

曾谷公民館

2026年春・夏 公民館主催講座

No.	講座名	日程	内容	講師	定員	費用	保険料	その他
1	弓道講座	5/9・16・23・30 13:00～15:00 (全4回 土曜日)	日本古来から伝統ある弓道の精神と技術を基礎から学び、心身を鍛える	市川市弓道連盟	高校生以上 20人	1,000円		前ボタンと袖の緩みの無い服装で
2	お江戸日本橋歴史散歩	5/20 館内学習 5/27 館外学習 (予備日6/3) 13:30～15:30 (全2回 水曜日)	1回目は、日本橋の歴史を座学で学ぶ 2回目は、ガイドの案内で日本橋のまちを2時間程度歩きます	中央区観光協会ガイド	20人	550円 (イヤホンガイド代)	50円	まち歩きは10人に1人ガイドが付きます
3	プロから学ぶ健康ボウリング	5/21館内学習 5/28,6/4・11・18 本八幡スターレーン 13:00～15:30 (全5回 木曜日)	気軽に楽しめるボウリングをプロから学び、健康増進・仲間づくりにつなげる	本八幡スターレーン所属 貞松プロ	24人	2,500円		運動に適した服装
4	伝統発酵食品「麴」の魅力を知り実習する	5/22 10:00～12:00 6/5(調理) 10:00～13:00 (全2回 金曜日)	現代の食を豊かにする為に麴について学び、簡単で美味しい和・洋食の調理実習をする	麴マスター 麴pureスキンマスター 薬剤師 小屋ちかこ	12人	3,500円		持ち物 エプロン 三角巾
5	ルールを守って安全に自転車運転講座	5/26 14:00～15:30 (全1回 火曜日)	2026年4月より導入される自転車の交通反則通告制度の理解を深め、安全で適正な自転車の運転を学んでいただきます	市川市役所交通計画課	20人			
6	健康エクササイズで体力アップ	6/1・15 14:30～16:00 (全2回 月曜日)	健康体操と筋トレで体力の維持・向上をめざそう	フィットネストレーナー 浮田 華織	女性 15人			
7	音読で脳を活性化！	6/23・30 10:00～11:30 (全2回 火曜日)	音読で簡単、楽しくアンチエイジング！	劇団『波瀾ばんばん座』 主宰 名倉 ゆみこ	24人	テキスト代 200円		
8	大正琴で楽しむノスタルジック昭和歌謡	6/28 14:00～16:00 (全1回 日曜日)	大正琴の歴史や楽器の特徴を学び、絃容会による、昭和歌謡の演奏と参加者との合唱を楽しむ	大正琴 絃容会	40人			歌いたい歌を事前にヒアリング
9	こどもも大人も楽しむ市川のむかし話	7/29 15:00～16:30 (全1回 水曜日)	臨場感たっぷりの語りで市川のむかし話を楽しみましょう	市川民話の会	子ども一般 幼児と保護者 20名			