

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
中央	末広公民館 ☎264-1842 FAX264-3746	活き活きシニアの健康体操講座～フレイル予防で健康長寿へ～	10/24(木)・31(木)10:00～12:00 全2回 対象60歳以上の方 定員16人 申込10/3(木)～8(火)に電話で
	椿森公民館 ☎254-0085 FAX254-1285	文化祭で飾ろう！癒しの苔玉教室	11/14(木)10:00～12:00（制作）、16(土)・17(日)文化祭（展示） 対象成人（展示後、後日作品を取りに来られる方） 定員12人 持ち物ミシン糸、はさみ、ニトリル手袋など 料金1,500円 備考苔玉の仕入れ状況によっては寄せ植えに変更になる場合があります。 申込10/15(火)までに電話で。Eoubo.tsubakimori@ccllf.jpからも可（※を明記）
	星久喜公民館 ☎266-4392 FAX266-4981	初めてのスマホ教室	11/21(木)・28(木)13:30～15:30 全2回 対象成人 定員12人 持ち物筆記用具 申込10/2(火)～15(火)に電話で。Eoubo.hoshiguki@ccllf.jpからも可（※を明記）
	松ヶ丘公民館 ☎261-5990 FAX263-9280	大切なポイントをわかりやすく！「成年後見制度」の知識を深めよう	10/31(木)13:30～15:00 対象成人 定員22人 申込10/2(火)～14(祝)に電話で。同館HPからも可
	宮崎公民館 ☎263-5934 FAX263-4904	蘇我DEポッチャ2024	11/23(祝)10:00～12:00 場所蘇我コミュニティセンター 定員12組 持ち物上履き 申込10/2(火)～31(木)にEメールで、※のほかチーム名を明記して、Eoubo.miyazaki@ccllf.jpへ。同館HPからも可
花見川	朝日ヶ丘公民館 ☎272-4961 FAX271-6994	野菜たっぷり健康レシピ（秋編）	10/29(火)10:00～13:00 対象成人 定員12人 持ち物エプロン・三角巾・手拭きタオル・マスク 料金700円 申込10/15(火)まで電話で
	検見川公民館 ☎271-8220 FAX271-9319	親子あそびの教室（楽しくあそぼう！いち・に・さん）	10/22(火)10:00～12:00 対象1歳6カ月～3歳児と保護者 定員10組20人 申込10/2(火)～8(火)に電話で。同館HPからも可
	犢橋公民館 ☎259-2958 FAX259-6431	犢橋歴史散策（三社神社、鉄道聯隊軍用線跡など）	10/27(日)12:30～16:00。荒天の場合、11/4(月)に延期 対象成人（6キロメートル歩ける方） 定員16人 持ち物保険証 料金300円 備考履きなれた靴、動きやすい服装で 申込10/8(火)までに電話で。同館HPからも可
	こてはし台公民館 ☎250-7977 FAX250-1992	手ぶらでスマホ体験！よくわかる入門編（アンドロイド版）	10/29(火)10:00～12:00 対象成人 定員20人 備考貸し出し機を使用 申込10/2(火)～16(火)に電話で。同館HPからも可
	さつきが丘公民館 ☎250-7967 FAX286-6469	さつき人形劇場「ねずみのすもう」「さるとかに」他、音楽劇など	10/20(日)10:30～11:30 対象3歳児～小学生（小学2年生以下は保護者同伴） 定員30人 申込10/2(火)～8(火)に電話で。同館HPからも可
	長作公民館 ☎258-1919 FAX286-6449	ながさく歴史散歩～諏訪神社、長胤寺を目指して～	10/17(木)13:30～15:30 対象成人 定員15人 持ち物保険証 備考履きなれた靴、動きやすい服装で 申込10/10(木)まで電話で。同館HPからも可
	花園公民館 ☎273-8842 FAX271-0370	千葉市政出前講座「介護保険制度のしくみ・サービス」	10/29(火)13:30～15:00 対象成人 定員20人 申込10/2(火)～8(火)に電話で。同館HPからも可
	花見川公民館 ☎257-2756 FAX286-0185	太極拳入門	11/13～27の水曜日10:00～12:00 全3回 対象成人 定員20人 備考動きやすい服装・靴底が薄い上履き（靴底が厚いスポーツシューズは不可） 申込10/29(火)～11/4(月)に電話で
	幕張公民館 ☎273-7522 FAX273-6185	特別史跡加曾利貝塚―雑学としての貝塚―	10/29(火)10:00～11:30 対象成人 定員40人 申込10/8(火)必着。⑤に※を明記して、〒262-0032花見川区幕張町4-602幕張公民館へ。同館HPからも可
	幕張本郷公民館 ☎271-6301 FAX271-0881	大人のヨガ	10/10(木)・24(木)10:00～11:00 全2回 定員10人 持ち物タオル、バスタオルまたはヨガマット 備考動きやすい服装で 申込10/7(月)までに電話で
	稲毛公民館 ☎243-7425 FAX243-3962	初心者のためのエクセル	10/9(火)～11(金)9:00～12:00 全3回 対象パソコンで文字入力ができる成人 定員10人 持ち物筆記用具、USBメモリ 料金1,320円 申込9/22(祝)～10/2(火)に電話で
	草野公民館 ☎287-3791 FAX287-3672	郷土の歴史～長沼さんぽ～①地域散策、②講話	①10/31(木)9:30～12:00、②11/7(木)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員20人 備考①は、雨天の場合、11/1(金)に延期 申込10/2(火)～9(水)に電話で。同館HPからも可
	黒砂公民館 ☎241-2811 FAX247-1931	昼下がりの音楽会	11/2(土)14:00～16:00 定員30人 申込10/8(火)～14(祝)に電話で
	小中台公民館 ☎251-6616 FAX256-6179	名曲を歌おう	10/31(木)13:30～15:30 対象60歳以上の方 定員30人 申込10/2(火)～8(火)に電話で。同館HPからも可

区	館名	講座名など	日時・対象・定員・申込方法など
稲毛	山王公民館 ☎421-1121 FAX423-0359	体験しよう！太巻き祭りずしづくり～ハロウィンのカボチャの絵柄を巻いてみよう～	10/12(土)10:00～13:00 対象成人 定員12人 持ち物マスク、エプロン、三角巾、布巾2枚、持ち帰り用容器 料金900円 申込10/6(日)までに電話で
	千草台公民館 ☎255-3032 FAX255-3682	スポーツの秋！ポッチャ体験会	10/19(土)9:00～12:00 対象成人 定員16人 備考動きやすい服装で 申込10/2(火)～8(火)に電話で
	都賀公民館 ☎251-7670 FAX284-0627	元気なシニアライフを！①椅子ヨガで健康づくり、②歌と楽器で脳を活性化	①11/6(水)10:00～12:00、②26(火)14:00～16:00 対象①60歳以上の方、②65歳以上の方 定員各25人 申込10/2(火)～15(火)に電話で。同館HPからも可
	轟公民館 ☎251-7998 FAX285-6301	鉄オタ先生と歩く轟町界限歴史散歩①講義、②散策	①10/24(木)、②31(木)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員30人 備考②は荒天の場合、11/14(木)に延期 申込10/2(火)～15(火)に電話で。同館HPからも可
	緑が丘公民館 ☎259-2870 FAX286-6442	サークル体験会～大人もこどもも楽しめる！佃川流大江戸玉すだれ～	11/2(土)10:00～11:00 定員20人 備考動きやすい服装で 申込10/3(木)～17(木)に電話で。Eoubo.midorigaoka@ccllf.jpも可（※を明記）
若葉	大宮公民館 ☎265-2284 FAX265-6948	医師から学ぶ認知症	11/14(木)13:00～14:00 対象成人 定員20人 申込10/15(火)～22(火)に電話で。Eoubo.omiya@ccllf.jpからも可（※を明記）
	加曾利公民館 ☎232-5182 FAX232-6408	パッチワークで作るふくろうの置き物	10/17、11/7・21、12/5の木曜日10:00～12:00 全4回 対象成人 定員12人 料金2,000円 申込10/7(月)までに電話で。Eoubo.kasori@ccllf.jpも可（※を明記）
	桜木公民館 ☎234-1171 FAX234-1172	絵手紙を体験してみよう	10/29(火)10:00～12:00 対象成人 定員12人 料金300円 申込10/2(火)～8(火)に電話で
	更科公民館 ☎239-0507 FAX239-0569	コーヒーで癒しの一時を	10/19(土)13:30～15:30 対象成人 定員20人 持ち物マグカップ 料金100円 申込10/2(火)～14(祝)に電話で
	白井公民館 ☎228-0503 FAX228-6168	よくわかる世界遺産入門と南イタリア・シチリアの世界遺産を訪ねて	10/22(火)・29(火)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員20人 持ち物筆記用具 申込10/5(土)～15(火)に電話で
	千城台公民館 ☎237-1400 FAX237-1401	成年後見制度の知識を深めよう	11/21(木)13:30～15:00 対象成人 定員20人 備考窓口申し込みの場合は、返信用はがきを持参 申込10/2(火)～31(木)必着。⑤に※を明記して、〒264-0004若葉区千城台西2-1-1千城台公民館へ。同館HPからも可
	みつわ台公民館 ☎254-8458 FAX254-3135	スマホ入門（アンドロイド）「基本操作とキャッシュレス」	10/31(木)10:00～12:00 定員20人 備考窓口申し込みの場合は、返信用はがきを持参。貸出機はアンドロイド 申込10/8(火)必着。⑤に※を明記して、〒264-0032若葉区みつわ台3-12-17みつわ台公民館へ
	若松公民館 ☎231-7991 FAX231-0798	メディカルハーブワークショップ「フェイシャルスチーム体験とバスソルト作り」	11/3(祝)・10(日)10:00～12:00 全2回 対象成人 定員10人 持ち物筆記用具、バスタオル 料金1,000円 申込10/8(火)までに同館HPから
	越智公民館 ☎294-6971 FAX294-1931	親子自然観察会「大藪池の自然観察会」	10/12(土)10:00～12:00 対象小学生と保護者 定員10組20人 申込10/2(火)～5(土)に電話で
	おゆみ野公民館 ☎293-1520 FAX293-1521	シニアのためのスマホ教室「基本操作とQRコード体験」	10/23(水)10:00～12:00 対象概ね65歳以上の方 定員10人 持ち物筆記用具 備考貸出機はアンドロイド 申込10/2(火)～12(土)に電話で
	椎名公民館 ☎292-0210 FAX292-4631	千葉の獣たち万が一、街でイノシシと偶然出会ってしまったら？	10/19(土)10:00～12:00 対象先着12人 備考生涯学習センターで実施した講座の録画映像を視聴 申込10/2(火)から電話で
	土気公民館 ☎294-0049 FAX294-4233	カジダン講座～効率UP！大掃除カレンダーと掃除のポイント	11/9(土)10:00～12:00 対象男性 対象先着20人 備考託児あり（対象1歳6カ月以上の就学前児） 申込10/2(火)から電話で。同館HPからも可
美浜	磯辺公民館 ☎278-0033 FAX278-9959	パソコン講座「初心者のためのエクセル」	10/16(火)～18(金)9:00～12:00 全3回 対象成人 定員10人 持ち物USBメモリ（タイプA）、筆記用具 料金1,320円 申込10/5(土)までに電話で。Eoubo.isobe@ccllf.jpからも可（※を明記）
	稲浜公民館 ☎247-8555 FAX238-4176	文学講座「山本周五郎と旧浦安」	10/31(木)14:00～16:00 対象成人 定員30人 申込10/3(木)～16(火)必着。⑤に※を明記して、〒261-0005美浜区稲毛海岸3-4-1稲浜公民館へ。Eoubo.inahama@ccllf.jpも可
	打瀬公民館 ☎296-5100 FAX296-5566	シニア健康講座「生きがいを探索する」	11/27(水)14:00～15:00 対象65歳以上の方 対象先着20人 申込10/30(火)から電話で