

# 東部公民館

## 2026年春・夏 公民館主催講座

No.	講座名	日程	内容	講師	対象・定員	費用	保険料
1	中山の近現代史を学ぶ (中山を歩こう)	5/7・14(予備日28) 10:00~11:30 (全2回 木曜日)	下総中山の近現代史 を学び実際に歩き史跡 を訪ね市川市を学ぶ	郷土史研究家 山本稔	2時間元気で 歩ける方 12人		100円
2	ガラスアートで オーナメントを作ろう	5/20・27 10:00~12:00 (全2回 水曜日)	アクリルボードに可愛 い図案を施し、オリジ ナルなオーナメントを 作る	ガラスアート 認定インストラクター 関 美江	10人	1500円	
3	苔のミニテラリウム	5/23 10:00~11:30 (全1回 土曜日)	小さいガラスの器に苔 を植えて美しい箱庭を 作りましょう	涼風庵 鈴木敏之	10人	1500円	
4	しっかり動いて ボディーメイク	6/6・13・20 10:00~12:00 (全3回 土曜日)	無理しないストレッチ と筋トレで身体のメン テナンスを楽しく学ぶ	健康運動指導士 小林佳子	20人		
5	ライアーの音色に 癒しの時間	7/4 14:00~15:30 (全1回 土曜日)	竖琴に触れ、みんなで 楽しく歌い、演奏と歌 声を楽しむ	ライアー奏者 松村亜希子	12人		
6	手軽に楽しく色鉛筆画	7/16・23 10:30~12:30 (全2回 木曜日)	ぬり絵を通して基本的 な色鉛筆画を学びなが ら素敵な作品を仕上げ る。	色鉛筆画 イラストレーター 釘本緑	16人	800円	