

市川市

ミーティアムガイド

2025
No.48
秋・冬号

公民館講座情報紙

2025 秋・冬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）。

公民館講座とは

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。

菅野公民館		〒272-0824 市川市菅野3-24-2 Tel 047-322-7761 Fax 047-322-7812
1	みんなで一緒に楽しもう、カード麻雀	定員12人 11/4・11・18 13:30～15:30（全3回 火曜日） カード麻雀の基礎基本を学び、脳の活性化を図る 健康麻雀講師 安井智子
2	足裏健康法で体調改善、免疫力もアップ！	定員12人 対女性 11/6・13 10:00～11:30（全2回 木曜日） 足裏のツボを刺激して自身の健康力を引き出しましょう 足裏セラピスト 藤原さき
3 全日	生演奏で贈る～感動のオペラ入門！	定員40人 11/15 13:30～15:30（全1回 土曜日） プロの歌声と生演奏でオペラの魅力を体験する入門講座 フィオーレ・オペラ協会 西 正子
4 全日	誰でも気軽にできるヨガ	定員15人 対女性 11/30,12/7・14 10:00～12:00（全3回 日曜日） 今こそヨガ・デビューのチャンス！初めての方のための講座 インストラクター 栗原康子
5 全日	小学生書き初め教室（3～4年生）	定員10人 対小学3～4年生 12/26 10:00～11:30（全1回 金曜日） 高校生書道部員と共に毛筆習字を学び、課題作品を仕上げる 国府台女子学院高等部書道部
6 全日	小学生書き初め教室（5～6年生）	定員10人 対小学5～6年生 12/26 13:30～15:00（全1回 金曜日） 高校生書道部員と共に毛筆習字を学び、課題作品を仕上げる 国府台女子学院高等部書道部
7 全日	一雅印をろう一篆刻実践講座	定員10人 費3,000円 1/18(日)・24(土)・31(土) 13:00～16:00（全3回） 篆書の見方、印稿作りから、印材や印泥にも拘り、初級ながらも本格的に学ぶ講座 篆刻家 毎日書道会会員 加藤子直

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	簡単マジック習得講座	定員10人 費3,000円 11/7・14 13:00～15:00（全2回 金曜日） マジックを楽しみながらテクニックを習得しましょう ミスターグッドラック 長谷川陽一郎
2	備えて安心！防災対策	定員12人 11/10 10:00～12:00（全1回 月曜日） その時、何が必要？家庭の防災対策を学びましょう 市川市元危機管理監 水野雅雄
3 全日	親子パン作り教室	定員8組（16人） 対小学校3年生から6年生と保護者 費1,200円/組 保険100円/組 11/16 9:30～13:30（全1回 日曜日） 親子で美味しいパンを一緒に作ってみませんか 特定非営利活動法人ヤングドアシスト
4	リラックスセルフケア	定員10人 対女性 11/18・25 13:30～15:30（全2回 火曜日） やさしい呼吸法とコリや滞りをほぐす方法で心身スッキリ 天城流湯治師 大森ちさと
5	健康のツボ！もっと知りたい睡眠と血管	定員15人 11/21・28 10:00～11:30（全2回 金曜日） 身近なところから健康について見直してみませんか 明治安田生命保険相互会社

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

1	ヨガで免疫力アップ	定員15人 対女性 11/5・19,12/3 10:00～12:00（全3回 水曜日） ヨガの呼吸法を学び、心と体のバランスを取り戻して、免疫力をアップしよう 沖ヨガ式講師 萩野恵美子
2	筆ペンで学ぶ美文字レッスン	定員10人 費1,500円 11/13・27,12/11 10:00～11:30（全3回 木曜日） 筆ペンで書く美しい文字を学び、心を伝えよう 書道家 黒澤姫扇
3	プリザーブドフラワーでしめ縄飾り	定員20人 費3,000円 11/18 13:30～15:30（全1回 火曜日） プリザーブドフラワーの和モダンなお正月飾りで新年を迎えよう フラワーデザイナー 石田元美
4	スマホを使った不正請求や災害への対策	定員20人 12/9・15 10:00～12:00（全2回 火曜日・月曜日） スマホを使った不正請求や災害伝言板を学ぼう 市川市消費生活センター相談員、KDDIスマホ・ケータイ安全教室認定講師
5 全日	マンダリンの音色をあなたの心に届けたい	定員40人 1/18 14:00～15:30（全1回 日曜日）会場 メディアパーク市川2階ベルホール マンダリンアンサンブルコンサート 明大付属高校マンダリン部OB
6	江戸～昭和へ変遷する国府台地域	定員30人 1/23 13:30～15:30（全1回 金曜日） 国府台地域の絵図や古文書、古写真などから里見公園の歴史を中心に学ぼう 市川歴史博物館学芸員 小野英夫

市川公民館		〒272-0034 市川市市川2-33-2 Tel 047-321-1171 Fax 047-321-1172
1	認知症予防とエンディングプラン	定員20人 11/12・19 13:30～15:00（全2回 水曜日） 認知を知り、介護を受け入れながらエンディングプランを考える 明治安田生命保険相互会社
2	身体の中から元気に いきいき血管講座	定員20人 11/14 13:00～14:00（全1回 金曜日） 血管を元気にきれいに保つ生活をはじめましょう 明治安田生命保険相互会社
3	江戸の蘭学者	定員24人 11/18・25,12/2 10:00～12:00（全3回 火曜日） 学問や文化に影響を与えた江戸の蘭学者を知ろう 江戸文化歴史検定1級 日向秀世
4 全日	デコレーションフレームを作ってみよう	定員10人 費500円 11/29 10:00～13:00（全1回 土曜日） スクラップブッキングを応用してクリスマスバージョンのデコフレームを作ろう スクラップブッキング講師 本橋真衣
5	気楽に歌おう！初めてのゴスペル	定員30人 12/9・16・23 10:00～11:30（全3回 火曜日） 楽譜が読めなくても大丈夫、リズムに乗って楽しく歌いましょう ゴスペルシンガー 倉橋宇多子・ピアニスト 宗田光悦
6	新年の幸せを呼ぶ！～ミニ門松づくり	定員10人 費2,000円 12/19 10:00～12:00（全1回 金曜日） 自分だけのオリジナルミニ門松でお正月を迎えよう！ 市川市花と緑のまちづくり財団
7	色の名前と色彩文化	定員14人 費1,500円（カラーカード代他） 1/23・30,2/6・13 10:00～12:00（全4回 金曜日） 日本の伝統色や世界の色にまつわるいろいろな話を楽しく学びましょう 色彩講師 園田好江
8	手作り味噌で健康な食生活をおくろう	定員30人 費3,500円 1/29 13:00～16:00（全1回 木曜日）持帰り重量約4kg 持ち物：約6㍑丸型容器 味噌の作り方を学び、趣味のスタートにしよう 手作り味噌の会 桜井栄子

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

1 全日	体調を整えるストレッチ体操	定員15人 対女性 11/15・22・29 13:00～14:30（全3回 土曜日） 肩こり、腰痛、ひざ痛など日々の体調不良解消を目指す 健康運動指導士 多胡恵美
2	楽しく健康に フォークダンス講座	定員15人 対女性 11/21・28 13:30～15:00（全2回 金曜日） 心と体を健康に！世界の素敵な音楽にあわせて、みんなで楽しくダンスしましょう フォークダンス講師 杉本澄子
3	紙の再利用で便利な鍋敷き作り	定員16人 11/27 13:30～15:30（全1回 木曜日） 使用済みのハガキや厚紙のチラシ等で鍋敷きを作ろう 環境カウンセラー 岩崎涼子
4	からだぽかぽか 足裏と手のセルフケア	定員12人 12/2・9・16 13:30～15:00（全3回 火曜日） 足裏と手のひらの揉み方を学んで冷えや不調を改善しよう リフレセラピスト 藤原さき
5	年忘れ そや寄席	定員80人 12/17 13:30～16:00（全1回 水曜日） 落語4席と腹話術を披露します。葉書1枚で2名まで応募可能 久寿里 菊之助他
6	千葉ジェッツ シニアダンス教室	定員18人 対60歳以上 1/13 10:00～11:30（全1回 火曜日） 「千葉ジェッツの歌」に合わせて楽しい健康ダンスエクササイズ 千葉ジェッツ フライタクルーチアリーダーズ STAR JETS
7	大人の塗り絵で楽しく脳トレ	定員16人 費500円 1/15・22 13:30～15:30（全2回 木曜日） 色鉛筆で塗り方の基本を学び、塗り絵を楽しもう 色鉛筆イラストレーター 釘本緑
8	貝塚だけじゃない古代の曾谷	定員20人 2/20 13:30～15:30（全1回 金曜日） 飛鳥時代から平安時代の曾谷の状況を下総国府との関わりから学ぶ 市川市考古博物館 学芸員 山路直充
9 全日	聴いて歌って踊って昭和の歌	定員40人 3/7 13:30～15:00（全1回 土曜日） 昭和の名曲の数々を講師の伴奏で歌いピンクレディーを踊りたい方は一緒にどうぞ 葉書1枚で2名応募可 シンガーソングライター 井上ともやす saso・リーザ

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10月15日(水)消印有効 WE B申込10月17日(金)24時まで

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	ショパンの面白さを聴く	定員30人
	11/11 13:30～15:00 (全1回 火曜日) ピアノ音楽に特化した稀有の作曲家ショパンについて講話とピアノ演奏で学ぶ 千葉経済大学短期大学部教授 高木誠	
2	知れば安心！介護・相続の基礎知識	定員30人
	11/17 10:00～12:00 (全1回 月曜日) 介護・相続の問題とその対策について正しい知識を身につける ファイナンシャルプランナー 館朋博	
3	しっかり守ろう！大切な暮らし	定員16人
	11/18 13:30～15:30 (全1回 火曜日) 窃盗犯罪、特殊詐欺(電話/ネット)、悪質商法等から身を守るための知識を学ぶ [※ ICHICO: 100ポイント付与] 市川市 市民安全課職員、消費生活センター職員	
4	麺と腸の気になる話と塩麺作り	定員12人 費3,500円
	11/20 10:00～12:00 12/4 10:00～13:00 (全2回 木曜日) 麺について学び、貴重な黒麺を含む6種類の塩麺のお味見 12/4は体が喜ぶ麺ご飯の調理実習 麺マスター麺・pureスキスマスター 小屋ちかこ	
5 5日	親子で楽しく“おもしろスポーツ”体験	定員12組24人 対小学1～4年生と保護者 保険200円
	11/30,12/7 10:00～11:00 (全2回 日曜日) グループ対戦を通し運動能力アップと親子の絆を深めよう 日本レクリエーション協会	
6 土日	子供も大人も始めよう！ピククルボール	定員20人 対12歳以上 保険100円
	12/7・14 13:00～15:00 (全2回 日曜日) 楽しくスポーツ！ラケット貸出あり 千葉県ピククルボール協会理事長 高橋史匡	
7	冬を楽しむ寄せ植え	定員16人 費3,500円
	12/9 10:00～11:30 (全1回 火曜日) 寄せ植えの基本を学び暮らしに彩りを添えましょう 市川市花と緑のまちづくり財団	
8	初めてのミニ門松作り	定員10人 費2,000円
	12/17 10:00～12:00 (全1回 水曜日) 新年を手作りの門松で迎えてみませんか 市川市花と緑のまちづくり財団	

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	こころとカラダをととのえる体操講座	定員20人 対60歳以上 保険150円
	11/7・14・21 14:00～15:30 (全3回 金曜日) リラックス+筋力強化+ストレッチ 心と体の不調を正す体操プログラム アルファビクス・背骨コンディショニング講師 奈良 典子	
2	毎日を楽しむ！スタジオウォーキング	定員15人
	11/13・20 10:00～12:00 (全2回 木曜日) 立ち方、姿勢を無理なく自然に整え、素敵な音楽に合わせて颯爽と歩きませんか ウォーキングインストラクター 高木 綾乃	
3 土日	秋風にのせて クラシックギターの響き	定員50人
	11/16 14:00～15:30 (全1回 日曜日) ギターデュオやキッズアンサンブルによる美しいギターの音色をお楽しみください ギタリスト 平岡究 田口美和子	
4	認知症予防で音読にチャレンジ！	定員24人 費100円(テキスト代)
	11/25,12/2 10:00～11:30 (全2回 火曜日) アンチエイジングをめざし、音読実践！ 劇団『波瀾ばんばん座』主宰 名倉ゆみこ	
5	お気に入りのクリスマスリースを作ろう	定員15人 費2,000円(材料費)
	11/28 10:00～12:00 (全1回 金曜日) 生のもみの木を使い、素敵なリースを作ろう 池坊講師 藤代三千代	
6 土日	百田稔流 大人の絵日記	定員16人 費300円(ハガキ代)
	11/30,12/7 10:00～12:00 (全2回 日曜日) 歩き旅の出会いと感動を小さな絵葉書に、早描きのテクニックを学ぶ 2日目は館外でお気に入りの一枚を描こう 講師 放浪のお絵描きおじさん百田稔	
7 5日	親子でロリポップパンを作ろう！	定員8組 対小学校低学年までの親子 費1000円
	12/6 10:00～12:00 (全1回 土曜日) 親子でパン作り キュートにパンをデコってみよう！ パン講師 さきたりさ	
8 子 土日	こどもだけで作るウイナーチーズパン	定員16人 対小学生 費1000円
	12/13 10:00～12:00 (全1回 土曜日) こねたり叩いたり、楽しいパン作り パン講師 さきたりさ	
9	生け花風お正月フラワーアレンジメント	定員15人 費2,000円(材料費)
	12/19 10:00～12:00 (全1回 金曜日) 自分が作ったフラワーアレンジメントでお正月を祝おう 池坊講師 藤代三千代	

行徳公民館

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

1 5日	野鳥の楽園に集まるいきもののお話し2	定員20人
	11/8(館内)・15(館外) 13:30～15:30 (全2回 土曜日) 秋冬編 行徳近郊緑地(鳥獣保護区)の講義と自然観察 行徳自然ほごくらぶ 佐藤達夫	
2	千葉ジェッツシニアダンス教室	定員25人 対60歳以上
	11/11 10:00～11:30 (全1回 火曜日) 「千葉ジェッツの歌」に合わせチアダンスに挑戦！アゲアゲでいきましょう 千葉ジェッツフライントクルーチアリーダーズ STAR JETS	
3 5日	天領行徳(歴史好き初心者向け講座)	定員20人 対これから行徳の歴史を学びたい方
	11/22 13:30～15:30 (全1回 土曜日) 史料・史跡にみる江戸時代の行徳地区を学びます 市立市川歴史博物館学芸員 小野英夫	
4 5日	風味豊かな新そばを打って味わう	定員8人 費2,000円
	11/23 10:00～14:00 (全1回 日曜日) そば打ちを体験してその魅力を味わいましょう 南行そばの会 樋口一樹	
5	香り豊かにCafeTime	定員12人 費1,000円
	12/4 10:00～11:30 (全1回 木曜日) パリスタから学ぶおいしい珈琲の淹れ方 焼き菓子とともに パリスタ 西方優	
6 5日 子	初めてのお仕事体験	定員10組 対子ども4～10歳位と保護者
	12/7 10:00～12:00 (全1回 日曜日) お仕事体験を通して「お金の大切さ」「お仕事の楽しさと親への感謝」を親子で学ぶ ファイナンシャルプランナー 桑野和也	
7	『基礎から学ぶ健康ま～じゃん』講座	定員28人
	12/12 10:00～12:00 (全1回 金曜日) 頭・手の指先を使うので脳の活性化にもつながります。健康維持に 日本健康麻将協会	
8 土日 子	絵本とピアノの楽しいXmas	定員25人 対子ども・大人
	12/21 10:00～12:00 (全1回 日曜日) ピアノの調べとともにクリスマス絵本の世界へ。大人も子どももご一緒に 朗読講師 Bettyさん(早川好恵) ピアニスト 高橋佳子	
9	新春初笑い落語会	定員50人
	1/9 13:30～15:00 (全1回 金曜日) ※はがき1枚で2人まで申込可 笑い心の栄養 本場の落語を楽しみましょう 落語家 古今亭志ん彌 他	
10 5日	登山の読図とコンパス・GPSの使い方	定員20人 対登山初級者
	1/17・24 13:30～15:30 (全2回 土曜日) 地図の見方やコンパス・GPSの使い方を学び、道迷いの事故を防止する 日本山岳会千葉支部長 三田博 同会千葉支部元副部長 山口文嗣	

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	べらぼうの世界～江戸の本屋事情～	定員16人
	11/7・14 10:00～11:30 (全2回 金曜日) 江戸のプロデューサー篤重の暮らしと生き方を学ぶ 郷土史研究家 山本稔	
2 5日	シルバークレイでペンダントトップ作り	定員10人 費3,000円
	11/15 10:00～12:00 (全1回 土曜日) シルバークレイ(銀粘土)でお好きなイニシャルのペンダントトップを1個作ります シルバークアクセサリー作家 上原理子	
3	自分の睡眠パターンを知ろう！	定員20人 費300円
	11/21・28 14:00～15:30 (全2回 金曜日) 睡眠パターンを知って睡眠改善と認知症予防を学ぶ 千葉県東葛健康管理士会 井ノ口慶子	
4	癒しのトーンチャイムに触れてみよう	定員16人 費500円
	11/25,12/2・9・16 13:30～15:30 (全4回 火曜日) 簡単な季節の曲をみんなで奏で、楽しく脳トレ、柔らかい余韻の音色に包まれよう 音楽講師 太田典子	
5	楽しいミニ門松作り	定員10人 費2,000円
	12/18 10:00～12:00 (全1回 木曜日) 手作りのミニ門松で楽しい新年を迎えよう 市川市花と緑のまちづくり財団	
6 子 5日	集まれ！小学生書初め教室	定員8人 対小学3～6年生 費300円
	12/20・21 10:00～12:30 (全2回 土、日曜日) お姉さん先生と楽しく冬休みの課題作品を仕上げよう 日本書院教師範 小泉友佳理	

おいでよ「公民館文化祭」

鬼 高 公 民 館	10月4日(土)	9時30分～16時
信 篤 公 民 館	10月18日(土)・19日(日)	10時～16時 (19日は15時まで)
東 部 公 民 館	10月25日(土)・26日(日)	9時30分～15時30分 (26日は15時まで)
柏 井 公 民 館	10月18日(土)・19日(日)	10時～16時 (19日は15時まで)
大 野 公 民 館	10月18日(土)・19日(日)	9時45分～16時
若 宮 公 民 館	10月19日(日)	9時30分～16時
市 川 公 民 館	10月25日(土)・26日(日)	10時～16時
西 部 公 民 館	10月25日(土)・26日(日)	10時～16時 (26日は15時30分まで)
市川駅南公民館	10月4日(土)・5日(日)	10時～16時
曽 谷 公 民 館	10月25日(土)・26日(日)	9時30分～16時 (26日は15時30分まで)
行 徳 公 民 館	10月25日(土)・26日(日)	9時30分～16時
本行徳公民館	10月4日(土)・5日(日)	4日13時～16時、5日10時～15時10分
幸 公 民 館	10月4日(土)・5日(日)	10時～16時
南行徳公民館	10月4日(土)・5日(日)	10時～16時 (5日は15時まで)

菅野公民館は、8月に夏季作品展を開催しました。

文化祭は、公民館で活動する団体やサークルの日頃の活動成果の発表や地域交流のイベントです。

作品展示や舞台発表のほか、近隣学校の参加や軽食の販売やフリーマーケットなど、各公民館の利用者協議会や実行委員会が趣向を凝らして実施しています。ぜひお越しください。

当日は駐車場が使用できませんので、公共交通機関でお越しください。

文化祭に関するその他のお問い合わせは各公民館まで。

【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

1 日曜日	歯とお口の健康 11/16 10:00～11:30 (全1回 日曜日) 口腔機能を学んで健康寿命を伸ばしましょう！ 歯科医師 小宮山高之	定員15人
2	アロマオイルでハンドケア 11/20・27 13:30～15:30 (全2回 木曜日) アロマの香りを楽しみながら手のケアをしましょう アロマインストラクター 松田奈緒美	定員10人 費1,000円
3	心が落ち着く初めての写経 12/1・8 10:00～12:00 (全2回 月曜日) 初めての写経体験で心を穏やかに 日蓮宗正覚山妙覚寺住職 梅木我聞	定員10人 対初心者 費1,500円
4	れつつとらい！ゆびあみ 12/5 10:00～12:00 (全1回 金曜日) 自分の指で小物（ヘアバンド・たわし）編み物しませんか？！ 本行徳公民館職員	定員8人
5 日曜日	行徳歴史探訪 12/7(館外・荒天の場合12/14) 9:30～12:00 (全1回 日曜日) 行徳のまちを歩き、奥深い歴史文化に触れましょう 行徳郷土文化懇話会	定員10人 保険100円

信篤公民館

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

1	Zumba Gold でダンスフィットネス 11/7・14 10:00～11:30 (全2回 金曜日) ラテンのリズムで身体を動かし、健康増進、ストレス解消しましょう！ フィットネスインストラクター 西田幸代	定員20人 対Zumba初めての方
2	脳を活性化！大人の塗り絵講座 11/10・17 10:00～11:30 (全2回 月曜日) 集中力アップ、認知症予防やリラックス効果など体験できます 大人の塗り絵講師 藤岡敬三	定員20人
3 日曜日	森のささやき オカリナコンサート 11/30 13:30～15:30 (全1回 日曜日) 透き通った音色の音楽で、心温まる空間を共有しましょう オカリナ奏者 富山賢和 小学3年生以下は保護者同伴 1枚のハガキまたは1メールに2名まで申込可	定員60人
4	パーソナルカラーで生き生きと！ 12/5・12・19 10:00～12:00 (全3回 金曜日) パーソナルカラーのしくみを学び、似合う色で毎日を生きていきましょう パーソナルカラーアナリスト 園田好江	定員10名 対女性 費1,500円(カード代他)
5 日曜日	元気になる季節の歌をうたおう 12/6・13 10:00～11:30 (全2回 土曜日) なつかしい歌をうたい、心身ともに元気になりましょう 声楽家 吉野真紀子	定員20人
6	マージャンカードゲームで楽しもう 12/10・17 10:30～12:30 (全2回 水曜日) 手軽にみんなで楽しめるゲームで脳活しましょう 健康マージャン講師 安井智子	定員12人

若宮公民館

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

1 日曜日	男の趣味 初めてのそば打ち 11/9 9:30～14:00 (全1回 日曜日) そば打ちを基礎からしっかりと学び、新しい趣味にしていきましょう そば打ち講師 根岸幸雄 他	定員8人 対成人男性 費2,000円
2 日曜日	薬膳で温活 冬の寒さを乗り切ろう！ 11/15・22 10:00～12:30 (全2回 土曜日) 薬膳の養生を取り入れた基礎を学ぶ 15日は薬膳茶、22日は薬膳料理 国際中医師 高橋幸雄 国際中医薬膳師 荻原康予	定員12人 費2,000円
3 日曜日	親子でGO！ 動植物園体験ツアー 11/16 10:00～15:00 (全1回 日曜日) 飼育員の案内による施設見学、ふれあい体験、飼育の手伝いなどワクワク体験満載 市所有バス利用、雨天決行 市川市動植物園 担当スタッフ	定員8組16人 対保護者と小学生 費500円 保険200円
4 日曜日	発見！このまち～中山・若宮 11/22・29(11/29の雨天予備日12/6) 13:30～15:30 (全2回 土曜日) 市川市中東部、中山・若宮の成り立ちを学び、2日目は案内人の会とともに地勢や史跡を巡ります 市川案内人の会 古賀美富	定員16人 対2時間程度歩ける方 保険100円
5	お正月を飾る～洋風モダンしめ縄作り～ 11/27 10:00～12:00 (全1回 木曜日) アーティシシャルフラワーで作る華やかでお洒落なしめ縄飾り ハンドメイド作家 Tomomi	定員15人 費1,500円
6 日曜日	ビートルズ～名曲とその物語編 1/17 13:30～15:30 (全1回 土曜日) ビートルズの名曲を深く掘り下げその魅力を明らかにします 甲虫楽団リーダー ミート鈴木	定員25人 対中学生から成人まで
7 日曜日	新春を飾る「若宮邦楽コンサート」 1/25 14:00～15:00 (全1回 日曜日) 新進気鋭の男性奏者によるダイナミックな箏の音色を楽しむ 生田流箏曲演奏家 沖政一志	定員40人
8 日曜日	追求ビートルズサウンド(中級編) 2/7 13:30～15:00 (全1回 土曜日) ビートルズの創造性と革新性に深く迫ります 甲虫楽団リーダー ミート鈴木	定員25人 対中学生から成人まで
9 日曜日	小学生のわくわくクッキー作り 2/7 10:00～12:00 (全1回 土曜日) はじめてでもだいじょうぶ、じぶんで作って、やきたてクッキーを食べよう 市川友の会	定員12人 対小学生 費400円

西部公民館

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

1	バンドルダイで布を染めよう 11/14 13:00～15:00 (全1回 金曜日) 草木染から派生した技法「バンドルダイ」、自然の色で布を染めよう 染色愛好家	定員10人 費2,500円
2 日曜日	古のことに触れる ～万葉集と市川～ 11/16 10:00～12:00 (全1回 日曜日) 万葉集の中から、真間の手児奈など市川にかかわる歌を中心に学び、古代の人々の心に触れる 上智大学文学部教授 山本章博	定員20人
3	やってみよう ノルディック・ウォーク 11/26,12/3(荒天時予備日12/10) 14:00～15:30 (全2回 水曜日) 大人気のポールを使った全身運動を基礎から学ぶ 2回目は紅葉のじゅん菜池緑地を散策、地元の人気カフェ +HERBIに立ち寄ります WINS代表 田村秀人・他	定員12人 費900円 保険100円
4	下総と武蔵を結ぶ道 1/29 13:30～15:30 (全1回 木曜日) 下総国と武蔵国を結んだ東京低地横断の路線について学ぼう 考古博物館学芸員 山路直充	定員20人
5 日曜日	午後のティータイムを一緒に 2/1 13:00～16:00 (全1回 日曜日) 紅茶について学び、スコーンを作ってクリームティーを楽しもう ティールームすこんてい 吉川健史	定員16人 費1,200円

柏井公民館

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

1	みんなで楽しむ陶器作り 11/6 10:00～12:00 (全1回 木曜日) 市川大野高等学園で陶器制作と絵付けをし、校内見学をする 講師 生徒・教諭	定員8人 費400円 保険100円
2	かぎ針でハンドウォーマーを編もう 11/10・17 10:00～12:00 (全2回 月曜日) かぎ針編みで指なし手袋づくり鎖編みこま細編みのできる方 あみもの師 田村康代	定員12人 費1,300円
3	空海が考えた仏教の在り方 11/13 13:30～15:30 (全1回 木曜日) 密教を日本に広めた僧侶として知られる空海 中国寺院や恩師との出会い等を通して新しい仏教の在り方を模索した生涯に迫る シニア大衆・歴史研究家 榊原金市	定員12人
4	丈夫な骨で元気な毎日を！ 11/19 10:00～12:00 (全1回 水曜日) 骨密度を測定し、元気な骨を作るノウハウを学ぶ 健康支援課 保健師・管理栄養士	定員12人
5	べらぼう～浮世絵と版元蔦屋重三郎～ 11/20 13:30～15:30 (全1回 木曜日) 江戸時代を代表するヒットメーカー・有名版元に成り上った生涯に迫る 榊原金市	定員12人
6	昭和100年省エネの進化と温暖化防止 11/26,12/3 10:00～11:30 (全2回 水曜日) 身近な家電を例に省エネ技術の進化と重要性を学び、2回目は市川クリーンセンターを見学します 技術士(技術部門)・千葉県地球温暖化防止活動推進員 岡部信也	定員12人 保険100円
7 日曜日	プロによるクリスマスコンサート 12/7 15:00～15:40 (全1回 日曜日) マリンバ・クラリネット・ピアノによるプロの音色を間近で鑑賞するとともに各楽器の特徴についても学びましょう 米重美文子・Mami(榎本真美)・門田裕美	定員40人
8 日曜日	ふんわりナンとかんたんカレーづくり 1/25 9:15～13:00 (全1回 日曜日) 子どもたちが簡単に作れる方法でナンとカレーづくりを体験します みんなで作る楽しさや食べる楽しみを味わいます！ サークル講師 村松裕子	定員16人 対小学3年生～高校生 費1,500円

幸公民館

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

1 日曜日	大人のスイーツⅡ 11/8・15 10:00～13:00 (全2回 土曜日) スノーボールクッキーとチョコレートケーキを作ろう 洋菓子研究家 石渡乙女子	定員12人 費2,000円
2	円満な相続にするための相続・遺言講座 11/13 10:00～12:00 (全1回 木曜日) 相続についての基礎知識と遺言作成について学ぶ 行政書士 明保治男	定員15人 費100円
3	はじめての東洋医学と運動 11/14・21・28 13:30～14:45 (全3回 金曜日) 東洋医学のお話を聞き、運動して体もほぐしましょう 鍼灸師・スポーツプログラマー 鈴木美早子	定員18人
4 日曜日	始めよう コツ骨口コモ体操 11/22・29,12/6 10:00～11:30 (全3回 土曜日) 丈夫な骨作りに役立つ体操を学ぼう スポーツインストラクター 國嶋知美	定員15人 費150円
5 日曜日	フルーツとピアノの音楽会 in Xmas 11/23 10:30～11:30 (全1回 日曜日) ※はがき1枚で2人まで申込み可 日曜日の朝に少し贅沢な時間を味わいませんか？ 小学生のフルーツ体験あり フルーツ 有延千尋 小倉幸子 ピアノ 守田恵梨香	定員30人 対子ども～大人 小学3年以下は保護者同伴
6 日曜日	シュトーレンでメリークリスマス 12/14 10:00～13:30 (全1回 日曜日) ドイツのクリスマスのお菓子シュトーレンを作ろう パン教室講師 中川久美子	定員12人 費2,500円
7	学び直そう綺麗な英語を!! 1/13・20・27,2/3 13:30～15:00 (全4回 火曜日) 英語を学び直すことでセカンドライフを楽しみませんか 英語講師 及川由美子	定員10人 対中高年以上の女性

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。

市川市公民館オンライン講座 検索
https://www.city.ichikawa.lg.jp/edu12/1111000005.html



申込締切日：往復はがき10月15日(水)消印有効 WE B申込10月17日(金)24時まで