

# ルネサンス

お待たせしました！冬の公民館情報のご案内です！

11月～12月は各公民館で地域交流会を開催しました！

中央公民館



フルーツの美しい音色で  
観客席を魅了しました。

堀江公民館



サークル・こども園・小中学校の  
作品鑑賞を楽しんでいました。

富岡公民館



1年間の活動の成果を演技・  
展示で発表しました。

美浜公民館



心をひとつに。  
優美な歌声が響きました。

当代島公民館



ギター演奏と一体となって  
楽しく歌いました。

日の出公民館



ゴスペル曲で大盛り上がり！

どの公民館も盛り上がりました！

ご参加してくださった皆さま、ありがとうございました！

また、高洲公民館では1月18日(土)～1月30日(木)(作品展示)  
1月25日(土)午前10時～午後4時(演技発表会)を行いますので、  
こちらもぜひ、見に来てください！

## 公民館の主なトピックス



### 家庭教育講演会を開催しました。

9月30日(月)に市民プラザWave101にて開催しました。  
講師に臨床心理士の後藤 弘美氏をお招きし、「子育てに役立つ心理学  
～悩まない私に出会う子どもとの関わり方～」をテーマに子どもとうまく  
関わっていくための言葉かけや接し方について学びました。



### ミドル・シニアのための釣り入門講座を開催しました。

9月24日(火)、10月8日(火)の2日間、ミドル・シニアを対象に釣り入門講座を開催しました。1日目は、郷土博物館職員による浦安と漁業の歴史についての講義、2日目は船宿吉野屋さんのご協力のもと、海釣りを満喫し、雨模様でしたが、改めて東京湾の自然とその魅力に触れることができました。







『まなび』でのお申込みはこちらから

講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切 申込
あつまれ！ゲンキッズDAY	1月8日、22日、2月12日、26日 3月12日、26日（第2・4水曜日） 午後3時～4時45分 5歳～小学6年生（未就学児は保護者 同伴）先着30人	筋力・筋持久力・スピードなどを組み 入れた運動プログラムです！ （持ち物 室内シューズ） 講師：うらやす財団トレーニング指導 員	【当日直接】
親子のくつろぎスペース 「ここゆる」	1月27日、3月24日いずれも月曜日 午前10時30分～正午 0～2歳の子と保護者、先着10組	保育室でくつろぎながら、子育ての ちょっと気になることをお話ししま しょう。 助産師さんの育児相談： 1月27日、3月24日	【当日直接】
大人のステキな羊毛フェルト	2月4日、18日、25日 いずれも火曜日 午前10時～正午 18歳以上、10人 （多数は抽選）（保育あり）	羊毛フェルトで小型バック&チャーム を作ろう！ 【材料費】1,000円 講師：飯塚 淳子（デザイナー）	1月18日（土） 【まなび・八】
健康づくり応援講座	2月20日（木）午後2時30分～4時 30分 どなたでも、20人 （多数は抽選）（保育あり）	「生活習慣病」、「がん」の基礎知識 や予防について学習します。 講師：明治安田生命社員	2月5日（水） 【まなび】
楽しく学ぶ！認知症予防講 座	2月27日（木）午後2時30分～4時 30分 どなたでも、20人 （多数は抽選）（保育あり）	認知症の知識や予防について学習し、 エンディングプランを作成します。 講師：明治安田生命社員	2月12日（水） 【まなび】
大人のステキな寄せ植え	3月19日（水）午前10時～正午 18歳以上、10人 （多数は抽選）（保育あり）	春の草花を利用した寄せ植えを学び、 作品を制作します。 【材料費】3,000円 講師：三好 邦周（グリーンアドバイ ザー）	2月21日（金） 【まなび・八】
親子でよみかかせ ～春休 みスペシャル～	3月26日（水）午後3時30分～4時 30分 未就学児と保護者、先着20組	絵本の読み聞かせや、わらべうたを聞 きにきませんか？ 講師：図書館職員	【当日直接】



〒279-0004 浦安市猫実4-18-1

電話：047-351-2638



『まなび』でのお申込みは  
こちらから

講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切 申込
サタデー！おやこたいむ	1月11日、2月8日、3月8日 (第2土曜日) 午前10時～正午 3歳以下のお子さんと保護者、12組	室内で遊ぶおもちゃの使い方、絵本、手遊びなどをしながら親子で楽しい時間を過ごしましょう。 講師：おやこの広場・ほこほこ	随時 (月曜～土曜日 8:40～17:00) 【電・窓】
からだを動かしてみよう！ ～生活習慣病の予防と対策～	1月15日(水) 午前10時～正午 どなたでも、20人(多数は抽選)	生活習慣病や身体活動について学び、筋トレや呼吸困難を軽減する体操を行う。講師：平野 正広 (SBC東京医療大学 健康科学部 理学療法学科)	1月8日(水) 【まなび・八】
市民親睦将棋大会	1月19日(日) 午前9時～午後4時 小学生以上、80人(多数は抽選)	子ども(小学生)と大人(中学生以上)に分け、ランク別競技戦として3～4回戦を行います。 協力：浦安将棋同好会(公民館利用サークル)	1月10日(金) 【まなび・八】
おもちゃの病院	1月26日、2月23日、3月23日 第4日曜日 午後1時～3時	ボランティアドクターが、こわれてしまったおもちゃを修理します。 講師：おもちゃの病院うらやす(公民館利用サークル)	【当日直接】
みんな集まれ！ふれあいコンサート	2月15日(土) 午後2時～3時 どなたでも、80人	コンサートの開催により、公民館活動に親しんでもらう機会をつくり、地域住民の親睦及び交流を図ります。 講師：おとなみ吹奏楽団(公民館利用サークル)	【当日直接】
わたしらしく頑張りすぎない 育休復帰(全3回)	2月18日、25日、3月4日(全3回) いずれも火曜日 午前10時～正午 4月以降に職場復帰を予定している方 10人(多数は抽選)(保育あり)	不安や悩み事をシェアしましょう！モヤモヤを探したり、スケジュールについてお話を聞き、社会復帰方法を学びます。講師：和田 玲子(願いを叶えるアカデミー代表)	2月4日(火) 【まなび・八】
脳を学び転倒予防に役立てる 市民講座～基礎編～	2月20日(木) 午前10時～正午 どなたでも、20人(多数は抽選)	高齢者の脳機能と転倒について焦点を当て、基礎知識や簡単な運動などの指導を行います。 講師：澤 広太(SBC東京医療大学 健康科学部 理学療法学科)	2月10日(月) 【まなび・八】
市民親睦囲碁大会	2月22日(土) 午前9時～午後4時 小学生以上囲碁愛好者40人	囲碁の競技試合をラン別でリーグ戦形式で行います。協力：たけのこ囲碁サークル(公民館サークル)	2月2日(日) 【まなび・八】
<浦安藝大ワークショップ> まちを水害から守る「ポンプ場」に絵を描こう	3月8日(土) 午前9時30分～12時30分 小学生以上、先着20人	水害の歴史、ポンプ場について学び、チョークでポンプ場に絵を描くことで、まちの新たな未来を創造します。 講師：東京藝術大学、郷土博物館、道路整備課	2月21日(金) 【まなび】
KIDSランニングクリニック	3月26日(水) 午前10時～正午 小学生、20人(多数は抽選)	準備体操や体の使い方など、トレーニングを行い、50m走でタイムを計測します。 講師：兔澤 良輔(SBC東京医療大学 健康科学部 理学療法学科)	3月12日(水) 【まなび・八】







〒279-0043 浦安市富士見2-2-1

電話：047-353-0002



『まなび』でのお申込みはこちらから

講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切申込
親子おんがくひろば	1月21日、28日、2月4日 いずれも火曜日 午後2時30分～4時（全3回） 4歳以上の未就学児と保護者、先着10組（保育あり）	リズム遊びや音楽ゲーム、ハンドベルや楽器の演奏など、親子でふれあいながら音楽を楽しみます。 講師：藤原 邦子（南小図書館ボランティア）	1月17日（金） 【まなび・ハ】
親子豆まき会「桃太郎気分で鬼退治！節分を楽しもう～」	2月1日（土）午前10時～正午 未就学児と保護者、10組（多数は抽選）	鬼の話を聞き、日本文化を知るとともに、鬼のお面、豆入れの小箱の作成や鬼退治の豆まきをして日本の伝統文化を体験します。 【材料費】子ども一人100円 講師：NPO法人ヤングドアシスト	1月23日（木） 【まなび・ハ】
バレンタインコンサート	2月15日（土）午前10時30分～正午 どなたでも、50人（多数は抽選）	フルート、ヴァイオリン、ピアノによるコンサートを鑑賞し、自由な雰囲気を楽しみます。 講師：山崎 琴音（フルート）清水 ちひろ（ヴァイオリン）中島 悠莉（ピアノ）	2月4日（火） 【まなび・ハ】
【郷土博物館共催事業】 わらそうり作り	3月8日（土）午後1時～4時 小学3年生以上の小学生、12人（多数は抽選）	伝統細工のわらそうり作りを体験し、日本の文化を理解するきっかけとするとともに、自分だけの「わらそうり」を作ります。 講師：わらそうりづくりボランティア	2月26日（水） 【まなび・ハ】

今年の堀江公民館は「旅」をテーマに4講座を開催!!

6月 江戸時代庶民の旅



9月 パリ・セーヌ河畔の歴史と文化を訪ねる



7月 ロマンあふれる宇宙への旅



「旅」の楽しさを知り、旅行気分を味わいました!

11月 映像で巡る世界遺産の旅



ともにみらいをおいかけよう

富岡公民館

〒279-0021 浦安市富岡3-1-7

電話：047-354-2631



『まなび』でのお申込みはこちらから

講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切 申込
伝えよう・繋がろう・手話教室	1月11日、18日、25日、2月1日 いずれも土曜日 午前10時～11時30分（全4回） 小学生以上、15人（多数は抽選） （保育あり）	日常会話の簡単な手話を覚えます。 色々な手話の由来なども、あわせて 知ることができ、楽しく学べます。 講師：浦安市聴覚障害者協会	1月5日（日） 【まなび・ハ】
親子のくつろぎスペース 「とみぼか」	1月17日、2月21日、3月21日 いずれも金曜日 午前10時30分～正午 0～2歳の子と保護者、先着5組	赤ちゃん連れの方、ゆっくりくつろ ぎに来ませんか？※3月21日は助産 師相談があります。 講師：千葉県助産師会市川・浦安支 部ほか	【当日直接】
手作り和菓子で茶道体験	2月8日（土） 午前9時30分～午後12時30分 小学3年生以上、20人 （多数は抽選）	自分で作った和菓子で、茶道の体験 をしませんか？一度に2つの日本文 化体験ができます。 【材料費】500円 講師：花房 敬子（和菓子作り講師） 児玉 恵美子（裏千家教授）	1月20日（月） 【まなび・ハ】
古典文学「三大随筆を読む」	2月12日、19日、26日 いずれも水曜日 午前10時～正午（全3回） どなたでも、40人 （多数は抽選）（保育あり）	枕草子、方丈記、徒然草を読み、当 時の世相やそれぞれの考え方を学び ましょう。 講師：吉野 昌子（元浦安市立小中学 校長）	1月30日（木） 【まなび・ハ】
仏像鑑賞を始めようとする あなたに（初級編） ～ぜひ、行くべき関東周辺 の寺や仏像はここ！～	3月5日、12日、19日 いずれも水曜日 午前10時～正午（全3回） どなたでも、40人 （多数は抽選）（保育あり）	仏像の見分け方、関東周辺で行くべ き寺々や仏像、オススメの日帰り仏 像めぐりコース等、映像を見ながら 楽しく学べます。 講師：松井 俊明（仏像研究家）	2月13日（木） 【まなび・ハ】
気軽に始める体力づくり ～ボクシング・エクササイ ズ～	3月5日、12日、19日 いずれも水曜日 午前10時～11時30分（全3回） どなたでも、10人 （多数は抽選）（保育あり）	ボクシングの動きを基に、全身を 使ったエクササイズを行います。 講師：古川 温子（フィットネスイン ストラクター）	2月13日（木） 【まなび・ハ】
片付け備蓄が心を繋ぐセミ ナー	3月6日、13日 いずれも木曜日 午前10時～正午（全2回） どなたでも、40人 （多数は抽選）（保育あり）	災害が起きた時のために、無理なく できる家の片付けと備蓄方法等につ いて、被災地の状況も交えながら、 分かりやすく提案します。 初めの一步を踏み出してみませんか。 講師：岡部 梨恵子（防災アドバイザー）	2月13日（木） 【まなび・ハ】
スマホの基本とLINE体験	3月18日（火）午前10時～正午 おおむね65歳以上、15人 （多数は抽選）	スマートフォンの基礎から便利な機 能及びLINEの使い方を学びます。 講義で使用するスマートフォンは、 貸与します。 講師：スマホアドバイザー®	3月4日（火） 【まなび・ハ】
囲碁・将棋の広場	原則毎週土曜日 午前9時～午後4時 どなたでも	自由に囲碁・将棋を楽しみましょう。 （時間内出入り自由）	【当日直接】





〒279-0011 浦安市美浜5-13-1

電話：047-352-8811



『まなび』でのお申込み  
みはこちらから

講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切 申込
シニアに役立つ 「健康かがく」 ～自分の健康は自分で守る～	2月5日、12日、19日、26日 いづれも水曜日（全4回） 午前10時～正午 18歳以上、20人（多数は抽選）	生命科学の視点から、楽しく健康に 過ごすヒントを学びましょう。 （第1回）「生活習慣病を予防して 健康寿命を延ばそう！」他 講師：深井 文雄 （東京理科大学名誉教授）	1月28日（火） 【まなび・八】
自分だけの ランチョンマットを作ろう	3月22日（土） 午前9時30分～12時30分 新小学4年生～中学3年生、12人 （多数は抽選）	新学期に向けて、布選びや裁縫を楽し みながら、自分だけのランチョン マットを作って持ち帰ろう！ 【材料費】一人400円 講師：NPO法人ヤングドアシスト	2月1日（土）～ 3月10日（月） 【まなび・八】
心の復興コンサート Vol.14～震災から14年 ～	3月22日（土） 午後2時～4時 どなたでも、100人（多数は抽選）	震災から14年。 ソプラノ歌手の講師のコンサートで、 音楽の力による心の復興を目指しま す。どうぞいらしてください！ 「浦安市民の歌」「花は咲く」等 講師：川本 愛子（ソプラノ歌手）	2月1日（土）～ 3月10日（月） 【まなび・八】

### 親子パンづくり教室（10月6日）



### うたごえサロン（11月8日）



ともに歩き地域がつなぐ  
みんな

当代島公民館

〒279-0001 浦安市当代島2-14-1

電話：047-382-1700



『まなび』でのお申込み  
みはこちらから



講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切 申込
うたのなかまたち	1月8日、2月12日、3月12日 (第2水曜日) 午後2時～3時30分 どなたでも、先着20人	ギターなどのリズムによって、昔なつかしい名曲や季節の歌を楽しみましょう。 講師：K&H (公民館利用サークル)	【当日直接】
親子のくつろぎスペース 「まったり」	1月9日、2月13日、3月13日 (第2木曜日) 午前10時～正午 0～2歳の子と保護者、先着8組	助産師との育児相談や仲間づくりをしましょう。 講師：川口 真理子 (助産師)	【電・窓】
あつまれ！ゲンキッズDAY	1月15日、2月5日、19日、3月5日、 19日 (第1・3水曜日) ①午後3時～3時45分 ②午後4時～4時45分 ①年長・小学低学年、30人 ②小学中・高学年、30人	筋力・筋持久力・スピードなどを組み入れた運動プログラムです！ 持ち物：室内シューズ 講師：うらやす財団トレーニング指導員	【当日直接】
勇気づける子育て講座	1月16日、23日 いずれも木曜日 午前10時～正午 どなたでも、20人 (多数は抽選) (保育あり)	アドラー心理学を用いての子育てのお話を聞いてみませんか？ 講師：丸山 郁美 (ジブンスキーライフ代表)	1月8日 (水) 【まなび・ハ・窓】
折り紙・切り絵教室	1月17日、24日 いずれも金曜日 午前10時～正午 どなたでも、20人 (多数は抽選) (保育あり)	1回目は折り紙、2回目は切り絵を作りましょう。 講師：公民館職員	1月8日 (水) 【まなび・ハ・窓】
バギーガーデン	1月21日、2月18日、3月18日 (第3火曜日) 午前10時～正午 未就園児と保護者、先着8名	子どもと一緒に手遊びや工作などをしながら、ゆったりと時間を過ごしましょう。 講師：元幼稚園長、子育て経験者	【電・窓】
我が家自慢の味噌づくり	2月21日 (金) 午前10時～午後1時 18歳以上、10名 (多数は抽選) (保育あり)	無添加の豆と塩でお味噌の作り方を学びましょう。【材料費】2,000円 講師：河野 雅子 (伝統文化に親しむ会代表)	2月7日 (金) 【まなび・ハ・窓】
16ミリ映写機を使った映画鑑賞会	3月24日 (月) 午前10時～11時、午後2時～3時 どなたでも、30人	16ミリフィルムでの映画会を開催します。 講師：公民館職員	【当日直接】
春休み子ども科学教室 「LEDでじっけん！～きれいな光のランプをつくろう～」	3月26日 (水) 午前10時～正午 小学1～6年生、20人 (多数は抽選)	LEDを使って実験し、白色光とLEDの光の違いを確かめよう。 講師：坂口 美佳子 (科学読み物研究会)	3月14日 (金) 【まなび・ハ・窓】

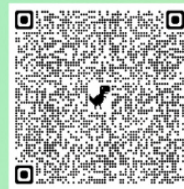




〒279-0013

浦安市日の出4-1-1

電話：047-355-8831



『まなび』でのお申込みはこちらから

講座名	日時/対象/定員	内容/講師	締切/申込
つなぐテラス	1月9日、2月13日、3月13日 (第2木曜日) 午前10時～午後1時 子育て中の方、おおむね60歳以上、 先着20人	飲み物を飲みながら多世代交流をしてみませんか? 【参加費】100円 協力：浦安市社会福祉協議会海浜2支部	【当日直接】
親子のくつろぎスペース 「ほっこり」	1月10日、2月14日、3月14日 (第2金曜日) 午後2時～4時 0～2歳の子と保護者、先着10組	親子でゆったりとした時間を過ごしてみませんか? ※2月は助産師相談があります。 講師：千葉県助産師会市川・浦安支部他	【当日直接】
おもちゃの病院	1月15日、2月19日、3月19日 (第3水曜日) 午後1時30分～4時 どなたでも ※最終受付午後3時30分	市民ボランティア団体「おもちゃの病院うらやす」が壊れたおもちゃを修理します。(※部品代がかかった場合は費用は自己負担)	【当日直接】
あつまれ! ゲンキッズDAY	1月15日、2月5日、19日、3月19日 (第1・3水曜日 ※3月5日除く) 午後3時～4時45分、5歳～小学6年生 (未就学児は保護者同伴) 先着30人	筋力・筋持久力・スピードなどを組み入れた運動プログラムです! (持ち物 室内シューズ) 講師：うらやす財団トレーニング指導員	【当日直接】
おひさまリズム	2月4日、18日、25日いずれも火曜日 午前10時～11時30分 (全3回) 2月1日現在で1歳以上の未就園児と保護者、15組 (多数は抽選) (保育あり)	サックスとピアノの音楽で身体を動かして親子で楽しく遊みましょう! 講師：花垣 由紀ほか (幼児教育指導者)	1月24日 (金) 【まなび・八】
日の出・明海地区 小・中学校書初め展	2月4日 (火) ～2月16日 (日) どなたでも	日の出・明海地区の小・中学校の書初め作品の展示です。	【当日直接】
親子たこ (和風) 作り教室	2月9日 (日)・11日 (火・祝) 午前9時30分～正午 (全2回) 小学生と保護者、10組 (小学生のきょうだい参加可) (多数は抽選)	和風の製作をし、子どもたこあげ大会 (青少年課主催・総合公園) に参加します。【材料費】1組200円 きょうだい参加は一人につき200円追加	1月27日 (月) 【まなび・八】
バスツアー DE PEACE ～東京大空襲戦災資料センターと第五福竜丸展示館見学～	2月19日 (水) 午前9時～午後4時30分 (予定) 18歳以上、20人 (多数は抽選)	平和の大切さを考えてみませんか。施設見学と空襲体験者の方の話を聴きます。【入館料】300円 昼食代は実費 (市マイクロバス利用)	1月30日 (木) 【まなび・八】
もっと身近に! @スマートフォン	2月27日 (木) 午前10時～正午 どなたでも、30人 (多数は抽選)	知っておくだけで役立つ便利なスマホの使い方を一人一人のスキルに合わせて学びます。講義で自分のスマホを使用します。スマホの貸出は行いません。 講師：村中 常夫 (一社) 瀬戸内エデュケーショナルファームズ)	2月6日 (木) 【まなび】
親子パン作り教室	3月9日 (日) 午前9時30分～午後1時30分 小学生と保護者、8組 (小学生のきょうだい参加可) (多数は抽選)	親子で一緒にパン作りを基本から学びます。【材料費】1組1,200円 きょうだい参加は一人につき600円追加	2月20日 (木) 【まなび・八】
将棋・囲碁広場	原則毎週火曜日 午後1時30分～4時30分 駒が動かせる小学生から大人、先着12人	小学生から大人まで自由に将棋、囲碁を楽しみましょう。	【当日直接】

# 公民館講座のお申し込みについて

## ◆お申し込み方法について

・お申し込み方法は各講座の締切欄をご確認ください。また下記説明もご覧ください。

【ハ】・・・往復ハガキ（※）を開催公民館宛てにお送りください。または、開催公民館の窓口に来られる方は氏名・住所を記入した郵便ハガキを持参の上、窓口にて申込書をご記入ください。

- ※
- ① 希望講座名
  - ② 郵便番号・住所
  - ③ 氏名(ふりがな)
  - ④ 年代または学年
  - ⑤ 電話番号
  - ⑥ (幼・小・中学生を申込みの場合) 保護者の氏名
  - ⑦ (在勤・在学の場合) 名称・所在地
  - ⑧ (保育希望者・親子参加の場合) 子どもの氏名(ふりがな)・性別・生年月日
- を往信欄に、氏名・住所を返信欄に記入してください。

往復ハガキでお申し込みの場合は、下の図に従って記載してください。

<p>切手 返信</p> <p>ご自分の住所・氏名・郵便番号を記入してください。</p>	<p>①希望講座名 ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④年代または学年 ⑤電話番号 ⑥(幼・小・中学生を申込場合) 保護者の氏名 ⑦(在勤・在学の場合) 名称・所在地 ⑧(保育希望者・親子参加の場合) 子どもの氏名(ふりがな)・性別・生年月日</p>	<p>切手 往信</p> <p>浦安市 〇〇〇-〇〇-〇〇 〇〇公民館 あて</p>	<p>(返信ウラ)</p> <p>※何も書かないでください。</p>
--------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------	------------------------------------

【まナビ】・・・「まナビねっとURAYASU」にアクセスし、以下のとおりお申し込みください。

The screenshot shows the 'まナビねっとURAYASU' website. A red circle highlights the '地域から探す' (Search by area) button. A red arrow points from this button to a list of citizen halls: 中央公民館, 美浜公民館, 高洲公民館, 文化会館, 総合体育館, and サッカー場. Another red circle highlights the URL in the '概要' (Summary) section: [https://app1-a.tama.ty/city-urayasu-chiba-01/offer/offerList\\_detail/180000](https://app1-a.tama.ty/city-urayasu-chiba-01/offer/offerList_detail/180000).

①「公民館のイベント・講座」をクリックします。

②「条件を絞り込んで探す」→「地域から探す」で公民館を選ぶと各公民館の講座が表示されます。参加したい講座をクリックしてください。

③概要欄のURLをクリックすると電子申請のページへ移動します。画面表示に従って必要事項を入力してください。

【電・窓】・・・開催公民館に電話または窓口でお申し込みください。(休館日を除く平日・土 9:00~17:00)

【当日直接】・・・直接、開催日に会場へお越しください(お申込み不要)。

## ◆対象者について

- ・講座を受講できる方は、原則として市内在住・在学・在勤の方です。
- ・保育は、生後6ヶ月から未就学児が対象です。