



東部公民館

たんぽぽのひろば

乳幼児親子を対象に交流しながらリトミック

【日時】7月20日(木)、8月17日(木)

10時～11時30分

【講師】流山音楽療法「元気にドレミ」

小金丸尚子さん

【定員】親子20組(先着順) 【費用】無料

【申込】電話または窓口へ

おもちゃ病院 (壊れたおもちゃを治します)

【日時】7月19日(水)、8月16日(水)

9時30分～11時30分

【費用】無料(一部材料代がかかる場合あり)

こそだて I☆RO☆HA～色葉～

「夏の暑さと子どもの暮らし」をテーマに水遊びを楽しみます。

【日時】7月6日(木)、8月3日(木)

10時～11時30分

【講師】保育士・元保育園園長 田中丸宏美さん

【対象】0歳児～未就学児親子

【定員】各12組(先着順) 【費用】各500円

【持物】飲み物、軽食(こども)、着替え、帽子、おむつ(水遊び用を含む)

【申込】電話または窓口へ

いきいきスクエアステップ

転倒防止と脳トレに有効なスクエアステップ

【日時】7月12日(水)・26日(水)、

8月9日(水)・23日(水)

13時～14時30分

【定員】各30人(先着順) 【費用】各100円

【持物】タオル、飲み物、上履き

【申込】電話または窓口へ

なつかしき歌声サロン

懐かしい歌を全員で歌いましょう!

【日時】7月28日(金)、8月25日(金)

13時～14時30分

【講師】フォークシンガー 有吉かつこさん

【定員】20人(先着順) 【費用】各300円

【持物】飲み物 【申込】当日直接会場へ

こども未来ラボ(全3回) パソコンでロボットを動かしてみよう。

ロボットやセンサーなどを使ったちょっと本格的なステップアップ講座も開講中。

【日時】7月1日(土)、8月5日(土)、9月2日(土)

入門初級：10時～11時30分 ステップアップ：13時～14時30分

【対象】入門初級：小学3年生以上中学生まで(小2以下保護者同伴)

ステップアップ：小学5年生以上中学生まで

【定員】入門初級 12人(先着順) ステップアップ 10人(先着順)

【費用】各1,000円 【持物】筆記用具、飲料水 【申込】電話または窓口へ

K-POPダンス講座(全6回)

K-POPの曲に合わせて基礎から楽しく学ぼう

【日時】7月9日(日)・16日(日)・23日(日)、

8月6日(日)・20日(日)・27日(日)

①中級 9時30分～10時30分

入門初級 10時45分～11時45分

【講師】ダンス講師 江草毬乃さん

【定員】各回12人(先着順) 【費用】各1,000円

【持物】タオル、飲み物

【申込】電話または窓口へ

いきいき健康体操(旧やさしいピンころ健康法)

ふくらはぎのセルフマッサージやストレッチで血流を促進してむくみを解消しませんか

【日時】7月3日(月)、8月7日(月)

9時30分～11時30分

【講師】楊名時太極拳準師範 戸部省三さん

【定員】各回16人(先着順) 【費用】各300円

【持物】5本指ソックス、タオル、飲み物

【申込】電話または窓口へ

初めてのスマホ 使いこなそうスマホ

体験用のスマホにまず触れてみてください。

もっとスマホを使いこなしたい方の疑問にお

答えします。 スマホを既にお持ちの方は14

時以降の相談会にお越しください。

【日時】7月19日(水)、8月16日(水)

13時～14時(体験講座)

14時～16時(相談会)

【費用】無料 【持物】スマホ(お持ちの方)

【申込】当日直接会場へ

にっぽん ZOOM トラベル紀行

奈良県天理市とオンラインで交流します。

観光や歴史、名物など現地ガイドの話を楽し

んでみませんか。

【日時】7月3日(月)

10時～11時30分(9時30分集合)

【場所】多目的室

【定員】20人(先着順)

【費用】500円(奈良のお土産付き)

【申込】電話または窓口へ

《夏休み特別企画》



かがやきの森探検隊 ～森で生き物を探そう～

- 【日時】7月29日(土) 9時30分～12時 【場所】東部公民館
【講師】自然観察指導員 渋谷孝子さん
【対象】小学生とその保護者 【定員】10組(先着順)
【費用】親子1組800円(子ども1人追加につき200円)
【持物】飲み物、ヘルメット、帽子、タオル、汚れてもよい服装、虫対策(長袖、長ズボン) 雨天時は雨具着用(カッパ、長靴など)

親子料理教室

信州の郷土料理おやきを生地から作ってみよう

カレー味や季節の野菜のおやきづくりを楽しみましょう。和スイーツ付

- 【日時】7月30日(日) 10時～13時
【講師】戸部省三さん 【対象】小学生親子 【定員】8組(先着順)
【費用】親子1組1,500円(子ども1人追加につき500円)
【持物】エプロン、三角巾、マスク、タオル、布巾2枚

親子で楽しむパンづくり

チョコバナナパンを作ろう

- 【日時】7月29日(土) 10時～12時
【講師】高橋静子さん・丸のり子さん
【対象】親子 【定員】8組(先着順)
【費用】親子1組1,500円(子ども1人追加につき750円)
【持物】エプロン、三角巾、マスク、タオル、布巾2枚



マフィン&スイーツを作ろう ホットケーキミックスで作る簡単スイーツ

- 【日時】7月26日(水) 10時～12時
【対象】小学生親子 【定員】8組 【費用】1組1,500円(子ども1人追加につき500円)
【持物】エプロン、三角巾、マスク、タオル、布巾2枚 【申込】電話または窓口へ

ごはんを食べよう! 和のランチプレートを作ろう

- 【日時】8月23日(水) 10時～12時
【対象】小学生親子 【定員】8組 【費用】1組1,500円(子ども1人追加につき500円)
【持物】エプロン、三角巾、マスク、タオル、布巾2枚 【申込】電話または窓口へ

たっつんのピタゴラ教室 自分で設計したピタゴラ装置を作ってみよう。

- 【日時】8月7日(月) 9時30分～12時 【講師】ピタゴラ作家 玉置亮達さん
【対象】3歳～小学生とその保護者 【定員】10組 【費用】1組2,000円
【持物】装置に追加したいもの、汚れても良い服装 【申込】電話または窓口へ

全国子どもオンライン交流会「ご当地クイズチャンピオンシップ」

全国8か所の公民館とオンラインでつながってご当地クイズにチャレンジします。

- 【日時】7月30日(日) 10時～12時 クイズの準備とリハーサル
②8月4日(金) 10時～12時 全国交流会
【対象】小学生6人(当日参加できる方) 【費用】無料 【持物】筆記用具

夏休み子ども自習室

エアコン完備の部屋で集中して宿題を終わらせよう。サポートスタッフが巡回します。タブレットの利用も可。

- 【日時】7月24日(月)～8月7日(月) 13時～16時30分 7月31日(月)を除く
【対象】小学生・中学生 【定員】12人(予約制) 【費用】無料 【持物】筆記用具

未来ラボプログラミング自習室

CoderDojo 南柏・流山と連携したプログラミング自習室です。

自分でやりたい課題を決めて取り組みます。

- 【日時】7月9日(日)、8月13日(日) 10時～12時
【対象】小学生・中学生 【定員】12人
【費用】無料 【持物】筆記用具
【申込】CoderDojo 南柏・流山のホームページでお申し込みください。

七夕納涼飾り

公民館ロビーに笹を飾ります。願いを描いた短冊を飾り、七夕を楽しみましょう。

- 【日時】6月中旬～7月8日(土) 【場所】東部公民館 ロビー

問合せ：東部公民館 04-7144-2988

おおたかの森センター

流山市おおたかの森センター

キッズ★フェスタ

おかげさまで開館8周年！おおたかの森センターで行われるお祭り、ステージイベントやPRINCOちゃんのショー、様々な工作コーナーなど、楽しいことが盛りだくさん。今年はキッチンカーも来ます！是非ご家族みんなでご参加ください。なお、駐車場はございませんので徒歩又は公共交通機関をご利用ください。雨天決行

【日時】7月2日(日) 10時～13時(予定) 【費用】一部有料 【対象】どなたでも
【申込】不要(直接開催時間内に自由にお越しください)

おおたかの森ひろば

毎月1回、おおたかの森センターに移動児童館がやってきます。児童館のおもちゃで遊び、親子ふれあい遊び等を行います。

【日時】7月5日(水)・8月2日(水) 10時～11時30分
【定員】各25組 流山市民のみ(申込み先着順)



おもちゃ病院

壊れてしまった大切なおもちゃをご持参ください。こどもたちのモノを大切に作る心を育むボランティアグループが、おもちゃを治します。また事前におおたかの森センターでおもちゃをお預かりすることも出来ますので、受付までお持ちください。

【日時】7月5日(水)・8月2日(水) 9時30分～11時30分 【申込】不要

わくわく親子体操

親子で遊びながら裸足で運動をして、お子さんの成長や新しい発見を楽しみませんか

【日時】7月5日・12日・26日、8月2日・9日・23日・30日
各回水曜日 15時30分～16時30分

【講師】フィットネスインストラクター 澤頭智美さん
【対象】3歳～就学前児のお子様と保護者 【定員】各回20組(先着順)
【費用】800円/組 対象年齢のお子様1名追加につき1回200円
【持物】動きやすい服装(親子ともに)、着替え、飲み物、フェイスタオル



ママのためのリフレッシュサロン～ボディメンテナンス～

7月は「ボディメンテナンス」を行います。ヨガとピラティスを取り入れたメニューです。身心を整えてリフレッシュしましょう。お子さん連れの方も参加できます。

保育スペースを設けております。おもちゃの貸出しはありません。

【日時】7月11日(火) 10時30分～11時30分

【講師】ヨガインストラクター 安立摩記さん

【対象】子育てママ お子さんと一緒に参加も可

【定員】20組(先着順) 【費用】大人500円 小学生以下100円

【持物】動きやすい服装、ヨガマットもしくは厚手のバスタオル、飲み物、タオル、お子様のおもちゃ

【申込】NPO法人 Rise up 女性サポート実行委員会 ☎: 04-7103-8249 ✉: riseup.kunoichi@goo.jp



中高生のマンガ入門講座～プロの漫画家の技を探れ！！(全2回)～

漫画家がみんなの聞きたい事に何でも答えます。

【日時】8月2日(水) 10時～11時45分、8月9日(水) 13時～14時45分

【講師】漫画家 横島一さん 【対象】中学生・高校生 【定員】15人(申込み先着順)

【費用】3,000円(全2回) 【持物】マンガを描く筆記用具 紙は不要



受験生必見！！今からでも間に合う小論文対策講座

小論文とは自分の主張を根拠を踏まえて分かりやすく書いた文章のことです。

今でも間に合う、今なら間に合う、小論文対策をぜひ受講してください。

【日時】8月23日(水) 13時30分～15時30分

【講師】つくば国際大学医療保健学部医療技術学科教授 石垣明子さん

【対象】中学生・高校生 【定員】20人(先着順) 【費用】1,300円 【持物】筆記用具



小学生向け運動遊び

夏休みも楽しく運動、コーディネーショントレーニング！

神経系に視点を置いたトレーニング方法で、

自分の思い通りに身体を動かせるようになる！ 1日のみの参加も可能

【日時】8月3日(木) 10時～11時、8月22日(火) 13時30分～14時30分

【講師】インストラクター 澤頭智美さん

【対象】小学生 【定員】20組(申込み先着順)

【費用】1回800円/人 【持物】動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル



夏休み特別企画！絵本作家が教えるキッズアートスクール

夏の雲、青い海、線香花火に、かき氷♪夏をテーマに絵画作品を作りましょう！

絵が苦手な子も、好きな子も、楽しく書かためのコツをお伝えします。

【日時】8月5日(土) 9時～11時30分と13時～15時30分

【講師】絵本作家・イラストレーター 小林由季さん

【対象】小学生 【定員】各回10人(申込み先着順) 【費用】2,000円

【持物】画用紙、絵の具セット、筆記用具、絵を描く画材(自由にお持ちください)、エプロン又は汚れても良い服装

【申込】7月11日から電話または窓口へ



夏休み子どもワークショップ～森の中の小さなお家を作ろう～

木のパーツを自由に組み合わせて、自分だけのミニチュアハウスを作ります。

- 【日時】8月8日(火) 9時30分～11時
- 【講師】センター職員 【対象】小学生以上(小学校1・2年生保護者同伴推奨)
- 【定員】15人(申込み先着順) 【費用】1,200円
- 【持物】汚れても良い服装、ピンセット、作品を持ち帰るマチ付きの紙袋
- 【申込】7月12日から募集開始

親子星空探検隊～夏の星座～

ハイアマチュアの天体望遠鏡を使って月や惑星を観望し、天体についてのお話を聞いて知識を深めましょう

- 【日時】7月28日(金) 19時～20時30分 警報発令時のみ中止
- 【講師】プラネタリウム解説員 唐崎健嗣さん
- 【対象】5歳以上～上限なし 小学生は必ず保護者も一緒にご参加ください。
- 【定員】15組(申込み先着順) 未成年者の送迎は保護者の責任でお願い致します。
- 【費用】親子2人1組で1,500円(1人追加につき750円)



親子星空探検隊～夏休み特別ワークショップ・望遠鏡づくり～

夏休み特別ワークショップとして「星の手帳社製15倍望遠鏡」を手作りしそれを使って観望会をします。

- 【日時】8月22日(火) 19時～20時30分 警報発令時のみ中止
- 【講師】プラネタリウム解説員 唐崎健嗣さん
- 【対象】5歳以上～上限なし 小学生は必ず保護者も一緒にご参加ください。
- 【定員】15組(申込み先着順) 未成年者の送迎は保護者の責任でお願い致します。
- 【費用】親子2人1組で3,000円。1組で1台望遠鏡を作ります。望遠鏡1台追加につき1,500円、1人追加につき750円。



森の音楽会 バイオリン編～こんなバイオリン演奏、聞いたことありますか～

親子で楽しめるバイオリン(独奏)の演奏会です。

- 【日時】8月27日(日) 10時30分開場 11時開演
- 【講師】バイオリン演奏 Ryogo Kobata / 小畑亮吾さん
- 【対象】親子 【定員】50人(先着順) 【費用】1人800円(3歳以下無料)

問合せ：おおたかの森センター 04-7159-7031

南流山センター

ポールウォーキングで健康増進

- 【日時】7月3日(月) 15時～16時30分、7月31日(月)、8月28日(月) 9時30分～11時
- 【講師】ポールウォーキング協会 小林幹夫さん
- 【定員】各回20人(先着順)
- 【費用】各500円/人(別途貸出ポール100円)
- 【持物】飲み物、運動靴、帽子、タオル
- 【申込】開催月の前月21日から電話または窓口へ

シニア活き活き健康体操

- 【日時】7月7日(金)・28日(金) 15時～16時
- 【講師】(公社)日本3B体操協会指導員 小谷野裕美さん
- 【対象】シニア 【定員】各50人(先着順)
- 【費用】各300円/人
- 【申込】開催日の前月21日から電話または窓口へ
- 【持物】タオル、飲み物、動きやすい服装

子育てママのリフレッシュサロン

- 【日時】7月6日(木) 10時30分～11時30分
- 【講師】インストラクター 佐々木務代さん
- 【対象】子育てママ(お子様と一緒に参加も可)
- 【定員】30人(先着順)
- 【費用】500円/人 お子さんは100円
- 【持物】汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装・靴、お子様のおもちゃ
- 【申込】開催月の前月21日から電話または窓口へ

赤ちゃんと一緒におしゃべりヨガ

- 【日時】7月25日(火) 10時～11時30分
- 【講師】美ヨガインストラクター 出口真由子さん
- 【対象】生後2ヶ月～ハイハイ前までの赤ちゃん連れの方および妊娠16週以降で医師の同意のある方
- 【定員】15組(先着順) 【費用】500円
- 【持物】お子様を寝かせるバスタオル、飲み物
- 【申込】開催月の11日から電話または窓口へ

こどものためのプログラミング教室

- (CoderDojo Nagareyama)
- 【日時】7月15日(土)、8月19日(土)10時～12時
- 【講師】半導体エンジニア 三添公義さん
- 【対象】小学校1年生～高校3年生
- 【定員】各回15人(先着順) 【費用】無料
- 【持物】ノートパソコン

- (パソコンの貸し出し可 数量限定)
- 【申込】開催月の1日から電話または窓口へ

子育てママの集い「すくすくひろば」

- 【日時】7月12日(水) 10時～11時30分
- 【対象】子育てママ(お子様と一緒に参加も可)
- 【定員】10組(先着順) 【費用】無料
- 【持物】タオル、飲み物、動きやすい服装
- 【申込】開催月の前月1日から電話または窓口へ

ゆるりリラックスヨガ

- 【日時】7月11日(火)・25日(火) 13時～14時
- 【講師】ヨガインストラクター 堀井美知子さん
- 【対象】大人 【定員】各20人(先着順)
- 【費用】各500円
- 【持物】ヨガマット、動きやすい服装
- 【申込】開催月の1日から電話または窓口へ

フィットネスフラ「nani Aloha」

- 【日時】7月2日(日)・16日(日)、8月6日(日)・20日(日) 10時～11時
- 【講師】フィットネスインストラクター emiさん
- 【対象】どなたでも参加可
- 【定員】各20人(先着順) 【費用】500円/人
- 【持物】パウスカート(フラスカート)または動きやすい服装、タオル、飲み物、男性はTシャツ、半ズボン、ジャージなど。足元はハダシまたは靴下
- 【申込】開催月の前月21日から電話または窓口へ

親子で一緒にズンピーニ「楽器を使ってリズム遊び」と「英語のリズムに合わせてホップ・ステップ・ジャンプ」
心も体も楽しくなる、親と子のハッピータイム!

【日時】 楽器を使ってリズム遊び 7月16日(日) 10時30分~11時10分
英語でリズム体操 7月2日(日)、8月6日(日) 10時30分~11時10分

【講師】 インストラクター 中畑珠枝さん
【対象】 生後6ヶ月~4歳のお子様とその保護者 【定員】 各回10家族(先着順)
【費用】 500円/家族 【持物】 楽器は南流山センターでご用意します。
【申込】 開催月の前月21日から電話または窓口へ



初心者向けバレエクラス ~ 憧れのバレエを習ってみませんか ~

初めてのバレエクラス(小学校1-2年生、3年~6年生)

親子バレエクラス(バレエ入門に向けた体験レッスン)

大人の為のバレエ・ストレッチ(バレエの要素を取り入れたエクササイズ)

【日時】 7月9日(日)・23日(日)、8月6日(日)・27日(日)
15時10分~15時55分 16時~17時 11時~11時40分 9時30分~10時30分
8月6日の はお休み

【講師】 バー・アスティエ認定講師 塩澤咲英さん
【対象】 小学1 2年生 小学3年~6年生 3歳~就学前のお子様とその保護者
大人(お子様同伴可)

【定員】 各10人 各20組 各20人 (各コース共先着順)
【費用】 各800円/人 1,000円/組
【持物】 動きやすい服装、靴下、パレシューズ、(お持ちの方)、タオル、飲み物
【申込】 開催月の前月21日から電話または窓口へ

夏休み特別企画

バイリンガルキッズと英語で遊ぼう 英語って楽しい、体験型レッスン

リズムに合わせて英文や英単語を発音する学習やゲームを使って遊びながら自然と英語を学ぶことが
できるコース

身近な物や感情表現などを通して英語を学ぶコース

【日時】 7月29日(土)、8月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)
10時~10時50分 11時~11時50分

但し8月19日は、14時30分~15時20分 15時30分~16時20分

【講師】 インターナショナル幼稚園保育士 大山かほりさん
アシスタント 高野彩さん(海外在住歴8年)

【対象】 3歳児~5歳児 小学3年生~6年生
【定員】 各15人(先着順、保護者同伴不可) 【費用】 各2,500円/5回コース(テキスト代込み)
【持物】 動きやすい服装、飲み物 【申込】 7月1日から電話または窓口へ

フラワーアレンジメント

ドライフラワーを用いた素敵な壁掛け用リースづくり。

【日時】 8月5日(土) 10時~12時 【講師】 花の会代表 岡本ともこさん
【対象】 小学生・中学生 【定員】 15人(先着順) 【費用】 1,400円/人(材料費込み)
【持物】 飲み物、ハサミ 【申込】 7月11日から電話または窓口へ

未来を作ろう、こどもプログラミング体験フェス

学校ではできない様々なデジタルデバイスのプログラミング体験を通して、子どもの創造性を
伸ばすためのきっかけにします。

デジタルデバイスの動きの模擬&プログラミング体験

- ・ドローン tello : 飛行操縦 ・toio(GoGo プログラミング) : toio-Do 迷路
- ・ロボットアーム Dobot Magician Lite : モノつかみ・移動
- ・micro:bit & パソコン : りんごキャッチゲーム

【日時】 7月30日(日) 13時~17時
【協力】 流山商工会議所青年部、GRIPS、江戸川大学廣田研究室
ジオグリフ、CodeDojo Nagareyama

【対象】 小学3年生~中学生と保護者
【定員】 体験参加100人(先着順) 見学のみも可能。(申込不要)
【費用】 体験イベントチケット6回分1,000円/組(本人と保護者)
【申込】 申込み不要 当日受付順

こども料理教室

やってみよう手作りご飯! 夏休みの思い出作りにお料理にチャレンジ

【日時】 8月19日(土)・27日(日) 10時~12時
【講師】 松戸友の会の皆さん 【対象】 小学生(保護者同伴不可) 【定員】 各18人(先着順)
【費用】 1,500円/人(材料費込み) 【申込】 7月21日から電話または窓口へ

児童お話し会

夏の思い出に楽しい楽しいお話し会がはじまるよ! パネルシアター、絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊び

【日時】 8月26日(土) 10時30分~11時30分
【出演】 NPO 法人菜の皆さん
【対象】 年中、年長、小学1 2年生(保護者同伴) 【定員】 20人(先着順)
【費用】 無料 【申込】 8月1日から電話または窓口へ

問合せ: 南流山センター 04-7159-4511



北部公民館

歌のひろば

みんなで楽しく歌いましょう
【日時】7月20日(木) 13時30分～15時
【場所】2階 大会議室
【講師】音楽講師 比嘉りとさん、石塚りんさん
【定員】80人
ご予約のない方は当日入場できません
【費用】無料
【申込】7月1日9時から電話または窓口へ

みんなでリフレッシュ

音楽に合わせて歌い軽い体操で楽しい時間を
過ごし心身ともにリフレッシュしましょう
【日時】7月26日(水) 13時～14時30分
【場所】2階 大会議室
【講師】流山音楽療法「元気にドレミ」
小金丸尚子さん 伴奏：岩附敬子さん
【定員】30人(先着順) 【費用】無料
【申込】7月1日9時から電話または窓口へ

エンジョイ マツス

専用のボールをマットに投げて落ちた場所に
応じて得点化する誰でも簡単に楽しめる脳トレ運動
【日時】7月19日(水) 13時～14時30分
【場所】2階 大会議室
【講師】マットスインストラクター 秋元菊江さん
【定員】20人(先着順) 【費用】無料
【申込】7月1日9時から電話または窓口へ

楽しく学ぶシリーズ!

「あなたは大丈夫? フレイル予防」

フレイルを正しく理解し、予防の具体的な方法を学びましょう。
【日時】7月11日(火) 10時～11時30分
【場所】1階 第2会議室
【講師】明治安田生命保険相互会社講師
【定員】20人
【費用】無料
【申込】6月21日9時から電話または窓口へ
(先着予約受付中)

かんたんハンドメイドシリーズ

牛乳パックで作るブローチ
【日時】7月12日(水) 13時～15時
【場所】1階 第2会議室
【定員】10人 【費用】300円(材料代)
【持物】布切りばさみ、定規、接着剤
【申込】6月21日から電話または窓口へ
牛乳パックで作る小物入れ
【日時】8月9日(水) 13時～15時
【場所】1階 第2会議室
【定員】10人(小学生も可)
【費用】100円(材料代)
【持物】定規、はさみ、接着剤、洗濯バサミ
【申込】7月21日9時から電話または窓口へ

夏のおはなし会

大型絵本やパネルシアターなど楽しい「おはなし」の世界をお友達と一緒に楽しみましょう。
【日時】7月19日(水) 10時～11時30分
【場所】大会議室
【定員】20組(未就学児とその保護者)
【申込】7月1日9時から電話または窓口へ
(先着予約)

子ども料理教室

チョコレートケーキ&フルーツゼリー
【日時】7月23日(日) 10時～11時30分
【場所】1階 調理室 【定員】8組
(小学1年生～3年生のお子さんとその保護者)
【費用】1,000円(材料代)
【持物】エプロン、三角巾、布巾2枚、持ち帰り容器、マスク
【申込】7月11日9時から電話または窓口へ
(先着予約)

サマーコンサート

「流山シニアアンサンブル」による、夏に相應しい曲を演奏して頂きます。
【日時】7月30日(日) 13時～14時
【場所】2階 大会議室
【定員】100人(先着順) 【費用】無料

問合せ：北部公民館 04-7153-0567

初石公民館

親子サロン(おもちゃ病院) 子育て中のお母さんと乳幼児の情報交換、仲間作りに

【日時】7月4日(火)・18日(火)、8月1日(火)・15日(火) 10時～11時30分
7月4日、8月1日は、おもちゃ病院が開院
7月18日、8月15日は、紙しばい、絵本の読み聞かせ
【場所】和室 【対象】子育て中のお母さんと乳幼児
【定員】各回15組(先着順) 【費用】無料 【持物】飲み物 【申込】不要

パソコン講座

マンツーマンでパソコンの悩み、よろず受け付けます
【日時】7月3日(月)・4日(火) 13時30分～16時30分
8月2日(水)・3日(木) 13時30分～16時30分
【場所】講義室 【講師】流山パソコンボランティア(NPV)の皆さん
【対象】パソコン初心者 【定員】各回5人(先着順)
【費用】2,500円/回(2日間) 1日のみの参加も可(費用は同額)
【持物】パソコン、電源ケーブル、相談したい機器
【申込】開催月の前月1日8時30分より電話または窓口へ



フレイル予防体操

フレイル(加齢により体や精神が衰える状態)を予防する体操です。

- 【日時】7月10日(月)、8月7日(月)、9月11日(月) 15時30分~16時30分
- 【講師】健康運動指導士 友田純恵さん
- 【定員】35人(先着順)
- 【費用】900円(全3回)
- 【持物】飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装
- 【申込】電話または窓口へ



スクエアステップ

マシ目で区切ったマットの上でステップを踏んで足腰と脳の老化防止。

7月~9月全3回を一括申込み。

- 【日時】7月26日(水)、8月23日(水)、9月27日(水) 10時~11時
- 【講師】スクエアステップ公認指導員 小泉尚昭さん
- 【定員】35人(先着順)
- 【費用】900円(全3回)
- 【持物】室内用運動靴、飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装
- 【申込】電話または窓口へ



ママのためのリフレッシュサロン~ウエストシェイププログラム~

みんなで体を動かしリフレッシュしましょう。

ママと同じホールにお子様の保育スペースを用意しています。

- 【日時】7月3日(月) 10時30分~11時30分
- 【場所】ホール 【講師】フィットネスインストラクター 須藤由紀さん
- 【定員】30組(先着順) 【費用】500円(お子様100円)
- 【持物】飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット
- 【申込】電話または窓口へ



サマーコンサート

歌手の三好英夫さん、武山伸一さん、西尾和子さん、と一緒に七夕を彩りませんか。

- 【日時】7月7日(金) 13時~15時予定(開場12時30分)
- 【場所】ホール 【定員】80人(先着順) 【費用】500円
- 【持物】飲み物 【申込】電話または窓口へ



皆で歌おう心のうたを

三好英夫さん、好音会(こうねかい)の伴奏で懐かしい歌を歌いましょう!

- 【日程】8月18日(金) 13時30分~15時予定(開場13時)
- 【場所】ホール 【定員】80人
- 【費用】300円 【持物】飲み物
- 【申込】不要

夏休み親子陶芸教室

プロの陶芸家の指導でオリジナルの陶器を作ろう!

- 【日時】7月23日(日) 10時~15時 作陶
- 8月6日(日) 10時~15時 絵付け
- 8月20日(日) 9時 総評・作品お渡し
- 【場所】ホール 【対象】小学生以上とその保護者
- 【定員】25組 【費用】3,000円(3日間)
- 【持物】飲み物、汚れてもよい服装 【申込】7月1日から電話又は窓口へ



夏休み子どもワークショップ

モザイクタイルでオリジナルのコースターを作ります。

- 【日時】7月30日(日) 13時~14時30分 【場所】ホール
- 【対象】小学1年生以上(小学校1・2年生保護者同伴推奨)
- 【定員】20人 【費用】1,500円
- 【持物】飲み物、汚れてもよい服装
- 【申込】7月1日から電話又は窓口へ



親子防災チャレンジ

いざという時の連絡、非常時の調理など家族で協力してできることを楽しく学びましょう。

- 【日時】8月27日(日) 9時30分~12時
- 【場所】ホール
- 【講師】NPO 防災対策サポート代表 岩佐善之さん
- 【定員】15組(小学生と保護者) 【費用】500円/組
- 【持物】飲み物、タオル 【申込】7月21日から電話又は窓口へ



問合せ：初石公民館 04-7154-9101



子ども向け講座

夏休み期間を利用して、市内在住の小学生を対象とした体験講座を行います。

講師：気象予報士 吉永泰祐さん、ヨガインストラクター はやし めぐみ さん 他 ホームページ用 QR コード

講座名	日時	対象・定員	費用	持ち物	申込
子ども電気教室 ～備長炭電池で電気を学んでみよう～	7月22日(土) 10時～11時	小学3年～6年生 30人(先着順)	無料	筆記用具	電子申請
まが玉づくり教室	7月25日(火) 10時～12時 13時30分～15時30分	小学1年～6年生 (3年生以下は保護者同伴) 各12人(先着順)	各100円 (材料代)	鉛筆、消しゴム、 タオル、マスク、 汚れてもよい服装	電話
気象予報士と一緒に地球温暖化について考えよう！	7月26日(水) 10時～12時	小学4年～6年生 20人(先着順)	無料	筆記用具	電話
キッズヨガ教室	7月30日(日) 9時～10時 10時30分～11時30分	小学1・2年生 小学3・4年生 各20人(先着順)	無料	動きやすい服装、 ヨガマット(お持ちの方のみ)、 飲み物、タオル、筆記用具	電子申請
初心者囲碁教室	8月2日(水) 10時～12時	小学1年～6年生 20人(先着順)	無料	なし	電子申請
初心者将棋教室	8月8日(火) 9時30分～11時30分	小学1年～6年生 20人(先着順)	無料	筆記用具	電子申請
オリジナルくまマフィンを作ろう	8月9日(水) 13時30分～15時30分	小学4年～6年生 6人(先着順)	700円 (材料代)	エプロン、三角巾、 手拭き、ふきん、持ち帰り用の 容器、マスク	電話
風力発電機を作り風の力を体験しよう	8月23日(水) 10時～12時	小学4年～6年生 15人(先着順)	800円 (8月19日からキャンセル料がかかります)	薄いペットボトル2本(500mL程度)、 はさみ、軍手、筆記用具	電話
うさぎのチョコチップクッキーを作ろう	8月24日(木) 13時30分～15時30分	小学4年～6年生 6人(先着順)	500円 (材料代)	エプロン、三角巾、 手拭き、ふきん、持ち帰り用の 容器、マスク	電話

バリアフリー演劇鑑賞会 「新・當世女子高生氣質 ～モームってナウシカじゃないの?～」

障害のある方もない方も、若い人も高齢の人も楽しめる演劇鑑賞会です。今回は、千葉県立松戸国際高等学校演劇部による演劇です。聴覚障害の方には字幕表示を、視覚障害の方には音声ガイドを、会場受付から公演最後まで、高校生による鑑賞サポートもあります。日頃、演劇鑑賞してみたいけど...とためらっていた方、この機会に会場に足を運んで、思い切り笑い楽しんでください。

【日時】8月5日(土) 13時30分～14時40分(13時開場)

【場所】生涯学習センター 【定員】100人(先着順) 【費用】無料

【申込】8月3日まで電話または電子申請

(鑑賞サポートを希望する方は8月1日までに要申し込み)

- 鑑賞サポート
- ・聴覚障害の方には台本情報をもとに字幕表示を用意
 - ・視覚障害の方には音声ガイドを用意
 - ・補助犬同伴の方にはゆったりとしたスペースを用意
 - ・車いすの方には同伴者と一緒にスペースを用意
 - ・難聴者の補聴器や人工内耳の聞こえをサポートするヒアリンググループ席を用意



バリアフリー演劇鑑賞会

申込用 QR コード

問合せ：中央公民館 04-7158-3462