

区	館名	講座・催し名	日時・対象・定員・申込方法など
若葉	桜木公民館 ☎234-1171 FAX234-1172	3B体操を体験してみよう	2/27(金)10:00～12:00 65歳以上の方 20人 2/16(月)までに電話で。oubo.sakuragi@ccllf.jpからも可（※を明記）
	更科公民館 ☎239-0507 FAX239-0569	仏像から見る上総氏と千葉氏	3/8(日)13:30～15:30 成人 20人 講座の録画映像を視聴 2/2(月)～23(祝)に電話で。oubo.sarashina@ccllf.jpからも可（※を明記）
	白井公民館 ☎228-0503 FAX228-6168	おいしいコーヒーの時間	2/16(月)10:00～12:00 成人 12人 エプロン、マスク 600円 2/2(月)～9(月)に電話で。同館HPからも可
	千城台公民館 ☎237-1400 FAX237-1401	地域の歴史講座～千葉市の団地開発とモノレール～	3/3(火)10:00～12:00 成人 20人 2/13(金)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。返信用④を直接持参、2/2(月)から同館HPでも可
	みつわ台公民館 ☎254-8458 FAX254-3135	健康体操でニコニコ	3/11(水)・25(水)13:30～15:00 全2回 60歳以上の方 20人 2/11(水)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。返信用④を直接持参、同館HPからも可
緑	若松公民館 ☎231-7991 FAX231-0798	歴史講座「語り継がれる千葉開府～伝承と史実のあいだ」	3/8(日)10:00～11:30 成人 20人 2/9(月)必着。⑤に※を明記して、〒264-0021若葉区若松町2117-2若松公民館へ。返信用④を直接持参、同館HPからも可
	越智公民館 ☎294-6971 FAX294-1931	親子料理教室「ひなちらしとヨーグルトパフェ」	2/28(土)10:00～13:00 小学生と保護者 6組 エプロン、三角巾、マスク、上履き 1,000円 2/2(月)～10(火)に電話で。同館HPからも可
	おゆみ野公民館 ☎293-1520 FAX293-1521	シニアのための講座「ゆったり 初めての椅子ヨガ」	2/24(火)10:00～12:00 おおむね65歳以上の方 15人 2/2(月)～11(水)に電話で。同館HPからも可
	椎名公民館 ☎292-0210 FAX292-4631	椎名の音楽会	3/7(土)10:00～12:30 30人 2/2(月)～11(水)に電話で。同館HPからも可
	土気公民館 ☎294-0049 FAX294-4233	伝統野菜「土気からし菜」漬物教室	2/18(水)10:00～12:00、13:00～15:00 成人 各16人 エプロン、三角巾、マスク、三角巾、布巾 2/9(月)必着。⑤に※を明記して、〒267-0061緑区土気町1631-7土気公民館へ。返信用④直接持参、同館HPからも可
美浜	誉田公民館 ☎291-1512 FAX292-7487	コーヒーを楽しむ豊かなひととき	2/21(土)10:00～12:00 成人 16人 マグカップ、コーヒーに合うお菓子、布巾 2/9(月)までに電話で。同館HPからも可
	磯辺公民館 ☎278-0033 FAX278-9959	千葉の歴史と食文化	2/19(木)10:00～12:00 成人 16人 2/7(土)までに電話で。oubo.isobe@ccllf.jpからも可（※を明記）
	稲浜公民館 ☎247-8555 FAX238-4176	稲浜中学校区小中学校書初展	2/4(水)～18(水) 9:00～21:00
	打瀬公民館 ☎296-5100 FAX296-5566	大人わくわくおはなし会 聞いてね、私の「とっておき」	2/15(日)14:00～16:00 高校生以上の方 20人 2/2(月)～8(日)に電話で。同館HPからも可
	幸町公民館 ☎247-0666 FAX238-4153	初心者向け手作り講座「太巻きを作ろう」	2/27(金)10:00～13:00 成人 16人 エプロン、三角巾、マスク 1,000円 2/2(月)～16(月)に電話で。同館HPからも可

子育ておしゃべりタイム
10:00～12:00 子育て中の方・妊婦およびパートナー（子ども同伴可）
当日直接会場へ（時間中出入り自由）

区	日程	館名	問い合わせ	区	日程	館名	問い合わせ
中央	2/11(水) 18(水)	松ヶ丘公民館	松ヶ丘公民館	若葉	2/12(木) 26(木)	若松公民館	千城台公民館
		末広公民館	☎261-5990			みつわ台公民館	☎237-1400
花見川	2/25(水)	幕張公民館	幕張公民館	緑	2/ 5(木) 11(水)	土気公民館	誉田公民館
稲毛	2/ 6(金) 9(月) 13(金)	稲毛公民館	小中台公民館	美浜	2/19(木)	高浜公民館	稲浜公民館
		小中台公民館	☎251-6616				☎247-8555

ふるさと農園 ☎257-9981 FAX258-1024
月曜日（祝・休日の場合は翌日）休園
2/10(火)必着。同園HPから。⑤（1講座1人1通）に※を明記して、〒262-0011花見川区三角町656-3千葉市ふるさと農園へ郵送も可

講座名	日時・定員・料金
和菓子作り～桜餅・苺大福	3/4(水)9:30～12:30 24人 2,000円
太巻き祭りずし～ポピー	3/13(金)9:30～14:00 24人 2,000円

男女共同参画センター ☎209-8771 FAX209-8776
月曜日、祝・休日休館
2④託児あり（1歳6カ月以上。申し込み時に申し出）
①③～⑤Eメールで、※を明記して、同センターsankaku@f-cp.jpへ。電話も可。②電話で同センターへ

講座名など	日時・定員など
①最近気になる「言葉」～嬉しい言葉 モヤモヤする言葉～	2/14(土)10:00～11:30 先着15人
②女性のためのキャリア相談	2/14(土)14:00～14:50、15:00～15:50 キャリアアップ・転職でお悩みの女性 各先着1人
③映像セミナー「マイスマールランド」	3/7(土)10:00～12:00 蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 先着200人
④助産師から聞く大切な生理のお話し	3/7(土)14:00～16:00 女性 先着20人
⑤近松世話物から考える近世のジェンダー	3/15(日)14:00～16:00 先着30人 1,000円

いきいきプラザ・センター

催しなど
①④市内在住の60歳以上の方
①④2/1(日)9:30～催しの前日までに電話・FAXで、各プラザ・センターへ

講座名	日時・内容・定員など
中央いきいきプラザ ☎209-9000 FAX209-9006	
①健康に長生きするための秘訣～骨と健康習慣と健診で未来を変える～	3/2(月)14:00～15:30 先着30人 千葉中央メディカルセンターの医師と看護師による講演会
大宮いきいきセンター ☎265-1751 FAX265-1741	
②大宮いきいきセンターフェスティバル	2/22(日)9:30～15:00 作品展示、歌やダンスの発表
越智いきいきセンター ☎205-1290 FAX205-1291	
③越智いきいきセンターフェスティバル	2/21(土)・22(日)9:30～15:30 作品展示、学習発表会、記念講演会 エプロン上履き
美浜いきいきプラザ ☎270-1800 FAX270-1811	
④血液循環体操	2/26(木)9:30～11:30 先着25人 エプロンヨガマットかバスタオル

花見川いきいきプラザ、緑いきいきプラザが臨時休館
次の期間臨時休館します。
花見川いきいきプラザ＝2/8(日)～11(水)法定点検のため
同館 ☎216-0080 FAX216-0083
緑いきいきプラザ＝2/14(土)高圧進相コンデンサ更新により停電となるため
同館 ☎300-1313 FAX300-1511

ボディケアスクール（機能回復訓練事業）
4月または7月開始の2コース。いずれも3カ月間、全12回。曜日（第5週を除く）と開始時間は【下表】のとおり
市内に住所を有する60歳以上（各コース開始月の1日時点）で、職員の補助なく参加可能な方
過去1年間に受けていない方優先。来館の際は公共交通機関をご利用ください。
2/10(火)消印有効。⑤（1人1通1会場）に、※を明記して各プラザ・センターへ。市社会福祉協議会HPからも可。重複申し込み無効。応募多数の場合、2/20(金)9:30に各プラザ・センターで公開抽選。結果は2/26(木)に発送

区	会場・申込先	問い合わせ	曜日	開始時間	定員
中央	中央いきいきプラザ 〒260-0807 松ヶ丘町257-1	☎209-9000 FAX209-9006	木	9:30	各26人
				13:30	
花見川	花見川いきいきプラザ 〒262-0011 三角町750	☎216-0080 FAX216-0083	火	9:30	各26人
				13:30	
稲毛	稲毛いきいきプラザ 〒263-0031 稲毛東6-19-1	☎242-8005 FAX242-8175	月	9:30	各28人
				13:30	
若葉	若葉いきいきプラザ 〒265-0067 北谷津町333-2	☎228-5010 FAX228-8956	水	9:30	各26人
				13:30	
緑	緑いきいきプラザ 〒266-0005 誉田町2-15-65	☎300-1313 FAX300-1511	金	9:30	各26人
				13:30	
美浜	美浜いきいきプラザ 〒261-0004 高洲3-5-6	☎270-1800 FAX270-1811	火	9:30	各28人
				13:30	

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料

申込時に記載する必要事項は12面参照。