

市川市 ミーティアムガイド 公民館講座情報紙

2025
No.47
春・夏号

2025 春・夏の講座が始まります。 公民館で楽しく学びませんか？参加申込受付中！

公民館とは 学びの場、交流の場として地域に開かれた社会教育施設（市内15館）。

主催講座とは 教養深まるテーマや暮らしに役立つ知識など、子どもから大人まで参加できる公民館の講座。年2回（春と秋）開催。

幸公民館

〒272-0123 市川市幸1-16-18
Tel 047-398-0481 Fax 047-398-0482

1	暮らしに役立つ東洋医学と運動 定員16人 5/16・23・30 13:30~14:45 (全3回 金曜日) 東洋医学のお話と有酸素運動、筋トレ、ストレッチ等の運動 鍼灸師・スポーツプログラマー 鈴木美早子
2	陶芸でつくるミニまねき猫 定員10人 費1000円 5/17 10:00~12:00 (全1回 土曜日) 土をこねて陶器のまねき猫を作ろう！（作品のお渡しは約2ヶ月後） 陶芸作家 波
3	男の料理 学ぼう！イタリアの家庭料理 定員12人 対男性 費3000円 6/1・8 10:00~12:00 (全2回 日曜日) プロから学ぶパスタ&煮込み料理 イタリアンシェフ 林伸行
4	四季の歌をうたおう 定員20人 費100円 6/7・14 10:00~11:30 (全2回 土曜日) 春夏秋冬の童謡・唱歌をうたって日本の四季を感じ、心身ともに健康になろう 声楽家 吉野真紀子
5	カラフルな布ぞうりを作ってみよう 定員10人 費3000円 6/21・28・7/5 13:00~15:00 (全3回 土曜日) 可愛いミニ布ぞうりのストラップとカラフルな布ぞうりを作ります 布ぞうり講師 山本直子

南行徳公民館

〒272-0143 市川市相之川1-3-7
Tel 047-356-7371 Fax 047-356-7372

1	リフレッシュセルフケア 定員10人 5/12・19 10:00~12:00 (全2回 月曜日) 自分の体を知り、呼吸法や手入れ方法で体をリセット 天城流湯治師 大森ちさと
2	コツコツ始めよう！元気な骨づくり 定員20人 5/23 10:00~12:00 (全1回 金曜日) 骨密度を測定し、元気な骨を作る為のノウハウを学ぶ 健康支援課 保健師・管理栄養士
3	和太鼓を体験してみませんか 定員10人 費200円 6/1・8 14:00~15:30 (全2回 日曜日) 子どもから大人まで、一緒に和太鼓を体験して、楽しさを共有しましょう 隆盛太鼓 代表 荒川有紀
4	ぼかぼかカードマージャン 定員18人 6/4・11・18 13:30~15:30 (全3回 水曜日) カードゲームでマージャンの基本を習得し、同時に脳トレ脳活体験もできます マージャンレクリエーション講師・シナプソロジーインストラクター 安井智子
5	楽しいストレッチ&リズム体操 定員20人 対女性 6/9・23 10:00~11:30 (全2回 月曜日) 懐かしい音楽に合わせて楽しく身体を動かして、日頃の運動不足を解消しましょう リズム体操インストラクター 森岡玲

大野公民館

〒272-0804 市川市南大野2-3-19
Tel 047-339-3400 Fax 047-339-4871

1	ウクライナをもっと身近に感じませんか 定員16人 費1,500円 5/7(料理) 10:00~14:00, 5/14(ダンス) 10:00~12:00 (全2回 水曜日) ウクライナの家庭料理を学び、民族音楽に合わせた講師オリジナルのダンスを体験してみよう 講師 コロミエッツ ナタリヤ 山中ピクトリヤ
2	やさしいヨガ&アロマで自分リセット！ 定員12人 費1,500円 5/15・22・29 10:00~11:30 (全3回 木曜日) 心地よい香りの中で呼吸を整え、椅子も使いながら全身を動かしてみよう アロマは自分好みの香りを調香しボトルでお持ち帰り 講師 Kazu
3	オリジナル印を作ろう、篆刻に初挑戦！ 定員10人 費1,500円 5/25, 6/1・6/8 10:00~12:00 (全3回 日曜日) 篆書体について学び、世界に1つだけの自分の印を自分の手で作る 講師 福田孝至
4	今こそ知って防災の知識 定員25人 5/30 10:00~12:00 (全1回 金曜日) いざという時に役立つ防災のポイントを学ぶ 地域防災課
5	楽しいフルーツカッティング 定員12人 費3,000円 6/7, 7/5 13:00~15:00 (全2回 土曜日) フルーツを食べやすく華やかにカットする技法を学ぼう 野菜ソムリエプロ 加藤真理

市川駅南公民館

〒272-0032 市川市大洲4-18-3
Tel 047-370-3564 Fax 047-370-3566

1	PPバンドでお出掛けバックを作ろう 定員12人 対女性 費1,000円 5/13・20・27 10:00~12:00 (全3回 火曜日) 軽くて水に濡れても安心なバック作りにチャレンジ 創作布ぞうりクラブ会長 塚原恵美子
2	マージャンカードゲームで脳活！ 定員18人 5/13・20・27 13:30~15:30 (全3回 火曜日) 家族でも楽しめるカードゲームを始めてみませんか？ 健康マージャン講師 安井智子
3	はじめてのフラダンス 定員20人 対女性 5/16・23・30 10:00~11:30 (全3回 金曜日) 基本ステップを学び最終日には1曲フルで踊りましょう フラダンス講師 市川美由紀
4	多肉植物の寄せ植えを楽しもう 定員16人 費2,500円 5/22 10:00~12:00 (全1回 木曜日) 育て方や寄せ植えのポイントを学ぶ 市川市花と緑のまちづくり財団
5	写真(デジカメ)好きの人集まれー！ 定員12人 費500円(保険代含む) 5/29, 6/5(館外)・12 10:00~12:00 (全3回 木曜日) 満足いく写真を目指しプロのカメラマンに学ぶ。2回目は館外にて撮影実習。 フォトグラファー 片山麻衣子
6	知れば安心！お金に関する基礎知識 定員20人 6/2・9 10:00~11:30 (全2回 月曜日) 豊かな老後のためのマネープランの立て方や新NISAの最新活用方法を解説します ファイナンシャルプランナー 館朋博
7	ピラティスで疲れ知らずの身体づくりを 定員15人 6/6・13・20 10:00~11:30 (全3回 金曜日) ピラティスで身体機能を改善しましょう 健康運動指導士 井積宏子
8	心安らぐ「苔玉」を作ろう 定員16人 費1,500円 6/27 10:00~11:30 (全1回 金曜日) 和のインテリアグリーン「苔玉」を作る 市川市花と緑のまちづくり財団

東部公民館

〒272-0816 市川市本北方3-19-16
Tel 047-337-8886 Fax 047-337-8887

1	ガラスアートで小物入れを作ろう！ 定員10人 費1,000円 5/16 10:00~12:30 (全1回 金曜日) スタンドグラス風の新しいクラフト「ガラスアート」で小物入れに花の模様を飾る ガラスアート認定インストラクター 関美江
2	ぷちデビュー！初めてのお箏入門 定員10人 対お箏初心者 費2,000円 5/17・24・31 13:00~14:30 (全3回 土曜日) 初めてのお箏でさくら、さくらに挑戦 箏曲 山田流 三橋乙勢
3	やる気、元気、健康マージャン！ 定員16人 対女性の初心者 費2,000円 5/20・27, 6/3 10:00~12:30 (全3回 火曜日) 指先を使い脳の活性化を図り、楽しく健康寿命を延ばそう マージャン講師 高橋邦雄
4	ヨガで心と身体をリラックス 定員16人 5/23・30, 6/6 13:30~15:00 (全3回 金曜日) 体をほぐしながら、心と身体の健康を整えよう ヨガインストラクター 内山雄治
5	おしゃれな寄せ植えづくり 定員20人 費3,000円 6/19 10:00~11:30 (全1回 木曜日) 季節の草花でイメージを膨らませ寄せ植えを作ろう GA千葉花緑の会
6	苔のミニテラリウム 定員10人 費1,200円 6/28 10:00~11:30 (全1回 土曜日) 小さな器に、あなただけの苔庭を作って育ててみませんか？ 凉水庵 鈴木敏之
7	みんなで民話を楽しもう 定員20人 対一般複数可(小学生は親子) 7/12・19 13:00~15:00 (全2回 土曜日) 語り継がれてきた市川の民話や伝説を聴いてむかし話を楽しみましょう 市川民話の会

市公式Webサイトより講座(公民館を会場として開催するもの)の申し込みができるようになりました。詳しくは市公式Webサイトをご覧ください。

市川市公民館主催講座

検索

市川市公式ウェブサイト

<https://www.city.ichikawa.lg.jp/edu12/0000392074.html>



申込締切日：往復はがき 3月19日(水)消印有効 WEB申込 3月21日(金)24時まで

若宮公民館

〒272-0812 市川市若宮2-15-8
Tel 047-336-7958 Fax 047-334-3053

Table with 7 rows of course information for Wakamiya Community Center, including topics like '防犯と自転車生活' and 'わたくし流・すっきり暮らす整理術'.

行徳公民館

〒272-0121 市川市末広1-1-31
Tel 047-356-0763 Fax 047-359-2060

Table with 9 rows of course information for Yandei Community Center, including topics like '新緑の鎌倉アルプスへ 天園ハイキング' and '中学英語で十分です!'.

曾谷公民館

〒272-0832 市川市曾谷6-25-5
Tel 047-372-2871 Fax 047-372-2872

Table with 7 rows of course information for Sogaya Community Center, including topics like '季節の和菓子を楽しむ手作り' and '転ばぬ先の健康体操'.

柏井公民館

〒272-0802 市川市柏井町2-844
Tel 047-338-2988 Fax 047-339-3513

Table with 6 rows of course information for Kashiwa Community Center, including topics like '身体を動かし ウォーキングで健康生活' and '手軽に脳活 新聞もぎりアートのすすめ'.

少年自然の家

〒272-0801 市川市大町280番地の4
Tel 047-337-0533 FAX 047-337-0534

市川市少年自然の家では、少年(義務教育諸学校の児童及び生徒をいう。以下同じ。)を自然に親しませ、自然の中での集団宿泊生活を通じてその情操や社会性を豊かにするとともに、心身を鍛練し、もって健全な少年の育成を図るため、年間を通じて少年を主たる構成員とする団体の受入を行っています。

市川市少年自然の家主催事業

Table with 7 rows of youth nature center activities, including 'チャレンジャースクール' and 'ザ・チャレンジ 自由研究'.

※主催事業実施当日のプラネタリウム、一般撮影は中止となります。

申込締切日：往復はがき 3月19日(水)消印有効 WEB申込 3月21日(金)24時まで

保険：館外学習・スポーツ等の保険料です。
※教材等の準備のため、費用を事前に納入していただく講座もあります。

本行徳公民館

〒272-0103 市川市本行徳12-8
Tel 047-359-1351 Fax 047-359-1354

市川公民館

〒272-0034 市川市市川2-33-2
Tel 047-321-1171 Fax 047-321-1172

Table with 7 rows of course information for Honkoku Citizens Center, including topics like 'Self-care for women', 'Tai Chi for strength', and 'Edo Drifters'.

Table with 6 rows of course information for Ichikawa Citizens Center, including topics like 'Korean language', 'Back and spine exercises', and 'Mitsumasa pens'.

西部公民館

〒272-0835 市川市中国分2-13-8
Tel 047-373-8175 Fax 047-375-6544

信篤公民館

〒272-0013 市川市高谷1-8-1
Tel 047-327-6807 Fax 047-327-0047

Table with 5 rows of course information for Seibu Citizens Center, including topics like 'Summer garden maintenance', 'Yoga and Qi Gong', and 'Personal color'.

Table with 6 rows of course information for Nobu Citizens Center, including topics like 'Women's salon', 'Yoga for summer', and 'Future financial planning'.

菅野公民館

〒272-0824 市川市菅野3-24-2
Tel 047-322-7761 Fax 047-322-7812

鬼高公民館

〒272-0015 市川市鬼高2-12-23
Tel 047-334-2612 Fax 047-336-6799

Table with 6 rows of course information for Sugano Citizens Center, including topics like 'Body exercises', 'Brain activation', and 'Mini-terarium'.

Table with 6 rows of course information for Onitaka Citizens Center, including topics like 'World Cultural Heritage', 'Cross-stitch', and 'Local history'.

公民館オンライン講座(YouTube配信)も受講者“随時”募集中

公民館オンライン講座を配信しています。動画公開の期間内であれば「いつでも」「どこでも」「なんどでも」見ることができます。受講には事前の登録が必要です。一度登録すれば、公開中の動画を全て見ることができます。右記2次元コードよりぜひご覧ください。

対象者：市内在住・在勤・在学
費用：無料（通信費は受講者負担）
配信方法：市公式YouTubeチャンネルでの動画配信（限定公開）
登録方法：市公式Webサイトから申込み

◆注意◆ 公民館主催講座のWeb申込とは異なる申込フォームになりますので、ご注意ください。動画視聴に伴う通信費は受講者負担です。Wi-Fi環境下での視聴を推奨します。

Search box for online courses with URL: https://www.city.ichikawa.lg.jp/edu/12/1111000005.html and a QR code.

申込締切日：往復はがき 3月19日(水)消印有効 WEB申込 3月21日(金)24時まで

子ども(小学生以下)または子どもと保護者を対象とした講座

講座を受講できる対象者をあわせています。

教材費・材料費等の費用(総額)です。