

# 公民館・コミュニティセンター 楽しい講座が 主催行事 盛りだくさん

申込開始は3月18日(月)午前8時30分

申込方法 電話か窓口で各公民館・コミュニティセンターに申し込む(☑印のある行事は当日直接会場へ)。

## 表の見方

行事=丸数字はシリーズの回数(例:④=全4回)  
 日時=シリーズが2回以上あるときは初回の日時のみ表示  
 対象=年齢・学年の表記がないときは20歳以上の人が対象  
 金額=1人分の目安の金額を総額で表示(材料費など)  
 ☑印=バス研修あり(金額は入場料など)

公民館	行事内容	日時	対象・人数	金額(円)	
姉崎(610124)	フットケア② 脚腰の不調の改善	4/5(金) 10:00~11:30	抽選15人	無料	
	姉崎まち歩き 歴史ガイド付	4/8(月) 9:00~12:00	先着30人	60	
	はつらつカレッジ⑩ 学びと仲間づくり ☑	4/11(木) 9:30~11:30	65歳以上 抽選40人	3,000	
	楽々ウォーク② ボールで歩く	4/15(月) 14:00~15:30	先着20人	400	
	子育てサロン ママカフェ ☑	4/19(金) 10:30~11:30	就学前の子と 保護者	無料	
	いきいき健康講座⑧ 健康寿命を延ばす ☑	4/25(木) 10:00~11:45	抽選50人	4,500	
	五井(221211)	吹矢入門③ 腹式呼吸で健康に	4/4(木) 10:00~11:30	先着20人	無料
		子育て広場ほっと ☑ 母親交流・育児相談	4/8(月) 10:00~11:30	入園前の子と 保護者	無料
		くらしの中の憲法② わかりやすく解説 ☑	4/9(火) 10:00~11:30	先着20人	300
		アロマストーン 石粉粘土でアロマ	4/12(金) 9:30~12:00	先着20人	1,000
春色の寄せ植え		4/16(火) 10:00~12:00	先着20人	1,500	
子育て1・2・3 鯉のぼり作ろう ☑		4/22(月) 10:00~11:30	入園前の子と 保護者	無料	
創年ふれあい塾⑩ 学んで交流		4/25(木) 10:00~11:30	60歳以上 先着90人	無料	
八幡(411984)		お話し広場 絵本の読み聞かせ ☑	3/16(土)、4/6(土) 10:00~10:40	小学生以下 (保護者同伴可)	無料
		写経入門④ 写経の仕方を知る	4/3(水) 9:30~11:30	先着15人	300
		初級ヨーガ③ 体と心を整える	4/8(月) 10:00~11:30	先着25人	無料
	お元気体操・春③ 軽運動で健康に	4/12(金) 9:30~11:30	60歳以上 先着30人	無料	
	エコプローチ 布で簡単に作る	4/21(日) 9:30~11:30	小学生以上 先着20人	無料	
	古事記を読む③ 歴史や神話を知る	4/30(火) 13:30~15:30	先着40人	無料	
	有秋(660121)	軽スポーツ春③ ウォーキングなど	3/31(日) 9:30~11:30	先着20人	無料
		有秋散歩④ 歴史散歩道巡り	4/6(土) 9:30~11:30	先着20人	無料
		ベビーマッサージI③ 親子の触れ合い	4/23(火) 10:00~11:30	3カ月~8カ月の 乳幼児と保護者 10組	1組 500
		雑学セミナー⑧ 生活に役立つ知識 ☑	4/26(金) 10:00~11:30	60歳以上 先着30人	4,000
フラワーアレンジ テーブルフラワー		4/27(土) 9:30~11:30	先着10人	2,000	
市津(74516)		里山ウォーキング② 五感を磨いて歩く	4/1(月) 10:00~11:30	先着20人	100
		市津倶楽部⑥ 南極から知る地球 ☑	4/3(水) 9:30~11:30	先着35人	540
	漢詩の世界② 漢詩の基本を学ぶ	4/5(金) 10:00~12:00	先着20人	無料	
	基本のヨガ(春)③ 自分と向き合う	4/10(水) 10:00~11:30	先着20人	無料	
	房総地理歴史講座③ ☑ 館山と里見氏を知る	4/12(金) 9:30~11:30	先着35人	820	
	ポッチャにトライ 新スポーツ体験	4/14(日) 9:30~11:30	先着18人	無料	
	リズム遊びと絵本 リトミックとお話 ☑	4/17(水) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者	無料	
	ベビーマッサージ リラクセスを共有	4/23(火) 10:00~11:30	乳児と保護者 先着10組	無料	

公民館	行事内容	日時	対象・人数	金額(円)	
加茂(80033)	ポールでウォーク② 桜の高滝湖を歩く	4/5(金) 14:00~15:30	先着20人	200	
	季節の和菓子・春 くず餅と3種の蜜	4/14(日) 9:30~12:30	先着16人	500	
	七宝焼② 七宝焼で作品作り	4/17(水) 9:30~12:30	先着10人	1,000	
	作りおき料理 手をかけて簡単に	4/21(日) 9:00~12:00	先着16人	700	
	おはなしだいすき④ 絵本の読み聞かせ ☑	4/23(火) 10:00~11:00	就学前の子と 保護者 先着20人	無料	
	陶芸教室④ 陶芸を楽しむ	4/25(木) 9:30~11:30	先着10人	2,700	
	加茂英大⑭ 学びと交流 ☑	4/27(土) 9:30~11:30	60歳以上 先着60人	4,000	
	南総(920039)	のびのびキッズ お楽しみ会閉講式 ☑	3/19(火) 10:00~11:30	入園前の子と 保護者	無料
		南総寺子屋⑩ 地域活性応援講座 ☑	4/1(月) 10:00~11:30	先着100人	無料
		ソフトテニス教室⑭ 基礎から試合形式	4/6(土) 9:30~11:30	小学3~6年 先着20人	1,200
そば打ち体験教室 江戸前そば		4/8(月) 9:30~13:30	先着6人	1,500	
世界史講座③ 大航海時代の遺欧		4/11(木) 9:30~11:30	先着50人	無料	
牛久商店街の魅力 プロに学ぶ和菓子		4/14(日) 9:30~12:00	先着16人	1,000	
チョーク・アート ウェルカムボード		4/15(月) 9:30~11:30	先着12人	1,000	
春の薬膳料理 主食+甘味全4品		4/17(水) 10:00~13:30	先着16人	1,200	
辰巳(748521)		エコと暮らし 食品ロスを考える	4/6(土) 13:00~15:00	先着30人	無料
		るんるん・はいはい 楽しい人形劇 ☑	4/9(火) 10:30~12:00	乳幼児と保護者	無料
	大人の学び舎⑧ 生きがいつくり ☑	4/17(水) 9:30~11:30	65歳以上 先着40人	1,500	
	お話大好き お話と人形劇 ☑	4/20(土) 11:00~12:00	小学生以下 (保護者同伴可)	無料	
	チャレンジャーズ⑪ さまざまな体験活動	4/27(土) 9:30~11:30	小学4年~中 学生 先着15人	3,000	
	シルバー歌謡教室 春 懐かしい歌を歌う	5/7(火) 9:30~12:00	先着40人	無料	
	国分寺(241600)	ベビーバンビ 楽しい読み聞かせ ☑	3/20(水) 10:00~11:30	4カ月~1歳6 カ月の子と保護者 先着15組	無料
		ぐりとぐらお話し会 春のおはなし ☑	4/20(土) 10:30~11:30	入園前の子と 保護者 先着10組	無料
		歌って元気に・春 楽しくうたおう	4/22(月) 9:30~11:30	65歳以上 先着50人	50
		子育てバンビ⑬ 親子で幸せ時間	4/24(水) 10:00~11:30	6カ月~入園前 の子と保護者 先着15組	1,000

公民館	行事内容	日時	対象・人数	金額(円)	
ちはら台(502312)	目から耳から 本の世界への誘い ☑	3/22(金) 10:00~11:30	先着30人	無料	
	スマイルキッズ 人形劇とコント ☑	3/28(木) 10:30~11:30	就学前の子と 保護者 先着40組	無料	
	親子でチャレンジ 親子クッキング	4/3(水) 10:00~13:00	小学生以上の 子と保護者 先着16人	500	
	すくすく赤ちゃん ベビーリトミック	4/12(金) 10:30~11:30	3カ月~1歳6カ 月の子と保護者 抽選14組 締切日3/24(日)	無料	
	ちはら台歴史講座 公開講座 ☑	4/13(土) 14:00~16:00	先着80人	無料	
	うたおう会 カラオケ	4/22(月) 13:00~15:00	先着20人	無料	
	スマイルキッズ 3B体操	4/23(火) 10:00~11:30	入園前の子と 保護者 先着20組	1組 100	
	ちはらあらかると スクラップブック	4/25(木) 10:00~12:00	先着18人	1,100	
	三和(364922)	ミコミ映画会 バリのアメリカ人 ☑	3/26(火) 10:00~12:00	30人	無料
		パソコン教室⑤ 写真取り込み・整理	4/10(水) 10:00~12:00	抽選15人 締切日3/25(月)	300
南房総ハイキング ☑ 愛宕山・いちご狩り		4/11(木) 8:30~16:30	抽選20人 締切日3/25(月)	1,200	
さんわでウォーキング② ボール利用・ゴルフ場		4/19(金) 13:30~16:00	抽選20人 締切日3/25(月)	200	

公民館	行事内容	日時	対象・人数	金額(円)	
戸田(95622)	紅花染め教室④ 種まきから染めまで	4/2(火) 9:30~11:30	抽選8人 締切日3/24(日)	2,800	
	とんぼ玉作り教室 アクセサリー作り	4/11(木) 9:30~12:00	抽選8人 締切日3/24(日)	1,000	
	塩糰子作り教室 発酵について学ぶ	4/18(木) 13:30~15:00	抽選16人 締切日3/24(日)	1,000	
	野草観察 泉自然公園にて ☑	4/22(月) 9:00~16:00	抽選20人 締切日3/24(日)	100	
	ソーセージ作り教室	4/24(水) 10:00~12:00	抽選12人 締切日3/24(日)	1,500	
	みんなで歌おう カラオケと一緒に ☑	4/28(日) 13:30~15:30	先着40人	無料	
	千種(261515)	親子で3B体操	4/4(木) 10:00~11:00	1~3歳の子と 保護者先着20 組	無料
		初級パソコン教室④ ウィンドウズ基礎	4/5(金) 13:00~15:00	抽選10人 締切日3/25(月)	300
		なつメロを歌う	4/13(土) 14:00~16:00	60歳以上 抽選30人 締切日3/25(月)	無料
		初心者ヨガ体験 本場インドヨガ	4/19(金) 18:30~20:00	抽選10人 締切日3/25(月)	無料
千種歌声サロン		4/25(木) 14:00~16:00	60歳以上 抽選30人 締切日3/25(月)	無料	
千種春のコンサート 吹奏楽演奏会		4/29(祝) 10:30~11:00	先着80人	無料	
菊間(保健福祉センター)(423424)		ケロケロクラブ 歌・手遊び・体操 ☑	3/15(金) 10:30~11:00	就学前の子と 保護者	無料
		チャレンジ広場 春の窓飾り ☑	3/17(日) 4/7(日) 10:30~11:00	中学生以下(就 学前の子は保 護者同伴)	無料
		おもちゃ広場 遊びと貸し出し ☑	3/23(土) 4/13(土) 10:00~11:30	就学前の子と 保護者	無料
		おはなし会 読み聞かせなど ☑	3/26(火) 4/9(火) 10:30~11:00	就学前の子と 保護者	無料
	子ども映画会 映画「ドラえもん」 ☑	3/27(水) 10:00~11:40	中学生以下(就 学前の子は保 護者同伴)	無料	
	たのシアター ヘンゼルとグレーテル ☑	3/29(金) 10:30~11:00	小学生以下 (就学前の子 は保護者同伴)	無料	
	たのしい人形劇 おむすびころりん ☑	4/2(火) 10:30~11:15	小学生以下 (就学前の子 は保護者同伴)	無料	
	春ウォーキング おゆみ野遊歩道10km	4/4(木) 9:30~14:30	60歳以上 抽選45人 締切日3/25(月)	100	
	みんなであそぼう フルーツバスケット ☑	4/4(木) 15:30~16:00	中学生以下(就 学前の子は保 護者同伴)	無料	
	むかし遊び 竹馬・けん玉など ☑	4/6(土) 13:00~15:00	中学生以下 (就学前の子 は保護者同伴)	無料	
八幡(411984)	ゆうゆう健康塾⑥ 太極拳で健康生活	4/9(火) 10:00~11:30	抽選15人 締切日3/25(月)	300	
	あつまれキッズ トランプで遊ぼう ☑	4/11(木) 15:30~16:00	中学生以下(就 学前の子は保 護者同伴)	無料	
	パッチワーク教室⑭ バッグなどを作る	4/12(金) 13:00~15:00	身体障害者手 帳所持者 抽選10人 締切日3/25(月)	無料	
	布ぞうり教室② 古布を使って編む	4/13(土) 9:30~12:00	抽選10人 締切日3/25(月)	200	
	たけのご掘り 収穫体験	4/14(日) 9:30~11:00	小学生(1年生 は保護者同伴) 抽選10人 締切日3/25(月)	100	

公民館・コミュニティセンター休館のお知らせ  
 公民館 八幡=3/25(月)、国分寺=3/30(土)  
 コミュニティセンター ちはら台=3/21(祝)

## 市民活動入門講座

日時 3月20日(水)午後2時~5時  
 会場 サンプラザ市原  
 内容 市民活動を始める際の心構え  
 や団体を設立する際の留意点などを学ぶ。  
 人数・費用 先着60人・無料  
 申込方法 電話をするか、任意の用紙に住  
 所、氏名、電話番号を書き、3月19日(火)ま  
 でにファクスかeメールで申し込む。  
 申込・問合せ先 NPO・ボランティア支援室  
 ☎(23)9998、FAX(23)0681、  
 ☒ npoboranteia@city.ichihara.lg.jp