

もくせいのお会「おはなし会」

子ども対象のおはなし会です。

日時 12月8日(日) 午前10時30分から

場所 生涯学習センター

内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居

費用 無料

申し込み 不要(直接会場へ)

問い合わせ 市立図書館

☎042-985-5121



○申し込み・問い合わせは電話
または直接各公民館へ
○開催場所は原則各公民館です
○健康ポイント対象事業には、
健康ポイント手帳(お持ちの)を
お持ちください

高麗公民館

☎042-989-2381

◆ノルディックウォーキング教室

日時 12月14日(土) 午前10時～正午

対象 成人

人数 10人(申し込み順)

講師 西原隆一さん

費用 無料

持ち物等 動きやすい服装

申し込み開始日 12月5日(木)

高麗川公民館

☎042-989-9110

◆はじめようローリングストック!

もしもに備えて食べ慣れよう

日時 令和7年1月11日(土)

午前10時～正午

対象 なたでも(小学5年生以上)

人数 18人(申し込み順)

講師 高麗川ヘルスメイトの皆さん、

保健相談センター栄養士

費用 300円

※12月27日(金)までにお支払いください

(火曜日から土曜日まで)の午前8時30

分から午後5時まで。

持ち物 筆記用具、マスク、エプロン、

三角巾、手拭き

申し込み開始日 12月5日(木)

◆フラワーアレンジメント教室2

日時 令和7年1月15日(水)

午後2時～3時30分

対象 成人

人数 10人(申し込み順)

講師 金子伸昭さん

費用 1000円(教材費)

※申し込み時に直接お支払いください。

持ち物 はさみ(工作用)、持ち帰り用

の袋、飲み物

申し込み開始日 12月18日(水)

◆発酵食教室「味噌づくりにチャレンジ」

日時 令和7年2月1日(土) 午前9時

から・午前10時から・午前11時から

対象 なたでも

人数 各回4人(申し込み順)

講師 高麗川ヘルスメイトの皆さん

費用 1800円

※申し込み時に直接お支払いください。

手順や持ち物の詳細などの説明書をお

渡しします。材料手配の都合上、申し

込み後の返金はできません。

持ち物 煮た豆とその煮汁(500ml

程度)、味噌を作る容器、筆記用具、

マスク、エプロン、三角巾、手拭き

申し込み開始日 12月6日(金)

◆歴史街道歩きおもしろ講座(房総往還)

日時 令和7年1月18日・25日の土曜

日 午後2時～4時

※1回のみの参加もできます。

対象 成人

人数 各回30人(申し込み順)

講師 中島淳さん

費用 無料

持ち物 筆記用具

申し込み開始日 12月19日(木)

武蔵台公民館

☎042-982-2950

◆ゆつくり学べるはじめてのスマホ体

験・超入門編

日時 令和7年1月8日(水)

午後2時～4時

対象 スマホを持っていない人

人数 20人(申し込み順)

講師 スマホアドバイザー

費用 無料

持ち物 筆記用具

申し込み開始日 12月11日(水)

◆子育てリラクソな世界!

親子で楽しむおはなしの世界!

日時 令和7年1月18日(土)

午前10時～11時

対象 未就学児とその保護者

※祖父母の参加もできます。

人数 15組(申し込み順)

講師 風間操さん

費用 無料

申し込み開始日 12月6日(金)

◆冬の健康運動教室「寒さに負けな

い!心と身体の健康体操」

日時 令和7年1月18日・25日の土曜

日 午後2時～3時

※1回のみの参加もできます。

対象 成人

人数 各回25人(申し込み順)

講師 望月麻生さん

費用 無料

持ち物等 動きやすい服装、タオル、

飲み物、ヨガマット(お持ちの人)

申し込み開始日 12月11日(水)

◆至福のひと時 指圧・マッサージ・

お灸講座

期日・内容・費用

①令和7年1月20日(月)・指圧・無料

②令和7年1月24日(金)・マッサージ・

1000円(当日集金)

③令和7年1月27日(月)・おきゅう・3

000円(当日集金)

※1回のみの参加もできます。

時間 午前10時～11時30分

対象 成人

人数 各回20人(申し込み順)

講師 森孝史さん

持ち物等 袖や裾がめくりやすい服装、

タオル、飲み物、筆記用具、手ぬぐい

①、ハンドクリーム②お持ちの人

申し込み開始日 12月11日(水)

高麗川南公民館

☎042-989-1000

◆本格キムチづくり教室Ⅱ

日時 12月18日(水) 午前10時～正午

対象 成人

人数 10人(申し込み順)

講師 吉川しず江さん

費用 1000円(当日集金)

持ち物 エプロン、手拭きタオル、筆

記用具

申し込み開始日 12月5日(木)