湖畔美術館企画展	市原湖畔美術館	美しい自然に囲まれた、高滝湖の湖畔にたたずむ美術館。現代アートを中心とした魅力ある企画展を年4回程度開催。また年間を通して、大人から子供まで楽しめるワークショップを開催している
イベント	10月下旬～11月上旬	千葉県菊花連合会菊花大会	上総国分尼寺跡特設会場	出品された菊花を表彰し、特設会場に展示する
イベント	11月上旬～中旬	(一社)全日本菊花連盟千葉支部菊花大会	上総国分尼寺跡特設会場	出品された菊花を表彰し、特設会場に展示する
イベント	12月上旬	高滝湖ワカサギ釣り大会	高滝湖	高滝湖で行われるワカサギ釣り大会

【農林業振興課(☎36-4187) 安須980番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	11月中旬	加茂産直まつり	JA市原市高滝支店	加茂地区の直売所が集まって加茂産の野菜や農産物加工品の即売を行う
イベント	11月上旬	あずの里いちはら感謝祭(予定)	あずの里いちはら	平成14年11月にオープンしたあずの里いちはらの開店記念祭。日ごろのご愛顧に感謝してあずの里に出品している生産者が農産物や物産品などの特別販売を行う
イベント	3月下旬	あずの里いちはら春祭り(予定)	あずの里いちはら	桜の咲き始める時期に、あずの里に出品している生産者が農産物や物産品などの特別販売を行う
その他講座	2月上旬	市民農園利用者募集	農業センター	市内6カ所の農園の利用者を募集します。利用期間や料金については問い合わせください
その他講座	3月上旬	市民菜園利用者募集	農業センター	農業センターに隣接する菜園の利用者を募集します。利用期間や料金については問い合わせください

【教育センター(☎41-2825) 八幡20番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
相談・案内	月～金曜日	面接教育相談	教育センター 市原市八幡20	面接時間：9時～16時(要予約) ・不登校、発達、就学など子育てに関する各種相談に応じます。 ・特別な教育的支援を必要とする児童生徒の発達、養育、教育上の悩み等に関する相談に応じます。
相談・案内	火～金曜日	出張面接相談	フレンド市原 鶴舞教室 市原市池和田 1316	面接時間：9時～15時(要予約) ・主に南総、加茂、三和地区で相談を必要とする家庭のために出張面接相談を行います。
相談・案内	火～金曜日	出張面接相談	フレンド市原 姉崎教室 市原市姉崎 764-8	面接時間：9時～15時(要予約) ・主に姉崎、有秋、三和地区で相談を必要とする家庭のために出張面接相談を行います。

【子ども福祉課(☎23-9802) 市役所第1庁舎1階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
相談・案内	火～金曜日	ひとり親・寡婦の相談	子ども福祉課	9時～16時
イベント	年4回 (春・夏・秋・冬)	一日子どもパーク	清水谷公園	自由な発想で冒険ができる遊び場を提供。ロープ橋、スラックライン、クラフト(水鉄砲)など。その他季節に合わせたイベント開催。 東いちばらエコミュージアム主催
イベント	毎月第3日曜日	プレーパーク	国分寺中央公園	自由な発想で冒険ができる遊び場を提供 10時～15時 ゆめパークいちばら主催
イベント	毎週木曜日	放課後子どもパーク	清水谷公園	工具や自然の素材を使ったおもちゃ作りや遊び 夏季(4月～10月頃)15時～18時 冬季(11月～3月頃)15時～17時 東いちばらエコミュージアム主催

【子ども家庭総合支援室(☎23-9746) 市役所第1庁舎1階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
相談・案内	月～金曜日	家庭児童相談	子ども家庭総合支援室	8時30分～17時15分

【保育課(☎23-9829) 市役所第1庁舎1階、各保育所・各認定こども園】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
相談・案内	月～金曜日	電話育児相談	市内保育所・市内認定こども園	9時～16時	各保育所(園)・認定こども園
家庭教育・子育て	月～土曜日	認定こども園等園庭開放	公立保育所・認定こども園	9時～12時	公立各保育所・認定こども園 保育課 23-9829

【保育課(☎23-9829) 市役所第1庁舎1階、各保育所・各認定こども園】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
家庭教育・子育て	月～土曜日	保育所(園)等園庭開放	市内私立保育園・認定こども園	利用できる時間帯は、曜日及び施設によって異なります。	ちはら台保育園 75-5400 杏保育園 26-2600 白塚保育園 63-6080 ちはら台東保育園 50-2182 つぼみの森保育園 37-2038 春保育園 20-2500 国分寺台明世保育園 41-6600 ちはら台南保育園 37-1100 風の子保育園 75-6700 桜保育園 26-7600 つぼみの森第二保育園 67-0019 森の幼稚舎 37-5115 ちはら台第二保育園 75-2239 ちぐさ蒼空こども園 20-1102 光の子幼稚園 74-6680

【保育課(☎23-9829) 市役所第1庁舎1階、各保育所・各認定こども園】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
家庭教育・子育て	月～土曜日	子育て支援センター室内開放	市内保育所(園)等内子育て支援センター	利用できる時間帯は、曜日及び施設によって異なります。	五井認定こども園 23-8751 辰巳保育所 75-6923 ちはら台保育園 75-5400 杏保育園 26-2600 白塚保育園 63-6080 ちはら台東保育園 50-2182 つぼみの森保育園 37-2038 春保育園 20-2500 国分寺台明世保育園 41-6600 ちはら台南保育園 37-1100 風の子保育園 75-6700 桜保育園 26-7600 つぼみの森第二保育園 67-0019 森の幼稚舎 37-5115 ちはら台第二保育園 75-2239 ちぐさ蒼空こども園 20-1102 光の子幼稚園 74-6680

【保育課(☎23-9829) 市役所第1庁舎1階、各保育所・各認定こども園】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
相談・案内	月～土曜日	子育て相談・育児講座	市内保育所(園)等内子育て支援センター	利用できる時間帯は、曜日及び施設によって異なります。	五井認定こども園 23-8751 辰巳保育所 75-6923 ちはら台保育園 75-5400 杏保育園 26-2600 白塚保育園 63-6080 ちはら台東保育園 50-2182 つぼみの森保育園 37-2038 春保育園 20-2500 国分寺台明世保育園 41-6600 ちはら台南保育園 37-1100 風の子保育園 75-6700 桜保育園 26-7600 つぼみの森第二保育園 67-0019 森の幼稚舎 37-5115 ちはら台第二保育園 75-2239 ちぐさ蒼空こども園 20-1102 光の子幼稚園 74-6680

【子育てネウボラセンター(☎23-1215) 更級5丁目1番地27保健センター内】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
健康	4月～3月	マタニティスマイル歯科健診	協力医療機関	妊婦を対象とした、むし歯と歯周病の健診及び相談。 (自己負担金:500円)
健康	4月～3月	2歳児親子のスマイル歯科健診	協力医療機関	2歳児の歯科健診とフッ化物歯面塗布。保護者のむし歯と歯周病の健診及び相談。 (自己負担金:親子で500円)
健康	8月～3月	離乳食教室(カミカミ期)	保健センター	離乳食の完了から幼児食への進め方、歯と口のことについて (10か月児を持つ保護者対象)
健康	10月～3月	あかちゃんからの食育講座	保健センター・アネッサ・辰巳公民館・ちはら台コミュニティセンター	離乳食のすすめ方、あかちゃんからの食育について(3～4か月児を持つ保護者対象)※対象月に個人通知します。
健康	9月、11月、2月	幼児食教室	保健センター	幼児の食生活に心配のある保護者を対象に、適切な食生活のあり方について学びます。(1歳8か月《健診終了者》～3歳未満の幼児と保護者対象)(お子さま1人1回のみ)

【各保健福祉センター児童館】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
相談・案内	火～日曜日	子育て支援事業・育児相談	市内全児童館	9時～17時(菊間保健福祉センター児童館及び姉崎保健福祉センター児童館は、6～9月は18時まで開館)	菊間保健福祉センター児童館 42-3424 姉崎保健福祉センター児童館 62-8601 三和保健福祉センター児童館 37-7100 南部保健福祉センター児童館 92-1481
家庭教育・子育て	令和2年4月～令和3年3月 毎週水・金曜日 (8月は除く)	ケロケロクラブ	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象 歌・手遊び・体操などを通し、親子の触れあいや情報交換をします	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	令和2年4月～令和3年3月 毎月第2・4(土) (11/14は除く)	おもちゃ広場	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象 おもちゃ遊びとおもちゃの貸出しを行います	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	令和2年4月～令和3年3月 毎月2回 火曜日に実施	おはなし会	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象 絵本の読み聞かせやペープサート、パネルシアターなどを楽しみます	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	令和2年4月～令和3年3月 木曜日に実施 (8月は除く)	ママとマシュマロ	菊間保健福祉センター (児童館)	5カ月～10カ月の子とママのふれあい遊びや子育ての情報交換をします	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	4/21、5/19、 6/2・16、7/7、 9/1・15、 10/6・20、 11/17、 12/1・15 (火)	英語であそぼ	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象 手遊びや歌などを楽しく遊びながら英語に親しみます	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	6/17(水) 10/1(木) 1/13(水) 2/17(水)	子どもの健康相談室	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象 子育てネウボラセンターより保健師や栄養士、歯科衛生士が来館し相談に応じます	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	8/5・12・19・26 (水)	おやこでゲー・チョコキ・パー	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子を対象 手遊び・シアターなどを実施します	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	9月	乳幼児の救命講習	菊間保健福祉センター (児童館)	乳幼児親子対象 消防署救急隊員から、小児救急法を学びます	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	令和2年4月～令和3年3月 毎月2回日曜日に実施	チャレンジ広場	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象。 季節の工作やゲームに挑戦します	[菊間保健福祉センター] 42-3424



【各保健福祉センター児童館】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
青少年向け	令和2年4月～ 令和3年3月 毎月第1(木)	みんなであそぼう	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象 フルーツバスケットや風船バレーなどの遊びを行います	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	令和2年4月～ 令和3年3月 毎月第2(木) (2/11除く)	あつまれキッズ	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象 トランプ・UNO・おはなし迷路などの遊びを行います	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	令和2年4月～ 令和3年3月 毎月第3(木)	子どもチャレンジピック	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象 記録に挑戦します(缶積み競争他)	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	4/4、5/16、 6/6、10/3 11/7、3/6 (土)	むかし遊び	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象 竹馬・こまなど昔からの伝承遊びを体験します	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	5/10、6/20 7/4、9/5・19、 10/17・24、 11/8・15	キッズボランティアクラブ	菊間保健福祉センター (児童館)	小学3年生～中学生対象 乳幼児に向けての遊び支援や介護施設でのふれあい交流・花壇の手入れ・センターまつり模擬店などを体験します	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	7/28、8/2・7・ 9・11・18	自習広場	菊間保健福祉センター (児童館)	小・中・高校生対象 夏休みの宿題や定期テストの勉強など学習のサポートをします	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	8/6(木)	夏休み工作教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学1～3年生対象。 身近な材料を使って工作をします。	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	10/9(金)	たのしい人形劇	菊間保健福祉センター (児童館)	小学生以下対象 出演:人形劇団「ポケット」 「おむすびころりん」の人形劇を鑑賞	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	10/11(日)	子ども科学実験教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学4～6年生対象。 身近な材料を使って実験をし、まとめます。	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	11/21(土)	子どもトールペイント教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学2年生～6年生対象。 トールペイントの技法で小物を作ります。	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	12/27(日)	子ども書き初め教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学4年生～6年生対象。 書き初めの練習をし、課題を仕上げます。	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	2/14(日)	子どもハンドメイド教室	菊間保健福祉センター (児童館)	小学生対象。 かわいい小物を作ります。	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	3/25(木)	たのシアター	菊間保健福祉センター (児童館)	小学生以下対象。 シアター・おもしろマジックなどを楽しみます。	[菊間保健福祉センター] 42-3424
青少年向け	3/28(日)	子ども映画会	菊間保健福祉センター (児童館)	中学生以下対象 楽しい映画を上映します	[菊間保健福祉センター] 42-3424
家庭教育・子育て	毎月第2・4水曜日	英語で遊ぼう	アネッサ (児童館)	就学前の幼児とお母さんを対象とし、手遊びなどを楽しく遊びながら英語に親しむ	アネッサ 62-8601

【各保健福祉センター児童館】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
家庭教育・子育て	毎月第3水曜日	ママといっしょ	アネッサ(児童館)	楽器の演奏に合わせて楽しく遊びながら音楽に親しむ	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	毎月第1水曜日	ふたごっちクラブ	アネッサ(児童館)	双子を対象とした簡単な手遊び、絵本の読み聞かせ。お母さん同士の交流を通し、育児についての情報交換や仲間作りの場	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	毎週火曜日	ポヨポヨクラブ	アネッサ(児童館)	就学前の幼児とお母さんを対象とし、手遊び、絵本の読み聞かせ、簡単な工作を行う	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	毎週木曜日	ひよこクラブ	アネッサ(児童館)	3ヶ月から1歳頃のお子さんとお母さんを対象とし、簡単な手遊び、絵本の読み聞かせ、親子のスキンシップを図る	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	毎週金曜日	のびのびクラブ	アネッサ(児童館)	就学前の幼児とお母さんを対象とし、簡単なからだ遊びを行う	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	毎週土・日曜日	各種イベント	アネッサ(児童館)	工作、折り紙、体育あそび、おはなし会、ゲーム大会等	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	8月	おもしろ実験教室	アネッサ(児童館)	科学の不思議にふれる	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	12月	親子料理教室	アネッサ(児童館)	料理 内容未定	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	未定	親子参加型講習会	アネッサ(児童館)	子育てを生き生きと楽しむママのための講座	アネッサ 62-8601
青少年向け	8月	アネッサキッズ卓球教室(世代間交流事業)	アネッサ(児童館)	高齢者指導による小学生への卓球教室	アネッサ 62-8601
青少年向け	8月	チャレンジ夏休みの課題	アネッサ(児童館)	ボランティア指導による小学生への学習支援	アネッサ 62-8601
青少年向け	8月、11月、3月	おもいっきり体育室	アネッサ(児童館)	ボランティアと一緒に体育室で身体を動かして楽しみ、交流を深める	アネッサ 62-8601
青少年向け	8月、10月、1月、3月	昔あそび	アネッサ(児童館)	ボランティアグループによる昔あそび(こま・けん玉・おて玉など)を通して世代間交流	アネッサ 62-8601
家庭教育・子育て	毎月第1、2、3、5日曜日	クラフト&プレイ	サンハート(児童館)	工作を中心とした遊びの提供	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎月第4日曜日	みんな遊ぼう	サンハート(児童館)	室内ゲームを中心とした遊びの提供	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎月第4月曜日	子育て支援事業	サンハート(児童館)	三和地区社会福祉協議会「さんわぼかぼか」と協力して、子育て中の親子が気軽に集まり、楽しむことの出来る「場」の提供	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎月第2・4土曜日	おもちゃ図書館	サンハート(児童館)	障がい児と未就学児が母親と一緒におもちゃで自由に遊べる広場	サンハート 37-7100

【各保健福祉センター児童館】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
家庭教育・子育て	毎週火曜日	さんさんくらぶ	サンハート(児童館)	就学前の子どもと保護者を対象に「パネルシアター」「エプロンシアター」「絵本等の読み聞かせ」「折り紙遊び」「体操」等を実施	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎週水曜日	よちよちくらぶ	サンハート(児童館)	生後11ヶ月から1歳半の子どもと保護者を対象とした「親子ふれあい遊び」等を実施	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎週木曜日	あかちゃんくらぶ	サンハート(児童館)	生後3ヶ月から10ヶ月の子どもと保護者を対象とした「親子ふれあい遊び」等を実施	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎週金曜日	きらきらくらぶ	サンハート(児童館)	就学前の子どもと保護者を対象に「パネルシアター」「エプロンシアター」「絵本等の読み聞かせ」「体操」「運動遊び」等を実施	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	夏休み期間中	グリーンガーデン	サンハート(児童館)	中高生を対象とした来館事業	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	夏休み期間中	児童館ボランティアクラブ	サンハート(児童館)	親子クラブに参加して紙芝居などを読んだり、一緒に遊んだりする	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	8/6(木)	工作教室	サンハート(児童館)	小学生～高校生	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	8/7(金)	布ぞうり教室	サンハート(児童館)	小学生～高校生	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	8/7(金)	絵手紙教室	サンハート(児童館)	小学生～高校生	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	9/11(金)	親子ベビーヨガ教室	サンハート(児童館)	生後11ヶ月～1歳半のお子さんとその保護者を対象としたヨガ教室	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	10/7(水)	知っててよかった！ママの救急法	サンハート(児童館)	乳幼児を持つ親を対象とした救急法を学ぶ	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	10/1・15(木)	ベビーマッサージ教室	サンハート(児童館)	生後3ヶ月から9ヶ月のお子さんとその保護者を対象とした教室	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	12/8(火)	人形劇	サンハート(児童館)	ボランティアによる人形劇の上演	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	未定	世代間交流事業①	サンハート(児童館)	未定	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	未定	世代間交流事業②	サンハート(児童館)	未定	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	未定	世代間交流事業③	サンハート(児童館)	未定	サンハート 37-7100
家庭教育・子育て	毎週水曜日	ちびっこクラブ「すてっぶ」	なのはな館(児童館)	就学前の子どもと保護者を対象とし、手あそびや簡単な工作などを実施する	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	毎週金曜日	あかちゃんクラブ「ほっぷ」	なのはな館(児童館)	生後3ヶ月位から1歳位の子どもと保護者を対象とし、親子のふれあいや情報交換を実施する	なのはな館 92-1481

【各保健福祉センター児童館】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント	問合せ先・電話
家庭教育・子育て	毎週土曜日	親子クラブ「じゃんぷ」	なのはな館(児童館)	就学前の子どもと保護者を対象とした「親子ふれあい遊び」やダンスや絵本の読み聞かせなどを実施する	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	日曜日(不定期)	わくわくひろば	なのはな館(児童館)	幼児から小学生を対象とした工作やおはなし会、ゲームなど	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	8月	なのはな実験教室	なのはな館(児童館)	科学遊び、工作	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	8月・9月	子どもボランティア育成支援事業	なのはな館(児童館)	小中高生ボランティアの育成と活動支援を行う	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	9月	救急法	なのはな館(児童館)	乳幼児を持つ保護者が、家庭内における突発事故に対応する為の、基礎知識を習得することを図る	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	9月・10月	なのはな探検隊	クオードの森、チバニアン他	自然に親しみ自然を大切に、情操を豊かにする心を育てる	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	未定	季節のイベント	なのはな館(児童館)	季節感のある工作やおはなし会など	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	未定	ベビーマッサージ	なのはな館(児童館)	生後3ヶ月位から1歳位の子どもと保護者を対象としたベビーマッサージを実施する	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	未定	世代間交流	なのはな館(児童館)	昔あそび(こま、竹馬など)を通して世代間の交流を図る	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	未定	親子体操	なのはな館(児童館)	ボールやフープなどを使い、親子で運動遊びを実施する	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	未定	なのはなシアター	なのはな館(児童館)	人形劇の上演や絵本の読み聞かせなどを実施する	なのはな館 92-1481
家庭教育・子育て	未定	料理教室	なのはな館(児童館)	親子で料理を作る。内容は未定	なのはな館 92-1481

【青少年指導センター(☎42-7001) 八幡海岸通1969番地44】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
相談・案内	月～金曜日	子ども・若者総合相談	青少年指導センター	自立に困難を抱える子ども・若者に関する相談(9時～16時)

【ふるさと文化課(☎23-9853) 市役所第2庁舎2階】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
歴史	3月頃	更級日記千年紀フォーラム	市民会館 大ホール	更級日記に関連するパネルディスカッション及び朗読
歴史	3月頃	更級日記千年紀講演会	市民会館 大ホール	市原ゆかりの更級日記や上総国府に関する講演会
趣味・教養	10月～3月頃	市原市収蔵作品展	市原湖畔美術館 多目的ホール	油彩画等の市収蔵作品の展示

【埋蔵文化財調査センター(☎41-9000) 能満1489番地】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
歴史	未定	いちはら郷土学習講座	未定	考古学・文献史学・民俗学など多角的な視点から郷土いちはらを学ぶことができる講座。

【市原市市民会館(☎22-7111) 惣社1丁目1番地1】

分類	期日	事業名	会場	案内・ポイント
イベント	2/27(土)	県民芸術劇場 親子で楽しむ室内管弦楽コ ンサート	市民会館 小ホール	3歳から鑑賞できるクラシックコンサート。 公演終了後には楽器演奏体験もできる体験・鑑賞型事業
イベント	2月頃	親子劇場	市民会館 大ホール	テレビでお馴染みの子供に人気の着ぐるみの公演を実施す ることで、情操教育の一助となる鑑賞型事業
イベント	3月頃	市民参加型事業	市民会館 大ホール	市民や団体と財団が協働して作り上げる熱気あふれるダンス ステージを披露する市民参加型事業
イベント	3/6(土)	親子deオペラ鑑賞デビュー	市民会館 小ホール	オペラの鑑賞方法を子供にもわかりやすく紹介し、市民にオ ペラの魅力を伝える鑑賞型事業
イベント	未定	お笑いライブ	市民会館 大ホール	幅広い年齢層に人気のある有名お笑い芸人の公演を提供す る鑑賞型公演
イベント	未定	ハッピーコンサート	市民会館 小ホール	音楽コンサートを実施することで、市民に音楽に触れる機会 を提供し、文化芸術の振興を目的とした鑑賞型事業
イベント	2月頃	いちはら名人寄席	市民会館 小ホール	日本の伝統話芸である落語を著名な落語家を招いて開催す る鑑賞型事業
音楽・ダン ス・踊り	11/1(日)	市民の日記念 「夢の架け橋コンサート」	市民会館 大ホール	市内学校吹奏楽部に音楽活動の成果を披露できる場を提供 し、音楽芸術活動の向上を目的とした参加・鑑賞型事業
音楽・ダン ス・踊り	12/3(木)	特連文化フェスティバル	市民会館 大ホール	市内小中学校特別支援学級及び千葉県立市原特別支援学 校の学生が、日頃の学習や文化的活動を発表する参加・鑑 賞型事業
その他講 座	12/13(日)	人権・男女共同参画フォー ラム	市民会館 小ホール	市原市人権・男女共同参画フォーラム実行委員会と協働して 著名な文化人を招いて行う文化講演
その他講 座	未定	講演・トークショー	市民会館 大ホール又は 小ホール	テレビでお馴染みの方による講演・トークショーを実施するこ とで、文化振興を目的とした鑑賞型事業