



Renaissance ルネサンス

2025年
秋号
発行・編集
浦安市教育委員会

地域交流会・発表会を楽しもう！

日頃、公民館を利用し、学習活動を展開しているサークルが、学習成果を発表する場として、また、地域交流の場とするために、作品展示と演技発表等を行います。ぜひ、お越しください！

	日 時
高洲公民館	サークル展示★発表会 1月17日(土)～1月28日(水) (作品展示) 1月24日(土) 午前10時～午後4時 (演技発表)
中央公民館	地域交流会 11月8日(土) 午前9時～午後4時
堀江公民館	展示・発表会2025 12月6日(土) 午前9時～午後7時 (作品展示・演技発表) 12月7日(日) 午前9時～午後4時 (作品展示のみ)
富岡公民館	サークル成果発表会 11月8日(土) 午前10時～午後7時 ※作品展示は、1ヵ月程度開催
美浜公民館	サークル発表会 11月1日(土)～11月9日(日) (9日は午後3時まで) (作品展示)
	11月8日(土) 午前9時30分～午後5時 11月9日(日) 午前10時～午後5時30分 (演技発表)
当代島公民館	演技・展示発表会「Enjoy当代島」 11月29日(土) 午前10時～午後5時 (作品展示・演技発表) 11月30日(日) 午前10時～午後4時 (作品展示・演技発表)
日の出公民館	地域交流会 11月29日(土) 午前10時～午後4時 11月30日(日) 午前10時～午後3時

冬休みは 公民館で書初めの 練習をしよう

冬休みの課題である
書初めの練習をします。

日にち	時間	場所
12月24日（水）	午前10時～正午	高洲公民館 当代島公民館 日の出公民館
	午後1時30分～3時30分	中央公民館 堀江公民館 富岡公民館
12月25日（木）	午前10時～正午	美浜公民館

対象：小学3～6年生、各回40人（多数は抽選）
※美浜公民館の定員は30人

持ち物：習字道具（書初め用）、用紙（書初め用）、
手本、ゴミ袋、習字用雑巾、レジャーシートか新聞紙（床に敷く用）

協力：退職校長会

締切・申込：12月8日（月）【まなび・ハ】

お申込みは、各公民館のQRコード、またはハガキにてお願いいたします。お問い合わせも、各公民館にお願いいたします。



10月～12月の主催事業



〒279-0023 浦安市高洲5-3-2

電話：047-304-0313



『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	10月8日、22日 11月12日、26日 12月10日、24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	トレーニング指導員と一緒に運動しよう！ 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」	10月27日、12月22日 第4月曜日午前10時30分～正午 0歳～2歳のお子さんと保護者、10組	保育室でくつろぎながら楽しく遊んだり、子育ての気になることをお話ししましょう。 講師：子育てボランティア	【当日直接】
転ばぬ先のセルフケア 足もみ健康講座	11月11日、18日 午前10時～11時 30分 いずれも火曜日 全2回 どなたでも、20人（多数は抽選） （保育あり）	腰痛・膝痛・不眠・更年期障害・外反母趾などの悩みを解決するため、足もみ方法や効果を学びます。 講師：小池 美幸（国際若石認定プロリフレクソロジスト&認定講師）	10月23日 （木） 【まなび・八】
クリスマス子どもクッキー作り教室	12月23日（火） 午後1時30分～4時 小学3年生～中学生、14人 （多数は抽選）	アイシングで手作りクッキーを作ってみよう。 講師：NPO法人ヤングドアシスト 【材料費】1人600円	12月12日 （金） 【まなび・八】
【消費生活センター 共催事業】 消費者教育講座『改めて考える健康食品』	1月21日（水） 午後2時～3時30分 原則小学5年生以上の方、30人 （多数は抽選）（保育あり）	健康食品やサプリメントの正しい理解や健康被害などの消費者トラブルについて学び、SNS広告や通信販売などの買い方に関するトラブルの予防策を習得します。 講師：一般社団法人日本臨床栄養協会	1月9日（金） 【まなび・八】

10月～12月の主催事業



〒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	申込切
サタデー！おやこたいむ	10月11日、11月15日、 12月13日 いずれも土曜日 午前10時～正午 3歳以下のお子さんと保護者、 先着12組36人以内	おもちゃで自由に遊んだり、絵本、手遊び など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	各開催日の2日前 まで申込 【まなび】
季節の折り紙教室	10月22日、11月26日、 12月17日 いずれも水曜日 午前10時～正午（全3回） 18歳以上の方12人 （多数は抽選）（保育あり）	折り紙を使い、季節ごとのテーマに合わせた 壁飾りやポチ袋などの作品を制作します。 講師：片山 久仁子（折り紙指導者）	10月10日（金） 【まなび・ハ・窓】
オレンジリボンフェスタ	10月26日（日） 午後1時～4時 どなたでも100人 （当日先着順）	ゴスペル音楽のライブや講演、ワーク ショップを行い、子どもへの虐待防止を啓 発する。 講師：エノーマス・ヴォイスほか	【当日直接】
おもちゃの病院	10月26日、11月23日、 12月28日 いずれも日曜日 午後1時～3時 どなたでも	おもちゃドクターが、壊れてしまった大切 なおもちゃを修理します。 協力：おもちゃの病院うらやす ※部品代がかかった場合は自己負担	【当日直接】
【多様性社会推進課共催事業】 わが家の家事シェア攻略 法～家事をチーム化するコツ	11月1日（土） 午後2時～4時 どなたでも20人 （多数は抽選）（保育あり）	わが家の家事シェア攻略法として、家事を チーム化し、家族の関係から働き方までを 円滑にする家事シェアのコツなどを学びま す。 講師：三木 智有（家事シェア研究家）	10月20日（月） 【まなび・ハ・窓】 ※保育の締切は 10月9日（木） まで





『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	締切申込み
おそとで楽しむ絵本の時間	11月5日（水） 午前10時～10時30分 未就学児と保護者10組（多数は抽選）	絵本の読み聞かせや手遊び、わらべうたにふれます。 講師：図書館堀江分館職員	10月22日（水） 【まなび・ハ・窓】
サークル体験講座 「ボクシングエクササイズ」	11月6日、13日（いずれも木曜日） 午前10時～11時30分（全2回） 18歳以上の方12人 （多数は抽選）（保育あり）	サークル体験講座として、ボクシングエクササイズを体験します。 講師：古川温子 （beauty-fighter）	10月23日（木） 【まなび・ハ・窓】
映像で巡る世界遺産の旅	11月14日、21日（いずれも金曜日） 午前10時～正午（全2回） 18歳以上の方20人 （多数は抽選）（保育あり）	ヨーロッパを中心とした世界遺産について、映像を見ながら基礎知識を学びます。 講師：鶴谷巖（世界遺産アカデミー認定講師）	10月24日（金） 【まなび・ハ・窓】
クリスマスコンサート2025	12月13日（土） 午前10時30分～正午 どなたでも、100人（多数は抽選）	オカリナによるコンサートを鑑賞し、自由な雰囲気を楽しみましょう。 講師：中村玲子（オカリナ講師他）	11月30日（日） 【まなび・ハ・窓】

堀江の「夏」楽しく活動できました!!

★ほりえいきいきサロン

7月
「みんなで踊ろう盆踊り」



8月
「ものづくり」



★きぼう青年学級 8月

7月
「サマーコンサート」



「紙ねんどを使ったスイーツ作り」



★夏休みのこどもたち

「子どもパン作り教室」



「親子ねんど教室」



「貝殻のエコパージュ」



〒279-0021 浦安市富岡3-1-7

電話：047-354-2631

ともに未来をおいかけよう

富岡公民館



『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
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 (ルールのわかる方)	自由に囲碁・将棋の対局を楽しみましょう。(時間内出入り自由)	【当日直接】 開催の有無は富岡公民館にお問合せください。
親子のくつろぎスペース「とみぼか」	10月17日、11月21日、12月19日 いずれも金曜日 午前10時30分～正午 0～2歳児と保護者 先着5組	赤ちゃんと一緒に、ゆっくりくつろぎに来ませんか? 講師：千葉県助産師会市川・浦安支部ほか	【当日直接】 開催の有無は富岡公民館にお問合せください。
【サークル体験講座】 ユーモア光る!川柳に挑戦してみよう(全3回)	10月25日、11月15日、29日 いずれも土曜日 全3回 午前10時～正午 どなたでも 10人 (多数は抽選) (保育あり)	五七五のリズムで、身近な出来事や心情をユーモラスに表現してみませんか? 講師：浦安とみおか川柳会 (公民館サークル)	10月14日(火) 【まなび・八】
シニアから始めるスマホ講座(全4回)	11月4日、11日、18日、25日 いずれも火曜日 全4回 午前10時～正午 概ね65歳以上 10人 (多数は抽選)	アイコンの操作、Wi-Fi接続、カメラ機能の理解、LINE等の操作を学び、スマホの便利な使い方をマスターしましょう。(Androidスマホ中心) 講師：AAネット浦安IT部会 (公民館サークル)	10月20日(月) 【まなび・八】
免疫力アップピラティス体験(全3回)	11月12日、19日、26日 いずれも水曜日 全3回 午前10時30分～正午 どなたでも 15人 (多数は抽選) (保育あり)	ピラティスの基礎を体験しませんか? また、ずっと自分の足で歩けるよう体づくりにもつながりましょう。 講師：梅木 由美 (ピラティス・メンタルフィットネストレーナー)	10月24日(金) 【まなび・八】
クリスマス寿司を作ろう	12月6日(土) 午前10時～12時30分 小学3年生～中学生 16人 (多数は抽選)	クリスマスを和で楽しむクリスマス寿司作りを体験します。 講師：全国友の会 浦安方面 (公民館サークル) 【材料費】600円/1人	11月21日(金) 【まなび・八】
みんなでパンづくり教室	12月13日(土) 午前9時30分～午後1時30分 小学3年生～中学生 16人 (多数は抽選)	生地や発酵の仕組みを学びながらパン作りを体験し、焼き立てのパンを試食します。作ったパンは持ち帰ることもできます。 講師：NPO法人ヤングドアシスト 【材料費】600円/1人	11月27日(木) 【まなび・八】
富岡のクリスマスコンサート	12月20日(土) 午後2時～3時30分 どなたでも(未就学児は保護者同伴) 100人(多数は抽選)	女声コーラスやマリンバとピアノを鑑賞したり、みんなで合唱したり打楽器を合奏したりして楽しみましょう♪ 講師：島津 健一(日本マリンバ協会会員)、女声コーラスそれいゆ	12月1日(月) 【まなび・八】



10月～12月の主催事業

〒279-0011 浦安市美浜5-13-1

電話：047-352-8811



『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
浅草に出会って今日を愉しむ	11月12日、19日、26日、 12月3日、10日、17日 いずれも水曜日 午前10時～正午（全6回） 18歳以上 20人（多数は抽選）	浅草の歴史から現在までの成立ちをテーマに、その魅力を探り、愉しみましょう。 11月26日及び12月17日は、現地浅草の街を歩きます。（現地集合・現地解散、交通費は実費負担） 講師：佐藤 厚行（社会人講師）	10月29日（水） 【まなび・ハ・窓】
【消費生活センター共催事業】 消費者教育講座『髪の毛のイロイロ ヘアカラー講座』	11月27日（木） 午後1時30分～3時 どなたでも 30人 （多数は抽選）（保育あり）	ヘアカラーリング製品の安全な使い方や皮膚トラブルに関する情報などを、専門家から学ぼう！ 講師：日本ヘアカラー工業会	11月13日（木） 【まなび・ハ・窓】
クリスマスオブジェ制作講座	12月2日（火） 午前10時～正午 18歳以上 16人 （多数は抽選）（保育あり）	プレゼントボックスを積み上げたベースに可愛い飾りやお花をあしらってクリスマスを彩る作品を作りましょう。 材料費：2,000円 講師：岩下 純子（フラワーデザイナー）	11月17日（月） 【まなび・ハ・窓】
こども手話教室	1月10日、17日、24日、31日 いずれも土曜日 午前10時～11時30分（全4回） 小中学生 10人（多数は抽選）	簡単な挨拶など、日常生活を通じた手話について学んでみよう！ 講師：浦安市聴覚障害者協会	12月20日（土） 【まなび・ハ・窓】

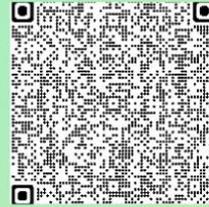
ともに歩き 地域がつながる

当代島公民館

10月～12月の主催事業

〒279-0001 浦安市当代島2-14-1

電話：047-382-1700



『まナビ』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	締切込
あつまれ！ ゲンキッズDAY	10月1日、15日、11月5日、19日、 12月3日、17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】
うたのなかまたち	10月8日、11月12日、12月10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乗って、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】
秋の青空えほんのじかん	10月9日（木） 午後3時30分～4時 未就学児と保護者、先着10組	芝生広場で、絵本の読み聞かせや紙芝 居、わらべうたに触れましょう。 講師：中央図書館（当代島分館）職員	【当日直接】
親子のくつろぎスペース 「まったり」	10月9日、11月13日、12月11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】
うらっこキャラバン	10月17日（金） 午前10時～正午 未就学児と保護者、入替制30組	「うらっこ広場」の外遊びを芝生広場 で行いましょう。 「シャボン玉大作戦」「ネイチャーク ラフト」など。 講師：うらっこ広場職員	【当日直接】
バギーガーデン	10月21日、11月18日、12月16日 (第3火曜日) 午前10時～正午 未就園児とその保護者、先着8組	子どもと一緒に手遊びや工作などをし ながら、ゆったりとした時間を過ごし ましょう。 講師：子育てケアマネージャー、子育 て経験者	【電・窓】

講座名	日時 / 対象 / 定員	内容 / 講師	締切 申込
骨折予防講座～いつまでも自分の足で歩くために～	10月22日（水） 午前10時～正午 18歳以上、30人 （多数は抽選）	骨粗しょう症などについて学び、骨折予防のための体操を行います。 講師：東京ベイ・浦安市川医療センター骨折予防チーム	10月8日（水） 【まなび・ハ・窓】
Ciao（チャオ）！イタリア（全2回）	①10月23日（木） 午前10時～正午 ②10月30日（木） 午前9時30分～午後0時30分 18歳以上、15人 （多数は抽選）（保育あり）	イタリアを南北に分け、美術や食文化の違いを学びましょう。 講師：谷河 純子（学芸員） 【材料費】1人1,000円	10月9日（木） 【まなび・ハ・窓】
【消費生活センター共催事業】シニア向けスマホ講座	11月5日（水） 午前10時～正午 市内在住・在勤のシニア（70歳代まで） 20人 （多数は抽選）	スマートフォンの基本的な使い方を操作し、インターネットの体験（架空請求やワンクリック請求等）を通じて、不当請求の対処方法を習得しましょう。 講師：KDDI株式会社 認定講師	10月21日（火） 【まなび・ハ・窓】
クリスマスコンサート	12月7日（日） 午後2時～3時30分 どなたでも、先着300人	吹奏楽団による季節に合わせたコンサートを鑑賞し、演奏体験をしましょう。 講師：浦安ウィンドアンサンブル	【当日直接】
ポッチャ体験会	12月13日（土） 午後2時～3時30分 どなたでも、先着20人	誰でも楽しめるパラスポーツの魅力を実際に体感いただけます。 講師：浦安ポッチャ協会	【電・窓】



〒279-0013
浦安市日の出4-1-1
電話：047-355-8831

10月～12月の主催事業



『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
将棋・囲碁教室	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】
あつまれ！ ゲンキッズDAY	10月1日、15日、11月5日、19日、 12月3日、17日（第1・3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、飲み物、タオル 講師：うらやす財団トレーニング指導員	【当日直接】
【浦安市社会福祉協議会 海浜2支部共催事業】 つなぐテラスwith日の出 こんぺいとうサロン	10月9日、11月13日、12月11日 （第2木曜日）午前10時～午後1時 【つなぐテラス】 どなたでも、先着20人 【日の出こんぺいとうサロン】 未就学児と保護者、15組	【つなぐテラス】 多世代交流カフェ （参加費：各回100円） 【日の出こんぺいとうサロン】 親子の遊び場（無料） 協力：お助けねっと・こんぺいとう	【当日直接】
親子のくつろぎスペース 「ほっこり」	10月10日、11月14日、12月12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？ ※11月は助産師相談があります。 講師：千葉県助産師会市川・浦安支部ほか	【当日直接】
サークル体験講座 「数学を楽しもう」	10月19日、11月9日、16日 いずれも日曜日 午前10時～正午（全3回） 14歳以上の方、10人（多数は抽選）	数学の問題を解くことを通して、数学の楽しさや美しさを理解し、思考力を鍛えます。 講師：浦安数学同好会（公民館サークル）	10月6日（月） 【まなび・八】
サークル体験講座 「おどって楽しい健康体操」	10月21日、28日、11月4日、18日、25日 いずれも火曜日 午前10時～正午（全5回） どなたでも、10人（多数は抽選）	歌謡曲からジャズ、ロックなど様々な音楽に合わせて体を動かし、呼吸法を取り入れたストレッチと筋力トレーニングを行います。 講師：健康体操（公民館サークル）	10月6日（月） 【まなび・八】

講座名	日時/対象/定員	内容/講師	締切/申込
サークル体験講座 「心と体を整えるやさしいヨガ」	10月23日(木)、11月26日(水) 午前10時～正午(全2回) ※単発参加可 どなたでも、5人(多数は抽選)	参加者の状態に合わせて、深い呼吸から始まり、心と体をリフレッシュさせるヨガを行います。 講師：ウリナーゼ(公民館サークル)	10月6日(月) 【まなび・ハ】
サークル体験講座 「はじめての健康太極拳」	10月25日、11月1日、8日、15日、22日 いずれも土曜日 午前9時～11時(全5回) どなたでも、20人(多数は抽選)	楊名時八段錦や太極拳の演舞を行います。準備運動から始まり、八段錦や二十四式太極拳を行います。 講師：日の出太極拳サークル(公民館サークル)	10月6日(月) 【まなび・ハ】
サークル体験講座 「心も体もすっきりするヨガ」	10月26日、11月9日、16日 いずれも日曜日 午前9時15分～11時(全3回) どなたでも、12人(多数は抽選)	ストレス解消などの骨盤調整ヨガと病気予防のための養生ヨガや心の癒しと回復のヨガを行います。 講師：日の出ヨガサークル(公民館サークル)	10月6日(月) 【まなび・ハ】
【浦安市社会福祉協議会共催事業】 シニアサロン ひのでCafe下期	10月27日(月)、11月25日(火)、12月22日(月)、1月26日(月)、2月24日(火)、3月23日(月) おおむね60歳以上、40人(全6回)(多数は抽選)	様々なレクリエーションを通じて、楽しいひと時を過ごしましょう。プログラムの詳細は日の出公民館までお問い合わせください。	10月10日(金) 【電・窓】
【多様性社会推進課共催事業】 「おうちで伝える性のお話」	11月9日(日)、16日(日) 22(土) 午後2時～4時(全3回) ※単発参加可 テーマに関心のある方・保護者の方、20人(多数は抽選)(保育あり)	子どもの健やかな成長のために安心して性について話せるヒントを学びませんか? 講師：染矢 明日香(NPO法人ピルコン理事長)、坂本 愛子(行徳総合病院婦人科 内視鏡室長)	10月27日(月) 【まなび・ハ】
子育て応援講座 「自分の“感情たち”にこんにちは！」～みんなで悩もう！子育て～	12月7日、1月18日、2月1日、15日 いずれも日曜日 午後2時～4時(全4回) 子育て中の方、関心のある方 20人(多数は抽選)(保育あり)	自分の感情や特性を理解し、自分らしい子育てをしていきましょう！ 講師：後藤 弘美(「ゆずり葉」代表)、うめもとかおり(『Heart Smile Present』代表)、横山小夜子(公認心理師)	11月21日(金) 【まなび・ハ】
【郷土博物館共催事業】 しめ縄飾りづくり	12月17日(水) 午前10時～正午 18歳以上、15人(多数は抽選)(保育あり)	稲わらを使って、お正月のお飾りを作ります。 材料費)500円 講師：三好 邦周(グリーンアドバイザー)	12月5日(金) 【まなび・ハ】

