

令和6年度 八幡公民館 主催事業一覧表

☆抽選受付は、5日から11日まで。12日抽選、14日発表です。
申し込まれた方は、14日以降申し込んだ月末までに確認をお願いします。（電話か窓口）

☆内容・期日は、変更になる場合があります。

2024/5/21 現在

受付日	No	講座名	回数	講師名	内容	時間	対象・定員	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
10月5日	29	筆ペン教室	2	南部 記代子	年賀状作成に向けて、筆ペン文字の練習をし、アイデアを生かした自分だけの年賀状を作る。	9:30 ～ 11:30	成人・先着12人		筆ペン(中字)を用意してください。筆運びがスムーズになります。						7 木	21 木					
	30	中級ヨーガ	3	森山 和美	経験者のためのヨーガ。継続してやっている方を対象に行います。ポーズが高度になります。	10:00 ～ 11:30	成人女性・先着12人	心と体を整える女性経験者対象のヨーガ教室です。難しいポーズも行います。						8 金	15 金	22 金					
	31	お元気体操	3	森勝彦・地域包括支援センターふるさと	いつまでも元気で生き生きと生活していくことを目指して、日常的に取り組めるダンスや体操を行う。	9:30 ～ 11:30	60歳以上・先着20人		毎日を元気に過ごせるように簡単な体操を紹介します。						11 月	18 月	25 月				
	32	薬膳料理	1	木村 みどり	身近な食材を使って手軽にできる薬膳料理の作り方を学び、健康増進を図る。	9:30 ～ 13:00	成人・先着15人		おせちにも使える体にやさしい薬膳料理を紹介します。						26 火						
11月5日	33	コーラスに挑戦	1	岡本 真知子	合唱曲のパートに分かれて、練習を重ね見事なハーモニーに仕上げる。	9:30 ～ 11:30	成人・先着20人		 冬の歌でハーモニーを楽しみましょう♪							2 月					
	34	シニアスマホ教室	1	SoftBank	スマートホンの基礎的な機能や操作方法を知る。個別相談対応。	13:30 ～ 16:00	60歳以上・先着20人		スマートホンは貸し出します。便利な機能を体験してください。基本操作とライン操作。講座終了後個別相談の時間を設けます。							16 月					
	35	アロマテラピー	1	前塚 裕美	アロマの効能を学び、オリジナルティンやハンドクリームやボディオイルを作る。	9:30 ～ 11:30	成人・先着10人		自分の好きな香りで、効能のあるクリームを作ります。ラッピングしてプレゼント用にもできます。							23 月	中止				
	36	書き初め教室	2	鍋島 恵美子	県の書き初め展の課題を練習し、文字や字配りの上達を目指す。	9:30 ～ 11:30	小学3年から6年生・先着16人		千葉県の課題を練習します。冬休みの宿題が仕上がります。							24 火	25 水				
	37	フラワーアレンジメント(正月)	1	松濱 忍	お正月を目前にして、花をアレンジし、新年を迎える準備をする。	13:30～15:00	小学生から成人・先着28人		お正月にふさわしい花材で、簡単にアレンジします。							27 金					
12月5日	38	大人のパン作り	1	二階堂 ゆうみ	パン作りの基礎をパンを作りながら学ぶ。初めての方でも大丈夫です。	9:30 ～ 13:00	成人・先着10人		パン作りは初めてという方でもOK 簡単にできるパンを作りませんか。								7 火				
	39	生きている渚を歩こう	2	小関 勇次	千葉県で東京湾随一の自然の海岸「盤洲干潟」「富津海岸」と浸食の状況を学ぶ。	①9:30～11:30②8:30～16:30	成人・抽選30人		木更津「盤洲干潟」「富津海岸」の様子を学び実際に訪れて現状を知る。								バス研 21 火	28 火			
	40	太巻きずし	1	福岡 恵里	太巻き寿司の作り方を学び、郷土料理への関心を高める。	9:30 ～ 12:00	成人・先着10人		千葉県伝統の郷土料理です。切ると模様が出て感動します。「オギタリス」と「かたつむり」								25 土				
1月5日	41	初級シニア卓球	3	寺尾 泰文	卓球のゲームを楽しみながら、健康増進と参加者同士の交流を持つ。	13:30 ～ 15:30	60歳以上・先着20人		寒さに負けず、体を動かして健康増進を図りましょう。								3 月	10 月	24 月		
	42	親子でパン作り	1	二階堂 ゆうみ	パン作りの基礎を親子で協力し学ぶ。バレンタイン用のパンを作ります。	9:30 ～ 13:00	小学生と保護者・先着5組		親子でバレンタイン用パン作りに挑戦しませんか。失敗しないパン作りです。								9 日				
	43	房総地理歴史散歩	3	鎌田 正男	房総の地形や特色をいかし、そこで生活してきた人々の歴史を学ぶ。	①②9:30～11:30③8:30～16:30	成人・抽選30人		房総地域の地形や歴史を学び、郷土への関心を深める。 (房総丘陵・成田空港・三里塚)								27 木	13 木	21 金	バス研	
2月5日	44	親子で太巻きずし	1	上田 悦子	太巻き寿司の作り方を学び、郷土料理への関心を高める。	9:30 ～ 12:00	小・中学生と保護者・先着6組		千葉県の郷土料理に親子で挑戦！お内裏さまとお雛さまの太巻きを作ります。									2 日			
募集なし	45	福寿大学	4	菅 勇榮 他	健康で生きがいのある生活を目指し、学習を通じて仲間づくりを図る。	行事ごとに設定	市原市老人クラブ連合会市原支部		ポッチャ 20 月	消費生活センター 19 金							新春演芸会 27 月		バス研 7 金		