

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
花見川	犢橋公民館 ☎259-2958 FAX)259-6431	太鼓体験講座 「たたいてみよう」	6/1(日)13:30～16:30 対象小学生以上の方(4年生以下は保護者同伴) 定員12人 持ち物上履き 料金500円 動きやすい服装で ④5/15(木)までに電話で。同館HPからも可
	こてはし台公民館 ☎250-7977 FAX)250-1992	終活初心者講座「お金にまつわる生前対策の意義と手順」	4/24(木)10:00～12:00 対象成人 定員25人 難聴者支援ヒアリンググループあり ④4/3(木)～15(火)に電話で。同館HPからも可
		「初心者のためのエクセル」	5/14(水)～16(金)13:30～16:30 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USBメモリ(タイプA) 料金1,320円 ④4/3(木)～22(火)に電話で。同館HPからも可
	さつきが丘公民館 ☎250-7967 FAX)286-6469	シニアのスマホ講座「スマホの基本とLINE体験」	5/26(月)10:00～12:00 対象60歳以上の方 定員20人 ④4/23(水)～29(火)に電話で。同館HPからも可
	長作公民館 ☎258-1919 FAX)286-6449	0歳児親子ふれあい教室～スキンシップ体操、フリートークの時間～	4/24,5/8・22の木曜日10:00～11:30 全3回 対象生後4～12カ月児と保護者 定員8組 持ち物バスタオル 動きやすい服装で ④4/10(木)までに電話で。同館HPからも可
		季節の折り紙～お花編～	5/8, 6/12, 7/10の木曜日13:30～15:00 全3回 対象成人 定員15人 持ち物鉛筆、定規、のり、はさみ、カッターナイフ 料金300円 ④4/15(火)までに電話で。同館HPからも可
	花園公民館 ☎273-8842 FAX)271-0370	はじめてのピラティス	4/18(金)、5/16(金)10:00～11:30 全2回 対象成人 定員10人 持ち物ヨガマット、フェイスタオル 動きやすい服装で ④4/2(水)～8(火)に電話で。同館HPからも可
		iPadで脳若トレーニング	4/21, 5/19, 6/16の月曜日13:30～15:00 全3回 対象65歳以上の方 定員20人 ④4/2(水)～13(日)に電話で。同館HPからも可
	花見川公民館 ☎257-2756 FAX)286-0185	「初心者のためのエクセル」	5/14(水)～16(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USBメモリ(タイプA) 料金1,320円 ④4/8(水)～5/5(火)にEメールで⑤を明記して、⑥oubo.hanamigawa@ccllf.jpへ
	幕張公民館 ☎273-7522 FAX)273-6185	アーユルヴェーダでセルフケア	4/23(水)13:30～15:30 対象成人 定員20人 持ち物ハンドタオル 料金200円 ④4/8(水)必着。⑤に⑥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 FAX)271-0881	親子で遊ぼう	5/16～30の金曜日10:00～12:00 全3回 対象1・2歳児と保護者 定員12組 持ち物キッチンばさみ、のり、クレヨン、新聞紙、シートまたは敷物 料金300円 ④4/15(火)～21(月)に電話で	
稲毛	稲毛公民館 ☎243-7425 FAX)243-3962	健康講座「睡眠」と「健康」の知恵袋	4/30(水)13:30～15:30 対象成人 定員20人 ④4/2(水)～8(火)に電話で
		初心者のための水彩画講座「いなげ八景を描く」	5/10(土)9:30～12:00、5/17(土)・24(土)10:00～12:00 全3回 対象成人 定員10人 持ち物デジタルカメラまたはスマートフォン、2B鉛筆、水彩画道具 ④初日に近隣を徒歩で巡ります。 ④4/16(水)～22(火)に電話で
	草野公民館 ☎287-3791 FAX)287-3672	パパ・ママとあそぼう!ハッピータイム	5/24(土)10:30～11:30 対象生後6カ月以上の就学前児と保護者 定員10組30人 ④4/2(水)～16(火)に電話で。同館HPからも可
	黒砂公民館 ☎241-2811 FAX)247-1931	気楽に落語でもいかがですか?	4/26(土)13:30～15:30 対象成人 定員25人 ④4/2(水)～9(火)に電話で
	小中台公民館 ☎251-6616 FAX)256-6179	そば打ち体験「家庭にある道具でチャレンジ」	4/13(日)9:30～12:00、13:00～15:30 対象成人 定員各8人 持ち物エプロン、三角巾、布巾2枚、上履き(運動靴)、持ち帰り用容器 料金2,000円 ④4/2(水)～6(日)に電話で。同館HPからも可
本格そば打ち体験「江戸流手打ちそばに挑戦」		4/20(日)9:30～12:00、13:00～15:30 対象成人 定員各6人 持ち物エプロン、三角巾、布巾2枚、上履き(運動靴)、持ち帰り用容器 料金2,000円 ④4/2(水)～6(日)に電話で。同館HPからも可	

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
稲毛	山王公民館 ☎421-1121 FAX)423-0359	コーヒーブレイク～コーヒーはフルーツだ!コーヒーの香りと味を楽しもう～	5/17(土)10:00～12:00 対象成人 定員15人 持ち物マグカップ ④4/24(木)～30(火)に電話で
	千草台公民館 ☎255-3032 FAX)255-3682	そば作り教室「美味しい手打ちそばを打ってみませんか」	5/18(日)9:30～13:30 対象成人 定員8人 持ち物バングナ、タオル2枚、エプロン、持ち帰り用容器、上履き 料金2,000円 ④4/22(火)～28(月)に電話で
	都賀公民館 ☎251-7670 FAX)284-0627	大人だって踊りたい!誰でも踊れるヒップホップ	5/7(水)・21(水)10:30～11:30 全2回 対象成人 定員10人 動きやすい服装で ④4/2(水)～15(火)に電話で。同館HPからも可
	轟公民館 ☎251-7998 FAX)285-6301	轟町街角シネマ 山河遥かなり(吹替版)	4/13(日)9:30～11:30 対象成人 定員30人 ④当日直接会場へ
		青春(アオハル) Dance! We are: Drop 2025春公演(午前の部・午後の部)	4/27(日)10:00～12:00、14:00～16:00 対象小学生以上の方 定員各60人 ④4/2(水)～10(木)に電話で
	緑が丘公民館 ☎259-2870 FAX)286-6442	ベビーマッサージ&親子ふれあい教室	5/16・30、6/13・27の金曜日9:30～11:30 全4回 対象生後4～12カ月の乳児と保護者 定員8組 持ち物バスタオル 料金500円 ④4/10(木)～24(木)に電話で。⑥oubo.midorigaoka@ccllf.jpも可(⑤を明記)
	大宮公民館 ☎265-2284 FAX)265-6948	わらべ歌と絵本の会	5/20、6/17、7/15、8/19、9/16、10/21、11/18、12/16、来年1/20、2/17の火曜日10:30～11:30 全10回 対象就学前児と保護者 定員20組 ④随時電話で受付。⑥oubo.omiya@ccllf.jp(⑤を明記)、当日直接会場も可
	加曾利公民館 ☎232-5182 FAX)232-6408	法律講座「相続入門」	4/26(土)10:00～12:00 対象成人 定員12人 ④4/2(水)～9(火)に電話で。⑥oubo.kasori@ccllf.jpも可(⑤を明記)
	更科公民館 ☎239-0507 FAX)239-0569	ギャラリー-さらしな写真展	5/1(木)～11(日)9:00～17:00 ④当日直接会場へ
		初心者のための撮影講座Ⅱ	5/10(土)9:00～12:00 対象成人 定員10人 集合=中田やつ耕園。撮影場所(中田やつ耕園)から公民館までは各自移動 ④4/2(水)～20(日)に電話で
白井公民館 ☎228-0503 FAX)228-6168	終活のすすめ～その内容と進め方を知ろう～	4/26(土)13:00～15:00 対象成人 定員20人 ④4/7(月)～20(日)に電話で	
若葉	千城台公民館 ☎237-1400 FAX)237-1401	ベビーマッサージ教室	5/15(木)・29(木)10:00～12:00 全2回 対象生後3～7カ月の乳児と保護者 定員6組 持ち物大きめのタオル、フェイスタオル ④窓口申し込みは返信用はがきを持参 ④4/10(木)～19(土)必着。⑤に⑥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
		歌って踊って元気になる!老化予防健康体操	5/20(水)・27(水)10:00～11:30 全2回 対象60歳以上の方 定員20人 動きやすい服装で。窓口申し込みは返信用はがきを持参 ④4/13(日)～26(土)必着。⑤に⑥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 FAX)254-3135	簡単おしゃれ!クラフトバンドで小物入れを作ろう	4/30(水)10:00～13:00 対象成人 定員12人 持ち物洗濯ばさみ6個 料金900円 ④4/8(水)必着。⑤に⑥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。同館HPからも可
若松公民館 ☎231-7991 FAX)231-0798	微笑みの円空仏を彫ろう	5/12～6/9の月曜日10:00～12:00 全5回 対象成人 定員8人 持ち物彫刻刀 料金1,000円 ④4/11(金)必着。⑤に⑥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。同館HPからも可	
		いつまでも、元気に暮らしたい「フレイル予防教室」	4/16、5/21、6/18、7/16の水曜日10:30～11:30 全4回 対象若葉区在住の成人 定員先着12人 ④4/2(水)から電話で
緑	越智公民館 ☎294-6971 FAX)294-1931	体験教室「太巻き祭りずし・バラの花(ハーフサイズ)」	4/19(土)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、マスク 料金600円 ④4/2(水)～8(火)に電話で
	おゆみ野公民館 ☎293-1520 FAX)293-1521	楽しいパラスポーツ「ポッチャ体験教室」	4/22(火)10:00～11:30 対象成人 定員16人 動きやすい服装で ④4/2(水)～10(木)に電話で

④=日程・時間 ⑤=場所 ⑥=内容 ⑦=対象 ⑧=定員 ⑨=持ち物 ⑩=料金 ⑪=備考
 ⑫=申込方法 ⑬=問い合わせ ⑭=はがき ⑮=往復はがき ⑯=ホームページ ⑰=必要事項(15画)
 ⑱=くらし・地域 ⑲=健康・福祉 ⑳=子育て・教育
 ㉑=魅力・観光 ㉒=その他