

【窓口閲覧用】



葛飾区

講座 イベント 情報

令和6年度後期
(10月～3月)

令和6年10月1日発行



葛飾区公式サイトからも
ご覧いただけます

【講座・イベント情報のご案内】

- 1 掲載されている情報は、原則として令和6年10月～令和7年3月の予定であり、令和6年7月末時点で調査をしたものです。調査の段階で詳細が決まっていないものは「未定」と記述してあります。また、募集を締め切った情報や、すでに開催された講座・イベントがある場合がありますのでご了承ください。
- 2 掲載されている情報と内容が異なる場合もありますので、詳細は直接担当課へお問い合わせください。

「講座・イベント情報」の発行についてのお問い合わせ先

葛飾区教育委員会事務局 生涯学習課 生涯学習係
TEL 03(5654)8474

【目次】

1 教養・文化

1 語学・文学	1
2 歴史・文化	2
3 科学	4
4 音楽	5
5 芸能・美術	6
6 映画・おはなし会	8
7 工作・実験	12
8 その他	13

2 スポーツ

1 体操・ダンス	14
2 球技	15
3 武道・弓道	16
4 トレーニング	17
5 その他	18

3 家庭生活

1 料理	19
2 教育・子育て	20
3 健康	21
4 防災・救命	23

4 社会生活

1 社会	24
2 人権・男女平等	25
3 環境・リサイクル	26
4 地域	27
5 福祉	29
6 ボランティア	31
7 技能研修職業セミナー	32
8 その他	33

5 スポーツコース・教室

スポーツコース・教室	35
------------	----

1-1【語学・文学】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
日本語教室(初級編)	生活するために最低限必要となる簡単な日本語を「話す」「聞く」ことができるように勉強します。	全55回	4月5日号	令和6年6月6日(木)～令和6年12月19日(木)予定	9:30 ～ 11:30	カナマチぶらっと	葛飾区に在住、在勤、在学の日本語を初めて学ぶ外国人等で、令和6年4月1日現在15歳以上の方(中学生を除く)。	20人程度	テキスト代(7,590円)	文化国際課 文化国際担当係	03-5670-2259 (直通)
日本語教室(入門編・初級編)	「ひらがな」「カタカナ」の読み書きや、生活するために最低限必要となる簡単な日本語を「話す」「聞く」ことができるように勉強します。	全80回	①4月5日号 ②6月15日号	①令和6年5月13日(月)～令和7年2月14日(金) ②令和6年8月7日(水)～令和7年2月14日(金)	19:00 ～ 21:00	かつしかシンフォニーヒルズ	葛飾区に在住、在勤、在学の日本語を初めて学ぶ外国人等で、令和6年4月1日現在15歳以上の方(中学生を除く)。	20人程度	テキスト代 ①6,880円 ②3,500円程度	文化国際課 文化国際担当係	03-5670-2259 (直通)
日本語教室(初級編)	生活するために最低限必要となる簡単な日本語を「話す」「聞く」ことができるように勉強します。	全37回	4月5日号	令和6年5月19日(日)～令和7年2月16日(日)予定	13:30 ～ 16:30	にこわ新小岩、えきこわ	葛飾区に在住、在勤、在学の日本語を初めて学ぶ外国人等で、令和6年4月1日現在15歳以上の方(中学生を除く)。	20人程度	テキスト代(7,590円)	文化国際課 文化国際担当係	03-5670-2259 (直通)
ニーハオ！中国語・中国文化ふれあい講座	中国語の日常のあいさつ、簡単な会話などを学ぶとともに、中国の文化を全10回に分けて紹介します。	全10回	なし	令和6年10月2日(水)～12月18日(水)	19:00 ～ 20:30	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも(区内在住・在勤・在学の方優先)	15人	17,000円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2231 (国際交流直通)
アニョハセヨ！韓国文化の魅力探求！	簡単なハングルを交えながら伝統文化や生活習慣など様々な韓国文化を全4回に分けて紹介します。	全4回	なし	令和6年10月3日(木)～10月24日(木)	14:00 ～ 15:30	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも(区内在住・在勤・在学の方優先)	20人	2,000円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2231 (国際交流直通)
はじめてみよう！日本語ボランティア入門講座	日本語ボランティアの心得や文法・音声の教え方の基礎をはじめ、生活者である外国人の方々のニーズに沿った日本語学習の支援をするためのヒントを学びます。	全8回	なし	令和6年10月15日(火)～12月10日(火)	19:00 ～ 20:30	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも(区内在住・在勤・在学の方優先)	20人	3,000円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2231 (国際交流直通)
第30回かつしか国際交流まつり	区内ボランティア団体及び日本人区民と外国人区民が一堂に会する国際交流イベントです。日本や外国の文化紹介、食文化紹介などを行います。	1回	11月5日号	令和6年11月10日(日)	10:00 ～ 15:30	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2231 (国際交流直通)
日本語ボランティア～スキルアップセミナー～	日頃から外国人区民の日本語学習支援に携わっている「ボランティア日本語教室」のスキルアップと継続意欲向上を図るため、指導方法等に関する講座を実施します。	1回	なし	令和7年1月18日(土)	10:00 ～ 12:00	かつしかシンフォニーヒルズ	区内のボランティア教室で活動中または活動していた方(区内在住・在勤・在学の方優先)	60人	500円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2231 (国際交流直通)
やさしい日本語講座	「やさしい日本語」とは、外国人にも分かりやすく伝わるよう、文章を短くしたり、簡単な言葉に言い換えたりした日本語です。コミュニケーションの輪が広がる、「やさしい日本語」の使い方を学びます。	1回	1月15日号	令和7年3月22日(土)	14:00 ～ 16:00	かつしかシンフォニーヒルズ	区内在住・在学・在勤の方優先で、15歳以上(中学生以上)の方	50人程度	無料	文化国際課 文化国際担当係	03-5670-2259 (直通)
ホームビジット	区内大学や日本語学校等に在学中の留学生を区民宅に案内し、ホストファミリーと交流することで、日本の家庭の習慣や文化を体験してもらいます。	1回	なし	未定	未定	区民宅	区内在住の日本人および外国人	未定	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2222 (代表)
学校図書館ボランティア講座特別講演会	未定	1回	未定	令和7年3月8日(土)	未定	金町地区センター	未定	未定	未定	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

1-2【歴史・文化】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
シルバーカレッジ 「篤重と3人の浮世絵師」	篤重こと篤屋重三郎と関わった、3人の浮世絵師(歌麿・写楽・北斎)の魅力を楽しみます。	全4回	10月15日号	令和6年11月20日、27日 12月4日、12月11日 毎週水曜日	14:00 ~ 16:00	シニア活動支援センター	区内在住・65歳以上の方	80人	500円	地域包括ケア担当課 シニア活動支援センター	03-5698-6201
諸外国の伝統芸能・公演とワークショップ	インドネシアのジャワ島やバリ島などで行われる、人形を用いた伝統的な影絵芝居「ワヤン・クリ」とガムラン演奏など、外国の伝統芸能(舞踊・音楽等)を紹介します。	1回	なし	令和6年12月8日(日)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	200人	1,000円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2233 (予約直通)
かつしか区民大学15周年記念特別講演会「内山勇士×LiLiCoが立石を語る」	立石が舞台のアニメ「野良スコ」の監督・脚本を手掛ける内山勇士氏と、かつしか観光大使でもある映画コメンテーター/タレントのLiLiCo氏のお二人に、「野良スコ」の制作秘話や、葛飾立石の魅力を語っていただきます。	1回	10月25日号	令和6年12月8日(日)	13:30 ~ 15:30	テクノプラザかつしか	どなたでも (15歳未満は保護者同伴)	300人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
下町さんぽ 高低差でみる柴又のまち	講義とまち歩きを通して、微高地を舞台として育まれてきた柴又の魅力を感じます。	2回	9月25日号	令和6年11月3日(日)	未定	帝釈天経寺 鳳翔会館	どなたでも (15歳未満は保護者同伴)	各30人	50円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
水元の地域誌 ― 古利根川・小合溜井・水元公園 ―	水元地域の河川環境やくらし、災害の歴史等を学びます。	1回	12月15日号	令和7年2月2日(日)	14:00 ~ 16:00	金町地区センター	区内在住・在学・在勤の15歳以上の方	会場50人 オンライン100人	未定	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
鉄道史講座	近代社会と地域の関わりを鉄道の歴史を通して考えます。	全1回	2月予定	令和7年3月予定	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
歴史教養講座	葛飾区の歴史を、具体的な事例から学びます。	未定	未定	未定	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
歴史入門講座	歴史初心者向け。葛飾区の歴史を学びます。	全4回	10月25日号	令和6年11月30日(土) 12月7日(土) 12月14日(土) 12月21日(土)	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
農村の文化を学ぶ	葛飾区内でかつて行われていた、サツマイモほりと味噌づくりの体験を行います。	全4回	12月25日号	令和6年10月14日(祝・月) 令和7年2月1日(土)・8日(土)	9:00 ~ 14:00 味噌のみ 正午 ~ 味噌のみ 16:00	茨城県つくばみらい市 味噌づくりのみ亀有学 び交流館	どなたでも(小中学生以下保護者同伴)	20人	500円 味噌づくりのみ3000円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
江戸川野遊び道場	江戸川の川流を学ぶ・どんぐりひろい・バードウォッチング・修了式	全7回(うち後期は4回)	募集終了	令和6年10月6日(日) 令和6年11月10日(日) 令和7年1月11日(土) 令和7年2月22日(土)	9:00 ~ 正午	10月千葉県松戸市 11月千葉県市川市 1月水元公園 2月22日未定	小中学生とその保護者(必ず保護者同伴)	70人	年会費1,000円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
田んぼジュニア	子ども向け田んぼ体験事業	全5回(うち後期は3回)	募集終了	令和6年10月20日(日) 令和6年12月1日(日) 令和7年1月12日(日)	8:30 ~ 18:00	茨城県つくばみらい市	小中学生とその保護者(必ず保護者同伴)	50人	—	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
かつしかの民俗を学ぶバスツアー	葛飾区の民俗学を比較して学ぶためのバスツアー	全1回	未定	未定	未定	未定	どなたでも	50人	未定	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
かつしかの食文化を学ぶ	糺の食文化を学ぶ体験型講演会～糺の不思議～	全1回	1月15日号	令和7年2月16日(日)	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
葛飾探検団共催講演会	博物館ボランティアと共催し開催する講演会	全1回	2月5日号	令和7年3月予定	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
文化財めぐり	葛飾区内の文化財をめぐって学ぶ	全2回	10月5日号 2月5日号	令和6年11月2日(土) 令和7年3月8日(土)	10:00 ~ 正午	郷土と天文の博物館	どなたでも	未定	100円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101

1-2【歴史・文化】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
文化講座	葛飾区の文化財を学びます。	全1回	10月15日号	令和6年12月15日(日)	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
歴史学講座	葛飾区の歴史を、テーマに基づいて様々な視点から学ぶ講演会	全2回	未定	未定	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
考古学講座	葛飾区の歴史を、考古学の視座をもとにテーマに基づいて様々な視点から学ぶ講演会	全2回	未定	未定	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
民俗学講座	葛飾区の民俗を、テーマに基づいて様々な視点から学ぶ講演会	全4回	未定	令和7年1月19日(日)、1月25日(土)、2月2日(日)、2月9日(日)	14:00 ~ 16:00	未定	どなたでも	100人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101

1-3【科学】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
大人の数学講座①②	数学の学習を通じて、何歳になっても学び続ける意欲に応え、分かる喜びを体験します。	2回	なし	①令和7年2月1日(土) ②令和7年2月22日(土)	13:30 ~ 16:30	金町地区センター	18歳以上の方	30人	各回3,000円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
親子のための算数講座	親子で楽しく算数を学ぶことで、親子のふれあい、絆が深まるだけでなく、お子さんの学習意欲もグンとアップする講座です。	全3回 (ただし、第1回・第2回は9月までに終了)	なし	令和6年10月20日(日)	14:00 ~ 16:00	金町地区センター	小学1・2年生とその保護者	39組	2,000円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
算数やり直し講座	小学5年生がつまづきそうな単元を克服します。	1回	なし	令和7年1月19日(日)	13:30 ~ 15:00	金町地区センター	小学5年生及び6年生	15人	2,000円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
算数トライアスロン	身体を動かしながら様々な算数の問題を解いていく、新しい感覚の講座です。	2回	なし	令和7年1月19日(日)	10:30 ~ 12:00 13:30 ~ 15:00	金町地区センター	小学1年生～4年生	各60人	2,000円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
冬休み・星の学校	未定	1回	11月25日号	未定	未定	未定	小学3～6年生	32人	100円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
春休み・星の学校	未定	1回	2月25日号	未定	未定	未定	小学3～6年生	32人	100円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101
星の講演会	未定	4回(予定)	未定	未定	19:00 ~ 20:30	未定	どなたでも	140人	200円	郷土と天文の博物館	03-3838-1101

1-4【音楽】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
お花茶屋きらめきコンサート2024	地元小・中学校のブラスバンド部、吹奏楽部や葛西ばやしなど、地元主体の温かみステージです。	1回	なし	令和6年10月5日(土)	未定	曳舟川親水公園	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
新小岩駅東北ひろばまつり2024	新小岩駅東北ひろばを会場に、吹奏楽や和太鼓などの演奏、ダンスなどを楽しむことができます。	1回	なし	令和6年10月5日(土)	未定	新小岩駅東北ひろば	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第19回下町ライブin堀切	ロック部門とフォーク部門に分けて、地元のアマチュア音楽家が演奏を行います。	1回	なし	令和6年10月13日(日)	未定	堀切地区センター	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第15回高砂ウッドストック	プロとアマチュアのステージの他、アトラクションやフリーマーケットもあります。	1回	なし	令和6年10月27日(日)	未定	高砂北公園	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
かつすいのなつメロコンサート	昭和の名曲・音懐かしい童謡を吹奏楽の生演奏で楽しめます。	1回	なし	令和6年10月27日(日)	未定	亀有学び交流館	どなたでも	260人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第22回水元公園wakateフェスタ	自然の中でのライブやダンスのほか、フリーマーケットなどイベントが多数あります。	1回	なし	令和6年11月16日(土)	未定	水元公園	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第27回ゆめコンサート	区内の小学校・中学校・高等学校などによる、ブラスバンドや吹奏楽の演奏が楽しめます。	1回	なし	令和6年11月16日(土)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
東京都職場・一般吹奏楽連盟アンサンブルコンテスト	東京都一般吹奏楽連盟と東京都職場吹奏楽連盟に所属するアマチュア団体が小編成によるアンサンブル演奏技術を競う予選会です。	1回	なし	令和6年11月17日(日)	未定	かめありリリオホール	どなたでも	800人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
葛飾フィルハーモニー管弦楽団第67回定期演奏会	わが街のオーケストラ「葛飾フィル」の定期演奏会です。	1回	なし	令和6年12月1日(日)	14:00 ~ 16:00	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	1,300人	1,000円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
葛飾吹奏楽団 クリスマスコンサート	葛飾吹奏楽団が贈る、ステキなクリスマスの演奏会です。	1回	なし	令和6年12月15日(日)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	1,200人	500~800円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
フレッシュ名曲コンサート・キャンペーン	声楽家・バリトンの池内響氏のソロコンサートを2月開催の「フレッシュ名曲コンサート」キャンペーンとして行います。	1回	なし	令和6年12月21日(土)	14:00 ~ 15:15	高砂地区センター	どなたでも	150人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第11回下町ジュニアコーラスフェスティバル	近隣地域の児童合唱団が集結。元気いっぱい児童合唱の素晴らしいさを感じます。	1回	なし	令和7年1月11日(土)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	700人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
葛飾フィルハーモニー管弦楽団音楽のデリバリー	葛飾フィルハーモニー管弦楽団の団員が区内の施設に向いて生演奏を届け、寛いだ雰囲気の中で気軽に音楽を楽しんでいただける無料コンサートです。	1回	なし	令和7年1月14日(火)	未定	健康プラザかつしか	どなたでも	未定	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
かつすいジュニア「ゆかいてポップなファミリーコンサート」	葛飾吹奏楽団ジュニアバンドによる、0歳から楽しめるコンサート。	1回	なし	令和7年1月26日(日)	未定	にこわ新小岩	どなたでも	未定	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
オーストリア大使館共催ウィーンからの贈り物	オーストリア大使館との共催事業として、オーストリアの音楽家を招き、ウィーン市フロリズドルフ区の友好都市である葛飾でコンサートを開催します。	1回	なし	令和7年2月8日(土)	14:00 ~	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	260人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2231 (国際交流直通)
亀有音楽フェスティバル	プロのミュージシャンや商店街のアマチュアバンド、学校の音楽サークルによるジャズやロックなどが楽しめます。	1回	なし	令和7年2月15日(土)	未定	亀有リリオパーク	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
シンフォニーヒルズ少年少女合唱団第21回定期演奏会	子どもたちが奏でる美しい歌声をお贈りします！1年間の集大成として、仲間たちと創り上げたレパートリーの数々を澄んだ歌声にのせてお贈りします。	1回	なし	令和7年3月23日(日)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	700人	一般1,000円 会員 900円 高校生以下 500円	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
葛飾吹奏楽団ジュニアバンド第20回ハートフルコンサート	「歌って！踊って！演奏できる！」かつすいジュニアバンドがお贈りする親子で楽しめるコンサートです。	1回	なし	令和7年3月29日(土)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	500人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
脳活ミュージック	歌う、リズムを取る、身体を動かす等、音楽を効果的に用いて同時に二つ以上の動作を行うことで、健康維持に最も必要な脳神経系の機能維持とともに脳の活性化を図ります。	全8回	12月5日号	令和7年1月10日~2月28日(毎週金曜日)	14:00 ~ 15:30	シニア活動支援センター	区内在住65歳以上の方	40人	受講料1,800円	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
聴いて学べる山田流お箏	山田流お箏の名曲を聴きながら、流祖山田検校について学ぶ講座です。	1回	未定	令和6年11月23日(土)	14:00 ~ 16:00	高砂地区センター	区内在住・在勤・在学の15歳以上の方	50人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

1-5【芸能・美術】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
かつしか若手アートコンペティション2024	区内で活動する若手芸術家の発掘および育成を目的に実施するアートコンペティションです。1年目に翌年度の事業PR用ポスターのデザインの公募をし、2年目に芸術作品の募集を行う2か年事業です。令和6年度は、「かつしか若手アートコンペティション2024」の2年目です。	3回	8月25日号	令和6年9月1日(日)～10月15日(火) (作品募集期間) 10月31日(木)～11月4日(月・祝) (入選作品展) 11月7日(木)～11月10日(日) (受賞作品発表展)	未定	かつしかシンフォニーヒルズ	区内在住・在学・在勤の中学生以上～35歳以下の方(作品募集) 作品展・発表会の見学はどなたでも	なし	エントリー費 1,000円 高校生以下 無料 作品展・発表 展の見学は 無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第17回葛飾現代書展	葛飾在住の著名書家の作品を多数展示します。	1回	なし	令和6年11月16日(土)～22日(金)	10:00 ～ 18:00	かつしかシンフォニーヒルズ	どなたでも	なし	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
第33回かつしか演劇祭	区内で活動する演劇団体、朗読劇団体や高校演劇部などが集結。様々な舞台を披露します。	2回	11月15日号	令和6年11月23日(土・祝)、24日(日)	未定	かめありリリオホール	どなたでも	2,000人	無料	かつしかシンフォニーヒルズ	03-5670-2232 (文化創造直通)
JOBANアートアンブレラ	JR東日本沿線の引き取り期限を過ぎた忘れ物ビニール傘にペイントを施すワークショップです。ワークショップの会場で、東京藝術大学の学生がアート傘の作成や、音楽の演奏を行います。	1回	なし	令和7年1月26日(日)	未定	亀有地区センター	どなたでも	未定	無料	文化国際課 文化国際担当係	03-5670-2259 (直通)
かつしかの伝統工芸「伊勢形紙体験」(仮)	伝統工芸士を講師に迎え、葛飾区内に伝わる伝統工芸の制作の体験をします。	全2回	10月5日号	令和6年11月10日(日) 令和6年11月17日(日)	10:00 ～ 12:00	立石地区センター	小学3～6年生とその保護者	20人	1組2,500円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
YAイラスト講座	未定	1回	10月5日号	未定	未定	未定	未定	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
第69回葛飾区民文化祭「合唱の部」	葛飾区合唱連盟加盟団体を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。コンクール形式での開催となります。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年11月3日(日・祝)	12:00 ～ 18:30	かつしかシンフォニーヒルズ モーツアルトホール	どなたでも	なし	無料	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「写真展」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方の応募作品を展示します。	1回	8月5日号(開催のみ)	令和6年10月5日(土)～10月10日(木) (5日は午後3時から) (10日は午後4時まで)	10:00 ～ 17:00	かつしかシンフォニーヒルズギャラリー	どなたでも	なし	1点につき 500円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「書道展」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方の応募作品を展示します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月11日(金)～10月16日(水) (11日は午後1時から) (16日は午後4時まで)	10:00 ～ 17:00	かつしかシンフォニーヒルズギャラリー	どなたでも	なし	1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「新舞踊大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月12日(土)	10:00 ～ 17:30	かめありリリオホール	どなたでも	なし	1人あたり 1,100円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「三曲大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月12日(土)	10:00 ～ 15:00	かつしかシンフォニーヒルズ アイリスホール	どなたでも	なし	1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「吟剣詩舞道大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月13日(日)	10:30 ～ 15:00	かつしかシンフォニーヒルズ アイリスホール	どなたでも	なし	1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「短歌大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月13日(日)	13:00 ～ 16:00	亀有地区センター ホール	どなたでも	なし	1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「川柳大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。※当日受付	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月14日(月・祝)	11:00 ～ 17:00	金町地区センター	どなたでも	なし	2,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「日本舞踊大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月19日(土)	12:00 ～ 18:00	かめありリリオホール	どなたでも	なし	実費負担	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「フリーステージ」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月20日(日)	10:30 ～ 18:00	かつしかシンフォニーヒルズ アイリスホール	どなたでも	なし	無料	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474

1-5【芸能・美術】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
第69回葛飾区民文化祭「謡曲大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月26日(土)	10:00 ~ 17:00	堀切地区センター	どなたでも	なし	1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「俳句大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月27日(日)	11:00 ~ 17:00	亀有地区センター	どなたでも	なし	1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「囲碁大会」	クラス分けにより、順位決定戦を行います。※事前申し込み	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年10月27日(日)	10:00 ~ 17:00	金町地区センター	どなたでも	未定	1,500円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「文芸展」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。○展示…俳句、華道、短歌、川柳、盆景、美術	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年11月1日(金)~11月5日(火)(5日は午後3時まで)	10:00 ~ 17:00	テクノプラザかつしか	どなたでも	なし	無料	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「茶席」	文芸展の一角にお茶席を設けます。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年11月2日(土)、11月3日(日)	10:00 ~ 16:00	テクノプラザかつしか	どなたでも	未定	無料	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「将棋大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年11月10日(日)	10:00 ~ 17:00	亀有地区センター	どなたでも	未定	1500円 中学生以下は1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
第69回葛飾区民文化祭「民謡民舞大会」	葛飾区文化協会を中心に、区民の方が日頃の活動成果を発表します。	1回	9月25日号(開催のみ)	令和6年11月3日(日)	10:00 ~ 15:00	かめありリリオホール	どなたでも	なし	1500円 中学生以下は1,000円	生涯学習課 生涯学習係	03-5654-8474
図書館×(と)講談+(と)	未定	未定	未定	未定	未定	亀有図書館 2階 大会議室	中学生以上	50人	無料	亀有図書館	03-3690-1901

1-6【映画・おはなし会】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
一般映画会	2017年制作のベルギー・フランス・レバノン合作映画「シリアにて」を上映予定です。	1回	2月25日号(開催のみ)	令和7年3月22日(土)	14:00 ~ 15:30	中央図書館 会議室1	中学生以上	80人	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
おはなし会	わらべうた、手あそび、絵本の読み聞かせなどを行います。	-	なし	毎月第1、2、4土曜日	15:30 ~ 16:00	中央図書館 おはなしのへや	3歳以上の子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
おひざにだっこのおはなし会	乳幼児向けにわらべうた、手あそび、絵本の読み聞かせなどを行います。	-	なし	毎月第1、3土曜日	10:30 ~ 11:00	中央図書館 おはなしのへや	0~3歳までの子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
わらべうたと絵本の会	わらべうたをたっぷり楽しめます(2部制)。	-	なし	毎月第3金曜日	10:30 ~ 11:00 11:25 ~ 12:00	中央図書館 会議室1	0歳の子と保護者 1~2歳の子と保護者	各回20組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
ブックスタートの会	乳児健診時に渡されるブックスタートバックの説明とバックの中の絵本の読み聞かせを行います。	-	なし	毎月第1、3土曜日 第3金曜日	10:15 ~ 10:30	中央図書館 おはなしのへや	0歳の子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
絵本の時間	絵本の読み聞かせなどを行います。	-	なし	毎週水曜日	15:30 ~ 16:00	中央図書館 おはなしのへや	小学生までの子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
紙芝居の会	ボランティアの方が紙芝居を演じます。	-	なし	毎月第3、5土曜日	15:30 ~ 16:00	中央図書館 おはなしのへや	小学生までの子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
絵本の講座	絵本の読み聞かせを交えながら、絵本の与え方と大切さをお話します。	-	なし	毎月第3水曜日	10:30 ~ 11:00	中央図書館 おはなしのへや	0~2歳までの子と保護者、これから出産予定のご家族	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
たんじょうびの絵本の時間	中央図書館の開館日を記念して誕生日にちなんだ絵本を読みます。	1回	10月5日号(開催のみ)	令和6年10月16日(水)	15:30 ~ 16:00	中央図書館 おはなしのへや	小学生までの子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
たんじょうびのおひざにだっこのおはなし会	中央図書館の開館日を記念して誕生日にちなんだ絵本を読みます。	1回	10月5日号(開催のみ)	令和6年10月19日(土)	10:30 ~ 11:00	中央図書館 おはなしのへや	0~3歳までの子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
バリアフリーおはなし会	手話付きのおはなし会です。	2回	未定(開催のみ)	令和6年10月26日(土)、 令和7年1月25日(土)	15:30 ~ 16:00	中央図書館 おはなしのへや	どなたでも	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
パパによるおはなし会	パパが絵本の読み聞かせなどをします。	1回	10月5日号(開催のみ)	令和6年10月27日(日)	15:30 ~ 16:00	中央図書館 おはなしのへや	小学生までの子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
クリスマスいろんなことばのおはなし会	クリスマスにちなんだ、いろいろな国の絵本を外国語と日本語で読めます。	1回	未定(開催のみ)	令和6年12月15日(日)	15:30 ~ 16:30	中央図書館 会議室2	5歳以上の子と保護者	40人	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
いろんなことばのおはなし会	いろいろな国の絵本を外国語と日本語で読めます。	未定	未定(開催のみ)	令和7年3月9日(日)	15:30 ~ 16:30	中央図書館 会議室2	5歳以上の子と保護者	40人	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
セカンドブック絵本よみ	3歳児向け(セカンドブック)の絵本の読み聞かせなどを行います。	未定	未定(開催のみ)	未定	未定	中央図書館 おはなしのへや	2~3歳の子と保護者	15組	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
こども映画会	児童向けの映画を上映します。	1回	なし	令和7年3月23日(日)	14:00 ~ 15:30	立石図書館研修室	小学生までとその保護者	50人	無料	立石図書館	03-3696-4451
環境おはなし会	地球にやさしいくらしがちょっとわかるおはなし会です。	1回	なし	令和6年11月10日(日)	15:00 ~ 15:30	立石図書館研修室	3歳以上のお子さんとその保護者	15人	無料	立石図書館	03-3696-4451
クリスマスおはなし会	クリスマスの絵本やおはなしのよみかきを行います。	1回	なし	令和6年12月21日(土)	15:00 ~ 15:30	立石図書館研修室	3歳以上のお子さんとその保護者	15人	無料	立石図書館	03-3696-4451
セカンドブックおはなし会	セカンドブックを用いたおはなし会です。	1回	なし	令和6年10月26日(土)	15:00 ~ 15:30	立石図書館児童室	3歳児とその保護者	10人	無料	立石図書館	03-3696-4451

1-6【映画・おはなし会】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
小学生むけおはなし会	小学生向けのおはなし会です。	1回	なし	令和7年2月11日(火)	15:00 ~ 15:30	立石図書館研修室	3歳以上のお子さんとその保護者	15人	無料	立石図書館	03-3696-4451
おひざにだっこのおはなし会(0~1歳)	わらべうた、手あそび、絵本の読み聞かせなどを行います。	12回	なし	第1・3水曜日	11:00 ~ 11:20	立石図書館児童室	0~1歳のお子さんとその保護者	10人	無料	立石図書館	03-3696-4451
おひざにだっこのおはなし会(1~3歳)	わらべうた、手あそび、絵本の読み聞かせなどを行います。	12回	なし	第1・3土曜日	11:00 ~ 11:20	立石図書館児童室	1~3歳のお子さんとその保護者	10人	無料	立石図書館	03-3696-4451
おはなし会	ストーリーテリング、わらべうた、絵本の読み聞かせなどを行います。	11回	なし	第2・4土曜日	15:00 ~ 15:30	立石図書館児童室	3歳以上のお子さんとその保護者	10人	無料	立石図書館	03-3696-4451
紙芝居の会	ボランティアグループ「飛行船」による紙芝居です。	2回	なし	令和6年11月30日(土)	15:00 ~ 15:30	立石図書館研修室	小学生までとその保護者	15人	無料	立石図書館	03-3696-4451
				令和7年3月29日(土)	15:00 ~ 15:30						
絵本読み	図書館員やボランティアによるお子さんへの絵本の読み聞かせを行います。	37回	なし	毎週水曜日 第1・3土曜日	15:00 ~ 15:20	立石図書館児童室	小学生までとその保護者	10人	無料	立石図書館	03-3696-4451
一般映画会	懐かしの名作などを上映します。	3回	未定	令和6年11月17日(日)	14:00 ~ 16:00	立石図書館研修室	中学生以上	40人	無料	立石図書館	03-3696-4451
				令和7年1月12日(日)	14:00 ~ 16:00						
				令和7年3月16日(日)	14:00 ~ 16:00						
おひざにだっこのおはなし会	わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなどを行います。	未定	なし	毎月第1、2、3、4火曜日	10:30 ~ 10:50	お花茶屋図書館 3F大会議室	0から3歳までの子と保護者	なし	無料	お花茶屋図書館	03-3690-7661
おはなし会	すばなし、絵本の読み聞かせなどを行います。	未定	なし	毎月第1、3土曜日	15:00 ~ 15:30	お花茶屋図書館 3F大会議室	3歳以上の子と保護者	なし	無料	お花茶屋図書館	03-3690-7661
絵本の読み聞かせ	絵本の読み聞かせを行います。	未定	なし	毎月第2、4土曜日	15:00 ~ 15:30	お花茶屋図書館 3F大会議室	3歳以上の子と保護者	なし	無料	お花茶屋図書館	03-3690-7661
かみしばいの会	紙芝居サークル「飛行船」による紙芝居を行います。	3回	なし	令和6年8月31日、11月30日、 令和7年3月29日	15:00 ~ 15:30	お花茶屋図書館 3F大会議室	3歳以上の子と保護者	なし	無料	お花茶屋図書館	03-3690-7661
児童映画会	映画を1本上映します。	1回	なし	令和6年12月14日(土)	15:00 ~ 16:00	お花茶屋図書館 3F大会議室	3歳以上小学生までの子と保護者	30人	無料	お花茶屋図書館	03-3690-7661
一般映画会	映画を1本上映します。	2回	なし	令和6年11月9日、令和7年2月2日	14:00 ~ 16:00	お花茶屋図書館 3F大会議室	中学生以上	30人	無料	お花茶屋図書館	03-3690-7661
一般映画会	映画を上映します。	3回	なし	令和6年11月16日(土) 令和7年1月18日(土) 令和7年2月15日(土)	14:00 ~ 16:00	上小松図書館 会議室	中学生以上	30人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
おひざにだっこのおはなし会	わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなどを行います。	18回	なし	毎月第2火曜日 第4土曜日	10:30 ~ 10:50 11:00 ~ 11:20	上小松図書館 会議室	0~3歳児と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
おはなし会	すばなし、絵本の読み聞かせなどを行います。	8回	なし	毎月第2・4土曜日	15:30 ~ 16:00	上小松図書館 会議室	3歳以上のお子さん と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
絵本読み	絵本の読み聞かせなどを行います。	8回	なし	毎月第1・3土曜日	15:30 ~ 16:00	上小松図書館 会議室	小学生以下のお子さん と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901

1-6【映画・おはなし会】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
絵本の講座	絵本に親しむ環境のつくりかたや乳幼児期におすすめの本をご紹介します。	3回	なし	令和6年10月1日(火) 令和6年12月3日(火) 令和7年2月4日(火)	10:30 ~ 10:50	上小松図書館 会議室	0~2歳児と保護者 これから出産予定 のご家族	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
クリスマスおはなし会	クリスマスをテーマにした特別おはなし会	1回	なし	令和6年12月14日(土)	15:30 ~ 16:00	上小松図書館 会議室	3歳以上のお子さん と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
おたのしみ会 紙芝居	紙芝居がメインのおはなし会です。	1回	なし	令和6年11月30日(土)	15:30 ~ 16:00	上小松図書館 会議室	3歳以上のお子さん と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
おたのしみ会 アニマシオン	絵本を使ってクイズをします。	1回	なし	令和7年1月25日(土)	15:30 ~ 16:15	上小松図書館 会議室	3歳以上のお子さん と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
ブックスタートの会	ブックスタートのご案内と、お渡した絵本の読み方や絵本の選び方などを紹介します。	9回	なし	毎月第2火曜日 第4土曜日	10:20 ~ 10:30	上小松図書館 会議室	0~3歳児と保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
児童映画会	映画を上映します。	1回	なし	令和7年3月29日(土)	14:30 ~ 15:50	上小松図書館 会議室	小学生以下のお子 さんと保護者	40人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
おひざにだっこのおはなし会(奥戸地区図書館)	わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなどをを行います。	6回	なし	毎月第3火曜日	11:15 ~ 11:30	奥戸地区図書館 おはなしコーナー	0~3歳児と保護者	20人	無料	上小松図書館	03-3696-7901
ブックスタート絵本読み	ブックスタート事業の絵本の読み聞かせを行います。	未定	なし	毎月第4土曜日	10:20 ~ 10:30	亀有図書館1階 あかちゃんえほん コーナー	0~3歳までの子と 保護者	14人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
おひざにだっこのおはなし会(0~3歳)	わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなどをを行います。	未定	なし	毎月第4土曜日	10:30 ~ 10:50	亀有図書館1階 あかちゃんえほん コーナー	0~3歳までの子と 保護者	14人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
おひざにだっこのおはなし会(0~3歳)	わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなどをを行います。	未定	なし	毎月第1水曜日	11:30 ~ 11:50	亀有図書館2階 おはなしのへや	0~3歳までの子と 保護者	20人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
おはなし会	ストーリーテリング、わらべうた、絵本の読み聞かせなどをを行います。	未定	なし	毎月第1、3土曜日	15:30 ~ 16:00	亀有図書館2階 おはなしのへや	3歳以上の子と保 護者	30人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
秋の読書イベント	未定	未定	なし	令和6年10月27日(日)~11月9日(土)	9:00 ~ 17:00	亀有図書館 児童室	3歳以上の子と保 護者	なし	無料	亀有図書館	03-3690-1901
絵本読み	絵本の読み聞かせを行います。	未定	なし	毎週水曜日	15:45 ~ 16:00	亀有図書館1階 あかちゃんえほん コーナー	小学生までの子と 保護者	14人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
セカンドブック絵本読み	セカンドブック事業の絵本の読み聞かせを行います。	未定	なし	毎月第4土曜日	11:00 ~ 11:15	亀有図書館1階 あかちゃんえほん コーナー	2~3歳までの子と 保護者	14人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
えほんかるた	えほんをかるたにみたくて取り合います。	1回	なし	令和7年1月18日(土)	15:30 ~ 16:00	亀有図書館2階 おはなしのへや	3歳以上の子と保 護者	30人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
えほんつり	釣れたカードに書かれたテーマの本を借りられるイベントです。	未定	なし	令和7年1月24日(金)~2月26日(水)	9:00 ~ 17:00	亀有図書館 児童室	小学生までの子と 保護者	なし	無料	亀有図書館	03-3690-1901
おひざにだっこのおはなし会(0~3歳)	わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなどをを行います。	未定	なし	毎月第1土曜日	10:30 ~ 10:50	青戸地区図書館(青戸地区センター音楽室)	0~3歳までの子と 保護者	30人	無料	亀有図書館	03-3690-1901
おはなし会	素話・絵本読み・わらべ歌・手遊び・紙芝居等	-	なし	令和6年10月12日(土)11月16日(土) 令和7年1月18日(土)	15:00 ~ 15:30	集い交流館2F会議室	3歳以上の子と保 護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
絵本読み	絵本読み	-	なし	毎月第1・2・4土曜日 第1土のみ15:00~15:20もあり。	11:00 ~ 11:20	じゅうたんコーナー	小学生までと保 護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
おひざにだっこのおはなし会	絵本読み・わらべ歌・手遊び・紙芝居等	-	なし	毎月第1土曜日	10:30 ~ 10:50	じゅうたんコーナー	0~3歳までの子と 保護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111

1-6【映画・おはなし会】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
おひざにだっこのおはなし会	絵本読み・わらべ歌・手遊び・紙芝居等	-	なし	毎月第3水曜日	10:30 ~ 10:50	集い交流館 2F和室	0~3歳までの子と保護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
クリスマスおはなし会	素話・絵本読み・わらべ歌・手遊び・紙芝居等	-	なし	令和6年12月14日(土)	15:00 ~ 15:30	集い交流館 2F会議室	3歳以上の子と保護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
かみしばいの会	(ボランティア団体のよる)かみしばい	-	なし	毎月第3土曜日	11:00 ~ 11:30	じゅうたんコーナー	小学生までと保護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
ブッククラブおはなし会	絵本読み・わらべ歌・手遊び・紙芝居等	-	なし	令和7年3月8日(土)	15:00 ~ 15:30	集い交流館 2F会議室	小学生までと保護者	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
わらべうたの会	わらべうたを行います。	-	なし	令和6年11月30日(土)・ 令和7年3月29日(土)	11:00 ~ 11:30	集い交流館 2F和室	小学生まで	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
大人のためのお話サロン	素話、朗読を聞いて、語って楽しむ会	-	なし	毎月第2木曜日	14:00 ~ 15:00	鎌倉図書館	中学生以上	20名	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
一般映画会	ポテチ	1回	11月25日号	令和6年12月8日(日)	14:00 ~ 15:10	鎌倉図書館	中学生以上	30人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
一般映画会	「男はつらいよ 浪花の恋の寅次郎」	1回	2月25日号	令和7年3月9日(日)	14:00 ~ 15:50	鎌倉図書館	中学生以上	30人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
おひざにだっこのおはなし会	絵本の読み聞かせやわらべ歌、手遊びなど	-	なし	毎月 第2水曜日 第4土曜日	11:00 ~ 11:30 10:20 ~ 10:40	鎌倉図書館	0歳から3歳までの子と保護者	25人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
絵本読み	絵本の読み聞かせ	-	なし	毎週土曜日	11:00 ~ 11:30	鎌倉図書館	小学生までの子と保護者	15人程度	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
おはなし会	お話や絵本の読み聞かせ	-	なし	原則として第1、第3土曜日	15:00 ~ 15:30	鎌倉図書館	3歳以上の子と保護者	25人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
絵本のおすすめ	乳幼児の親やプレママ・プレパパに向けて、絵本を紹介しながら、絵本の良さについて説明します。	-	なし	年6回程度	未定	鎌倉図書館、児童館	0~3歳までの子と保護者(プレママ・プレパパ)	25人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
いろんなことばのおはなし会	外国語の絵本の読み聞かせ	1回	なし	令和6年10月5日(土)	15:00 ~ 15:30	鎌倉図書館	3歳以上の子と保護者	25人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
クリスマスおはなし会	クリスマスのストーリーテリングや絵本の読み聞かせ	1回	なし	令和6年12月21日(土)	15:00 ~ 15:45	鎌倉図書館	3歳以上の子と保護者	50人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
いろんなことばのおはなし会	外国語の絵本の読み聞かせ	1回	なし	令和7年2月1日(土)	15:00 ~ 15:30	鎌倉図書館	3歳以上の子と保護者	25人	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
おはなし会	おはなしボランティア「柴又語りの会」「柴又おはなしころりん」による素話・民話語り聞かせ・紙芝居・人形劇・パネルシアターを行います。	6回 (全て第3土曜日)	なし	各月第3土曜日	14:00 ~ 14:30	柴又学び交流館	幼児、小学生とその保護者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512

1-7【工作・実験】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
羊毛フェルトで干支飾りを作ろう	来年の干支をテーマに羊毛を針で刺し固めるフェルト作品作りを楽しみます。	全2回	10月5日号	令和6年11月12日、11月19日 毎週火曜日	10:00 ~ 12:00	シニア活動支援センター	区内在住・65歳以上の方	20人	1,200円	地域包括ケア担当課 シニア活動支援センター	03-5698-6201
そうさく教室	ビー玉ころがし迷路、宝さがしゲーム作り	1回	9月5日号	令和6年10月12日(土)	9:00 ~ 12:00	水元学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	ビー玉ころがし迷路、宝さがしゲーム作り	1回	9月5日号	令和6年10月26日(土)	9:00 ~ 12:00	亀有学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	ビー玉ころがし迷路、宝さがしゲーム作り	1回	9月5日号	令和6年11月2日(土)	9:00 ~ 12:00	にこわ新小岩	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	ビー玉ころがし迷路、宝さがしゲーム作り	1回	9月5日号	令和6年11月16日(土)	9:00 ~ 12:00	柴又学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	クリスマスリース飾り(イルミネーション付き)作り	1回	10月15日号	令和6年11月23日(土)	9:00 ~ 12:00	水元学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	クリスマスリース飾り(イルミネーション付き)作り	1回	10月15日号	令和6年11月30日(土)	9:00 ~ 12:00	亀有学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	クリスマスリース飾り(イルミネーション付き)作り	1回	10月15日号	令和6年12月7日(土)	9:00 ~ 12:00	柴又学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	クリスマスリース飾り(イルミネーション付き)作り	1回	10月15日号	令和6年12月15日(日)	9:00 ~ 12:00	にこわ新小岩	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
幼児そうさく教室	七宝焼(ネックレス、キーホルダー、ブローチなど)	1回	12月5日号	令和7年1月11日(土)	9:00 ~ 11:30	水元学び交流館	保護者1名と幼児(4歳以上就学前)	18組	材料費 1,000円	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
幼児そうさく教室	七宝焼(ネックレス、キーホルダー、ブローチなど)	1回	12月5日号	令和7年1月19日(日)	9:00 ~ 11:30	亀有学び交流館	保護者1名と幼児(4歳以上就学前)	18組	材料費 1,000円	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
幼児そうさく教室	七宝焼(ネックレス、キーホルダー、ブローチなど)	1回	12月5日号	令和7年1月25日(土)	9:00 ~ 11:30	柴又学び交流館	保護者1名と幼児(4歳以上就学前)	18組	材料費 1,000円	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
幼児そうさく教室	七宝焼(ネックレス、キーホルダー、ブローチなど)	1回	12月5日号	令和7年2月1日(土)	9:00 ~ 11:30	にこわ新小岩	保護者1名と幼児(4歳以上就学前)	18組	材料費 1,000円	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	おもしろいオリジナル時計作り	1回	1月15日号	令和7年2月9日(日)	9:00 ~ 12:00	水元学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	おもしろいオリジナル時計作り	1回	1月15日号	令和7年2月15日(土)	9:00 ~ 12:00	亀有学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	おもしろいオリジナル時計作り	1回	1月15日号	令和7年2月22日(土)	9:00 ~ 12:00	柴又学び交流館	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
そうさく教室	おもしろいオリジナル時計作り	1回	1月15日号	令和7年3月8日(土)	9:00 ~ 12:00	にこわ新小岩	小学生	36人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512

1-8【その他】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
農業応援サポーター養成講座	実習を含む養成講座を実施し、一定の基準を満たした者を農業応援サポーターとして認定します。	全17回	7月5日号掲載済み	令和6年8月から12月まで	14:00 ~ 16:00	奥戸地区センター及び隣接の畑	区内在住・在勤・在学18歳以上	20人	3,000円	産業経済課 経済企画係	03-3838-5554
東京理科大学・中央図書館連携講演会	未定	1回	10月5日号	令和6年10月20日(日)	14:00 ~ 16:00	中央図書館 会議室1	中学生以上	80人	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
一般講演会	未定	1回	10月5日号	令和6年10月26日(土)	未定	中央図書館 会議室1	中学生以上	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
大人のための朗読会	未定	1回	10月5日号	未定	未定	中央図書館 会議室1	中学生以上	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
図書館見学ツアー	未定	1回	10月5日号	未定	未定	未定	未定	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
ビジネス講演会	未定	1回	未定	未定	未定	未定	中学生以上	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
一般講演会	未定	1回	未定	未定	未定	未定	中学生以上	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
一般講演会	未定	1回	未定	未定	未定	鎌倉図書館	中学生以上	未定	無料	鎌倉図書館	03-3650-7741
図書館ビンゴ	図書館ビンゴ	-	なし	令和6年10月25日(金)~11月27日(水)	9:00 ~ 18:00	児童室	小学生まで	なし	無料	水元図書館	03-3627-3111
東京理科大学と葛飾区との連携による公開講座	未定	1回	未定	3月(予定)	未定	東京理科大学 葛飾キャンパス	15歳以上の方	未定	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

2-1【体操・ダンス】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
健美操 ※当日受付(先着65名)(受付開始:9:00~)	ゆっくりとした全身運動で、多種の呼吸法により、経絡や「ツボ」を調整し、心と身体のバランスの整え方を学びます。	15回のうち6回実施済み(5月20日から開始)	掲載済み	令和6年10月7・21日、11月18日 12月2日・16日 令和7年1月6日・20日 2月3日・17日 毎回月曜日	10:00 ~ 11:30	シニア活動支援センター 研修室	区内在住 65歳以上の方	65人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ラテンのリズムを楽しもう	珍しい中南米の打楽器を楽しみながら、心と身体をリラックスさせ、脳を活性化します。	全5回	9月5日号	令和6年10月9日、16日、23日、30日、11月6日(毎週水曜日)	14:00 ~ 16:00	シニア活動支援センター	区内在住・65歳以上の方	30人	1,500円	地域包括ケア担当課 シニア活動支援センター	03-5698-6201
ラ・ラ・ラ・ダンス!	音楽に合わせてダンスを楽しみながら、健康的な身体をつくりまします。	全8回	12月5日号	令和7年1月14日、21日、28日、2月4日、18日、25日、3月4日、11日(毎週火曜日)	10:00 ~ 11:30	シニア活動支援センター	区内在住・65歳以上の方	40人	2,200円	地域包括ケア担当課 シニア活動支援センター	03-5698-6201
HIPHOP教室 ※参加者の募集は終了しています。	中高生の放課後の楽しい居場所づくりと、体力向上を目的とした教室です。プロのインストラクターが指導します。最終回は発表会を実施します。	全17回 (内10月以降の実施分15回の日付を掲載)	7月25日号	令和6年10月21日、10月28日、11月25日、12月2日、12月16日、12月23日、令和7年1月20日、1月27日、2月3日、2月10日、3月3日、3月10日(全て月曜)	18:00 ~ 19:30	にこわ新小岩	区内在住・在学の中高校生、又は在住・在勤の15歳から18歳までの方	12人	300円/年	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476
			令和7年3月15日(土)	16:00 ~ 19:00							

2-2【球技】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
ふれあいスポーツ事業(成人・卓球)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。時間帯(18:30～20:30)によって指導員が指導します。	11回	なし	第1・3金曜日(1月3日は実施なし)	9:00～20:30	にこわ新小岩	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(成人・卓球)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。 ※指導はありません。	13回	なし	第1・3・5火曜日	9:00～17:00	亀有学び交流館	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(成人・卓球)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。時間帯(10:00～12:00)によって指導員が指導します。	11回	なし	第2・4火曜日 2月11日は指導なし	9:00～20:30	亀有学び交流館	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(成人・卓球)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。第1～第4水曜日は、時間帯(9:30～11:30)によって指導員が指導します。	25回	なし	毎週水曜日 1月1日は実施なし	9:30～16:30	柴又学び交流館	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(成人・バドミントン)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。時間帯(18:30～20:30)によって指導員が指導します。	11回	なし	第2・4金曜日 11月8日は実施なし	9:00～20:30	にこわ新小岩	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(成人・バドミントン)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。 ※指導はありません。	6回	なし	第4金曜日	9:00～17:00	亀有学び交流館	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(成人・バドミントン)	個人を対象として気軽にできるスポーツの場を提供します。時間帯(10:00～12:00)によって指導員が指導します。	6回	なし	第2金曜日	9:00～20:30	亀有学び交流館	高校生以上の区内在在、在勤及び在学者	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(ジュニア・卓球)	卓球が好きな人はどうぞお集まりください。指導員の指導を受けられます。	全11回	なし	令和6年10月5日、10月26日、11月2日、12月7日、12月21日、令和7年1月7日、1月25日、2月1日、2月22日、3月15日、3月22日(全て土曜)	9:00～12:00	亀有学び交流館	区内在在・在学の小学生または中学生	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ふれあいスポーツ事業(ジュニア・バドミントン)	バドミントンで楽しく体を動かしましょう。指導員の指導を受けられます。	全12回	なし	令和6年10月7日、10月21日、11月11日、11月18日、12月2日、12月9日、令和7年1月6日、1月20日、2月3日、2月10日、3月3日、3月17日(全て月曜)	15:30～17:30	水元学び交流館	区内在在・在学の小学生または中学生	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512

2-3【武道・弓道】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
オープンスペース空手	空手を通して礼儀を学び、体力を強化しましょう。ボランティア指導員の指導を受けられます。	12回 (月2回・全て土曜日)	なし	令和6年10月5・26日 11月2・16日 12月7・21日 令和7年1月11日・25日 2月15・22日 3月8・22日	10:00 ~ 11:30	柴又学び交流館	区内在住の3歳以上の未就学児及び小学生とその保護者	なし	継続する場合、保険料負担及び空手衣購入が必要	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512

2-4【トレーニング】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
はじめての筋トレ講座 木曜コース	体をゆっくり動かす筋力トレーニングの方法を学びます。講座終了後は地域の自主グループで継続できます。	全10回	10月25日号	令和6年11月28日～令和7年2月6日 毎週木曜日(1月2日を除く)	14:00 ~ 15:30	シニア活動支援センター	区内在住 65歳以上の方	45人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202

2-5【その他(スポーツ)】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
スポーツ指導員養成講習会 (ノルディック・ウォーク)	ノルディック・ウォークに関する知識や技術を学びます。	1回	9月25日号	令和6年11月9日(土)	9:30 ~ 12:00	奥戸総合スポーツセンター体育館	区内在住・在勤・在学の18歳以上の方	30人	1,000円	生涯スポーツ課 ランフェスタ係	03-3691-7111
スポーツボランティア研修会	スポーツボランティアの「定義」や「役割」などの基礎知識を学びながら、楽しく活動するためのコミュニケーションスキルを身に付けます！	1回	12月15日号	令和7年2月1日(土)	10:00 ~ 12:00	奥戸総合スポーツセンター体育館	葛飾区スポーツイベントにご協力いただける中学生以上の方	30人	無料	生涯スポーツ課 ランフェスタ係	03-3691-7111
スポーツ指導員養成講習会 (共通科目)	区内のスポーツ活動に係る多様なニーズに対応できる指導員の養成、及び現在活動する指導員の資質向上を目指します。	2回	12月15日号	令和7年2月8日(土)、9日(日)	10:00 ~ 17:30	奥戸総合スポーツセンター 温水プール館	区内在住・在勤・在学の18歳以上の方	20人	1,000円	生涯スポーツ課 事業係	03-3691-7111
バラスポーツ指導員養成講習会	区内のバラスポーツ活動に係る多様なニーズに対応できる指導員の養成、及び現在活動する指導員の資質向上を目指します。	4回	12月25日号	令和7年2月15日(土)、16日(日)、 22日(土)、23日(日)	10:00 ~ 17:30	奥戸総合スポーツセンター体育館他	区内在住・在勤・在学の18歳以上の方	20人	1,000円	生涯スポーツ課 事業係	03-3691-7111
スポーツ指導員フォローアップ 研修会兼ジュニア指導者研修会	区内のスポーツ活動に係る多様なニーズに対応できる指導員の養成、及び現在活動する指導員の資質向上を目指します。	1回	1月15日号	令和7年3月1日(土)	9:00 ~ 15:00	奥戸総合スポーツセンターエイトホール	区内でスポーツ指導に携わっている18歳以上の方	1部:30人 2部:100人	受講料 無料 テキスト代 1,500円	生涯スポーツ課 ランフェスタ係	03-3691-7111
共栄大学秋の公開講座② 「プロスポーツビジネスの現場からスポーツの未来を考える」	卓球のTリーグ、T.T 彩たまのクラブスタッフの方から、卓球Tリーグの歴史、プロスポーツクラブ運営の実践、課題等をお聞きしようと考えております。 この講義から新たなスポーツの魅力を発見してもらえればと思います。	1回	10月15日号	令和6年11月30日(土)	14:00 ~ 15:40	共栄学園中学高等学校	どなたでも	400人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

3-1【料理】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
親子クッキング	未定	1回	9月5日号	令和6年10月5日(土)	10:00 ~ 12:30	亀有学び交流館	区内在住・在学の小学生と保護者	8組	1組(2人の場合):1,240円 1組(3人の場合):1,260円 (内訳:食材費:1組1,200円、保険料:1人20円)	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476
親子クッキング	親子でそば打ち	1回	9月25日号	令和6年10月27日(日)	10:00 ~ 13:00	水元学び交流館	区内在住・在学の小学生と保護者	8組	1組(2人の場合):1,240円	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476
親子クッキング	未定	1回	10月15日号	令和6年11月15日(金)	10:00 ~ 12:30	亀有学び交流館	区内在住・在学の小学生と保護者	5組	1組(3人の場合):1,260円	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476
親子クッキング	肉まん、ごまあんまん、卵スープ	1回	11月5日号	令和6年12月8日(日)	10:00 ~ 12:30	水元学び交流館	区内在住・在学の小学生と保護者	8組	(内訳:食材費:1組1,200円、保険料:1人20円)	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476
親子クッキング	梅の練りきり、みかん大福	1回	12月15日号	令和7年1月12日(日)	10:00 ~ 12:30	水元学び交流館	区内在住・在学の小学生と保護者	8組	(内訳:食材費:1組1,200円、保険料:1人20円)	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476
世界の食文化講座 クリスマス菓子「ベラヴェッカ」を作りました	フランス・アルザス地方のクリスマス菓子「ベラヴェッカ」は、たくさんのドライフルーツを練って焼いたリッチなケーキです。実習ではひとり1台焼いてお持ち帰りいただけます。ベラヴェッカで、素敵なクリスマスを迎えませんか。	1回	10月15日号	令和6年11月30日(土)	10:00 ~ 13:00	東京聖栄大学	15歳以上の方	24人	3,000円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

3-2【教育・子育て】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
子育てに役立つ生と性のおはなし講座	「命はどうして大切なのか？」などの子どもの疑問にどのように答えるか、体や性について学びながら考えます。「さんばはうす葛飾」と共催。	全2回	9月25日号	令和6年10月21日・28日(月)	10:00 ~ 12:00	カナマチぶらっと	乳幼児の保護者	15人	500円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
子育てに役立つ生と性のおはなし講座	「命はどうして大切なのか？」などの子どもの疑問にどのように答えるか、体や性について学びながら考えます。「さんばはうす葛飾」と共催。	全2回	10月5日号	令和6年11月11日・18日(月)	10:00 ~ 12:00	亀有地区センター	乳幼児の保護者	15人	500円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
子育てに役立つ生と性のおはなし講座	「命はどうして大切なのか？」などの子どもの疑問にどのように答えるか、体や性について学びながら考えます。「さんばはうす葛飾」と共催。	全2回	11月5日号	令和6年12月4日・11日(水)	10:00 ~ 12:00	にこわ新小岩	乳幼児の保護者	15人	500円	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
子育てに役立つ生と性のおはなし講演会(タイトル未定)	「命を大切に」「自分自身を大切に」にするようになる子育てについて考えます。これまでたくさんの命の現場に立ち会い多くのパパやママや子どもたちに接してきた助産師による講習会です。「さんばはうす葛飾」と共催。	1回	12月25日号	令和7年1月26日(日)	10:00 ~ 12:00	青戸地区センター	子育て中の方 子育て支援活動をしている方 テーマに関心のある方	40人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
家庭教育講座(小学校ってこんなところ教室)	令和7年度新1年生に入学するお子さんとその保護者対象に元校長先生や教諭による講座や子どもの授業体験教室	全2回	8月15日号	令和6年10月12日、10月26日(土)	9:30 ~ 11:30	堀切地区センター	令和7年度小学校 就学予定幼児とその保護者	40組	無料	地域教育課 地域家庭連携係	03-5654-8589
家庭教育講座(小学校ってこんなところ教室)	令和7年度新1年生に入学するお子さんとその保護者対象に元校長先生や教諭による講座や子どもの授業体験教室	全2回	9月25日号	令和6年11月16日、11月30日(土)	9:30 ~ 11:30	高砂地区センター	令和7年度小学校 就学予定幼児とその保護者	40組	無料	地域教育課 地域家庭連携係	03-5654-8589

3-3【健康】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
脳トレ友遊クラブ	記憶力や判断力を養うプログラムをグループで行い、コミュニケーションを楽しみながら脳の活性化を促します。	全6回	12月5日号	令和7年1月15日、22日、29日 2月5日、12日、19日	10:00 ~ 11:45	シニア活動支援センター	区内在住 おおむね 65歳以上の方	24人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 喜久の湯 【事前申込なし】	営業時間前の銭湯の脱衣所等を利用して、簡単な体操や脳トレ、レクリエーションを行います。	月1回	9月～11月 各5日号 12～2月 各25日号	第2火曜日 (2月は第1火曜日)	13:15 ~ 14:15	喜久の湯 (東立石2-21-16)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 アクアガーデン栄湯 【事前申込なし】				第2木曜日	14:30 ~ 15:30	アクアガーデン栄湯(東四つ 木3-45-7)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 富士の湯 【事前申込なし】				第3火曜日	13:30 ~ 14:30	富士の湯 (亀有2-5-7)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 さつき湯 【事前申込なし】				第3水曜日	14:00 ~ 15:00	さつき湯 (東堀切3-27-9)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 栄湯 【事前申込なし】				第3木曜日 (3月は第1木曜日)	14:30 ~ 15:30	栄湯 (高砂8-15-12)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 富の湯 【事前申込なし】				第3金曜日	13:30 ~ 14:30	富の湯 (立石2-19-6)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 アクアドルフィンランド 【事前申込なし】				第4水曜日	13:30 ~ 14:30	アクアドルフィンランド (立石7-16-3)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 寿湯 【事前申込なし】				第4木曜日	13:30 ~ 14:30	寿湯 (東四つ木4-19-14)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
ふれあい銭湯 末広湯 【事前申込なし】				第4金曜日	14:45 ~ 15:45	末広湯 (宝町1-2-30)	区内在住おおむね 65歳以上の方	10～15人 (先着順)	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
うんどう教室 東金町四丁目平成公園 【事前申込なし】				公園内に設置した専用の運動器具を使用し、つまずいたり、ふらついたりすることを予防するための運動を行います。「うんどう習慣」を身につけて楽しみましょう。専門の指導員がお手伝いします。	月2回	9月～2月 各25日号	第1・3火曜日 ※悪天候時、中止	10:30 ~ 11:30	東金町四丁目平成公園(東 金町4-35-1)11/19東金町 地区センター(東金町5-33- 6)	区内在住おおむね 65歳以上の方	なし
うんどう教室 青戸平和公園 【事前申込なし】	第1・3火曜日 ※悪天候時、中止	14:00 ~ 15:00	青戸平和公園(青戸4-23- 1)11/19シニア活動支援セ ンター(立石6-38-11)				区内在住おおむね 65歳以上の方	なし	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
うんどう教室 高砂北公園 【事前申込なし】	第2・4水曜日 ※悪天候時、中止	10:30 ~ 11:30	高砂北公園(高砂4-3-1) 11/27鎌倉憩い交流館(鎌 倉2-6-20)				区内在住おおむね 65歳以上の方	なし	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
うんどう教室 お花茶屋公園 【事前申込なし】	第2・4水曜日 ※悪天候時、中止	10:30 ~ 11:30	お花茶屋公園(お花茶屋1- 22-1) 12/11宝町憩い交流 館(宝町2-38-19)				区内在住おおむね 65歳以上の方	なし	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
うんどう教室 間栗公園 【事前申込なし】	第2・4水曜日 ※悪天候時、中止	14:00 ~ 15:00	間栗公園(西新小岩2-1-4) 12/11にこわ新小岩 (西新 小岩4-33-2)				区内在住おおむね 65歳以上の方	なし	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
シニア版ボニースクール	乗馬によって、普段使っていない筋肉を鍛えます。馬の世話をとおして、楽しく介護予防に参加する機会をつくります。	全3回	9月5日号	令和6年10月15日(火) 10月21日(月) 10月28日(月)	10:00 ~ 12:00	ボニースクールかつしか 水元スポーツセンター公園 内	区内在住 65歳以上の方	20人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202

3-3【健康】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
シニア版ポニースクール	乗馬によって、普段使っていない筋肉を鍛えます。馬の世話をとおして、楽しく介護予防に参加する機会をつくります。	全3回	10月5日号	令和6年11月18日(月) 11月25日(月) 12月2日(月)	13:30 ~ 15:30	ポニースクールかつしか 水元スポーツセンター公園内	区内在住 65歳以上の方	20人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
アクティブトレーニング	音楽のリズムに合わせて、ボクシングエクササイズの有酸素運動や、筋トシ、脳トシなどさまざまな動きを組み合わせ、身体の柔軟性や筋力を高めます。	全8回	10月15日号	令和6年11月19日～令和7年1月14日 毎週火曜日	14:00 ~ 15:30	シニア活動支援センター	区内在住 65歳以上の方	40人	受講料 1,300円	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
回想法 思い出語る体験会	高齢者が自身の体験を語り合い、過去の記憶を振り返る回想法を体験します。	全4回	9月5日号	令和6年11月11日～12月2日 毎週月曜日	14:00 ~ 15:30	シニア活動支援センター	区内在住おおむね 65歳以上の方 回想法自主グループに在籍していない方	14人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
回想法体験会	高齢者が自身の体験を語り合い、過去の記憶を振り返る回想法を体験します。体験後、希望者は10月以降の講座に参加できます。	全1回	8月25日号	令和6年9月13日(金)	14:00 ~ 15:30	水元学び交流館	区内在住おおむね 66歳以上の方	8人	無料	地域包括ケア担当課 介護予防係	03-5698-6202
在宅療養セミナー	在宅療養に携わる医師等を招いて、在宅療養を行う上での知識をご紹介します。※在宅療養とは、住み慣れた自宅で医療・介護を受けながら生活することです。	1回	未定	未定	未定	未定	どなたでも	50人	無料	地域保健課 地域医療係	03-3602-1231
歯ツピースマイル健口教室	歯科医師より歯周病や口腔機能低下などの予防の講義、歯科衛生士がお口の体操や効果的な歯みがきのポイントを分かりやすく紹介します。	1回	未定	令和7年3月12日(水)	13:30 ~ 15:30	健康プラザかつしか 小ホール	区内在住の方	20人	無料	健康推進課 歯科保健担当係	03-3602-1268
健康大学	専門講師による講義や体験を通じて健康について学びます。	全5回	未定	令和6年12月(予定)	午後(予定)	青戸地区センター	区内在住の方	40人	無料	健康推進課 健康推進係	03-3602-1268
かつしか健康食育フェア	健康づくりのための体操や展示、食育・糖尿病などに関する様々なブースがあり、クイズや体験などを通して、健康づくりのきっかけを作るイベントです。誰でも参加できますが、ブースによっては定員・事前申込制のものがあります。	1回(1日)	未定	11月予定	10:00 ~ 15:00	健康プラザかつしか	どなたでも	なし	無料	健康推進課 健康推進係	03-3602-1268
自殺対策講演会	～涙活でストレス解消～ 泣くことで、心の健康を取り戻し、心身ともにリフレッシュさせるストレスマネジメントを学びます。	1回	8月25日号	令和6年9月27日(金)	14:30 ~ 17:00	青戸地区センター	区内在住・在勤・在学で中学生以上の方	50人	無料	保健予防課 保健予防係	03-3602-1274
ツボで健康に！やさしい東洋医学講座	東洋医学の考え方を学び、ツボを使ったセルフケアを体験します。	全2回	10月15日号	令和6年11月24日、12月8日(日)	10:00 ~ 11:30	青戸地区センター	15歳以上の方	50人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
国際鍼灸専門学校公開講座 親子のふれあい教室 疲れた体をケアしましょう！①	肩こり、腰痛対策、ボディケアを行う、親子の体験教室です。大人と子ども2人1組での実習となります。国際鍼灸専門学校の専任教員が子どもにも分かりやすく、楽しく教えます。	1回	9月15日号	令和6年10月26日(土)	14:00 ~ 15:30	国際鍼灸専門学校	小学生とその保護者	15組 30人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
国際鍼灸専門学校公開講座 親子のふれあい教室 疲れた体をケアしましょう！②	肩こり、腰痛対策、ボディケアを行う、親子の体験教室です。大人と子ども2人1組での実習となります。国際鍼灸専門学校の専任教員が子どもにも分かりやすく、楽しく教えます。	1回	10月5日号	令和6年11月16日(土)	14:00 ~ 15:30	国際鍼灸専門学校	小学生とその保護者	15組 30人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

3-4【防災・救命】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
災害ボランティア講座	自分の住んでいるまちを「防災・減災」の視点で見ながら、「災害時のまち」をイメージして歩き、地域の防災・減災に役立つものなどを一緒に歩いた仲間と発見、共有します。 ※実際に外を歩きますので、防寒対策、動きやすい服装でご参加ください。	1回	未定	未定	13:00 ~ 16:00	未定	区内在住・在勤の方	30人	無料	ボランティア・地域貢献活動センター	03-5698-2511

4-1【社会】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
第52回葛飾区消費生活展	区内消費者団体による消費生活関連問題の研究発表によって、一般区民に役立つ情報、資料等の提供をする。	2日間	9月25日号	令和6年10月12日(土) 令和6年10月13日(日)	9:40 ~ 16:00 10:00 ~ 15:30	ウィメンズバル	どなたでも	なし	無料	消費生活センター	03-5698-2316
消費者問題等講師派遣 (消費者教育出前講座)	区民グループ・区関係部局等に消費者教育出前講座の講師派遣をします。	随時	なし	随時	—	随時	区内在住 在勤・在学の方	5人以上の グループ	無料	消費生活センター	03-5698-2316
共栄大学秋の公開講座① 「変わっていく日本の平和教育 -継承と発展-」	戦後78年が過ぎ、変わりゆく社会を前に平和教育はこれまでよいのでしょうか？これまでの平和教育の継承と発展について皆さん一緒に考えていただけませんか？	1回	9月5日号	令和6年10月19日(土)	14:00 ~ 15:40	共栄学園中学高等学校	どなたでも	400人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

4-2【人権・男女平等】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
若年層 固定的性別	映画上映会:しない・させないデートDV 講座:ブレッドウィナー	全2回	9月5日号	令和6年 10月5日(土)、6日(日)	13:00 ~ 15:00	ウィメンズバル	どなたでも	30人	無料	人権推進課 男女平等推進係	03-5698-2211
性と生殖	からやかエイジング講座 ~更年期に備えるカラダノリセツ~	1回	12月15日号	令和7年1月23日(木)	14:00 ~ 16:00	亀有地区センター	女性	30人	無料	人権推進課 男女平等推進係	03-5698-2211
男女平等講座	人と文化とジェンダーと	全3回	12月15日号	令和7年 2月1日(土)、9日(日)、22日(土)	13:00 ~ 15:00	堀切地区センター	どなたでも	30人	無料	人権推進課 男女平等推進係	03-5698-2211
男女平等講座	未定	全3回	1月15日号	未定	14:00 ~ 16:00	亀有地区センター	女性	30人	無料	人権推進課 男女平等推進係	03-5698-2211
介護講座	未定	1回	未定	未定	13:00 ~ 15:00	堀切地区センター	どなたでも	30人	無料	人権推進課 男女平等推進係	03-5698-2211
メディア・リテラシー	未定	1回	未定	未定	13:00 ~ 15:00	堀切地区センター	どなたでも	30人	無料	人権推進課 男女平等推進係	03-5698-2211
人権講座全3回	人権問題について、理解を深めるとともに考えていくための講座です。 1回目:子どもの人権 2回目:同和問題 3回目:インターネット上の人権	全3回	10月15日号	令和6年11月18日(月)、 22日(金)、29日(金)	14:00 ~ 16:00	亀有地区センター	区内在住・在勤・在学の方	30人	無料	人権推進課 人権施策推進係	03-5654-8148
人権週間記念講演会	人権問題について、理解を深めるとともに考えていくための講座です。	1回	①11月5日号 ②11月25日号	令和6年12月7日(土)	16:30 ~ 18:00	金町地区センター	どなたでも	150人	無料	人権推進課 人権施策推進係	03-5654-8148
暴力防止に向けた講座	暴力防止に向け、考えていくための講座です。	1回	未定	未定	未定	未定	区内在住・在勤・在学の方	30人	無料	人権推進課 人権施策推進係	03-5654-8148

4-3【環境・リサイクル】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
秋の園芸教室① 「松ぼっくり苔玉のテラリウム」	葛飾区緑化推進協力員による初心者向けの園芸教室を行います。松ぼっくりと苔玉を使って秋らしいテラリウムを作ります。	1回	9月15日号	令和6年10月17日(木)	10:00 ~ 11:00	屋上緑化見本園	区内在住の方	20人	500円	環境課 緑と花のまち推進係	03-5654-8239
秋の園芸教室② 「エアープランツを楽しもう！」	葛飾区緑化推進協力員による初心者向けの園芸教室を行います。土を必要としないエアープランツを使って作品を作ります。	1回	9月25日号(予定)	令和6年10月22日(火)	14:00 ~ 15:00	屋上緑化見本園	区内在住の方	20人	1000円	環境課 緑と花のまち推進係	03-5654-8239
秋の園芸教室③ 「再生土で楽しむ「草・木・花」」	葛飾区緑化推進協力員による初心者向けの園芸教室を行います。園芸用土の基本と再生土について学びます。	1回	9月25日号(予定)	令和6年10月24日(木)	10:30 ~ 12:00	屋上緑化見本園	区内在住の方	20人	1000円	環境課 緑と花のまち推進係	03-5654-8239
グリーンバンク樹木フェア	樹木を仮植しているグリーンバンクで苗木の提供や、樹木相談、などを行います。*小雨決行	1回	10月5日号	令和6年10月12日(予定)	10:00 ~ 12:00	細田グリーンバンク (細田4-14)	区内在住の方	なし 苗木配布数は上限アリ	無料	環境課 緑と花のまち推進係	03-5654-8239
花いっぱいのもちづくり推進協議会主催イベント	未定	未定	未定	未定	未定	未定	未定	未定	未定	環境課 緑と花のまち推進係	03-5654-8239
リユース容器で作るアロマのレスキューコロン	リユース容器を活用し、自然素材からアロマのレスキューコロンを作ります。	1回	9月5日号予定	令和6年10月4日(金)	11:00 ~ 11:40	白鳥児童館	区内在住の子育て中の保護者と乳幼児	10人	無料	リサイクル清掃課 ごみ減量推進係	03-5654-8273
ごみ減量・清掃フェアかつしか	清掃工場の見学やフリーマーケット、清掃車への積み込み体験などを実施します。	1回	10月25日号予定	令和6年11月3日(日)	10:00 ~ 14:00	葛飾清掃工場	どなたでも	なし	無料	リサイクル清掃課 ごみ減量推進係	03-5654-8273
さき織り(織りのみ)	古布を裂いたものを横糸として用い、さき織り体験をします。	4回	未定	令和6年11月6日(水)、7日(木)	13:00 ~ 14:15 14:30 ~ 15:45	かつしかエコライブラザ	区内在住・在勤・在学16歳以上の方	各回4人	未定	リサイクル清掃課 ごみ減量推進係	03-5654-8273
リユース容器で作るアロマのレスキューコロン	リユース容器を活用し、自然素材からアロマのレスキューコロンを作ります。	1回	10月15日号予定	令和6年11月11日(月)	11:00 ~ 11:40	子ども未来プラザ東四つ木	区内在住の子育て中の保護者と乳幼児	10人	無料	リサイクル清掃課 ごみ減量推進係	03-5654-8273
リユース容器で作るアロマスプレー	リユース容器を活用し、自然素材からアロマスプレーを作ります。	1回	10月25日号予定	令和6年11月22日(金)	11:00 ~ 11:40	末広児童館	区内在住の子育て中の保護者と乳幼児	10人	無料	リサイクル清掃課 ごみ減量推進係	03-5654-8273
リユース容器で作るアロマのお掃除万能スプレー	リユース容器を活用し、自然素材からアロマのお掃除万能スプレーを作ります。	1回	11月5日号予定	令和6年12月2日(月)	11:00 ~ 11:40	南奥戸児童館	区内在住の子育て中の保護者と乳幼児	10人	無料	リサイクル清掃課 ごみ減量推進係	03-5654-8273
リサイクルコーナー・フリーマーケット開催下半期	各家庭で不用となっている日常生活用品を預かり、月に1回リサイクルコーナーで希望者に販売します。同じ開催日にフリーマーケット出店希望者に場所を提供します。(事前抽選)	12回 (後期6回)	随時	原則月1回	10:00 ~ 14:00	ウイメンズバル	区内在住 在勤・在学の方	なし	無料	消費生活センター	03-5698-2314

4-4【地域】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
おいでよ亀有ウィンターイルミネーション	亀有駅前等でイルミネーションの装飾を実施し、観光客の誘客やまちの賑わいを創出し、地域の活性化を図ります。	-	11月15日号もしくは11月25日(予定)	令和6年12月2日(月)から 令和7年2月28日(金)	17:00 ~ 23:00	亀有駅北口交通島・南口バスロータリー・南口交通島、(予定)	どなたでも	なし	無料	観光課 観光担当係	03-3838-5558 (内線) 2984
ライティング・コラボレーションかなまち	金町駅周辺でイルミネーションの装飾や、地方と連携したマーケットイベントなどを実施し、観光客の誘客やまちの賑わいを創出し、地域の活性化を図ります。	-	11月15日号もしくは11月25日(予定)	●かなまちイルミネーション: 令和6年12月2日(月)から令和7年2月28日(金) ●ふるさと・クリスマスマーケット: 令和6年12月14日(土)	●かなまちイルミネーション: 17:00~23:00 ●ふるさと・クリスマスマーケット: 10:00~16:30	●かなまちイルミネーション: JR金町駅北口・北口ロータリー、JR金町駅南口・南口ロータリー、金町駅北口駅前団地広場、東京理科大学前 ●ふるさと・クリスマスマーケット: 金町駅北口駅前団地広場	どなたでも	なし	無料	観光課 観光担当係	03-3838-5558 (内線) 2984
寅さんサミット2024	「日本の原風景を守り、後世に伝える」をテーマに、映画『男はつらいよ』の全国ロケ地と葛飾区との連携・相互交流を通じて、各地域の魅力を発信し、地域の活性化を図ります。	-	10月25日号	令和6年11月2日(土)から 令和6年11月3日(日・祝)	10:00 ~ 16:00	帝釈天参道・葛飾柴又寅さん記念館・葛飾区山本亭・特設会場(柴又7-9)ほか	どなたでも	なし	無料	観光課 観光担当係	03-3838-5558 (内線) 2984
おいでよ亀有Winter Festival	亀有公園・亀有リリオパークにおいて、地元の商店会店舗による出店や名物「亀有千人鍋」の販売等を実施し、観光客の誘客やまちの賑わいを創出し、地域の活性化を図ります。	1回	11月15日号もしくは11月25日号(予定)	令和7年2月8日(土)(予定)	10:00 ~ 16:00(予定)	亀有公園・亀有リリオパーク	どなたでも	なし	無料	観光課 観光担当係	03-3838-5558 (内線) 2984
きらめきの街・新小岩(北地域)	新小岩駅周辺等でイルミネーションの装飾を実施し、観光客の誘客やまちの賑わいを創出し、地域の活性化を図ります。	-	11月25日号	令和6年12月2日(月)から 令和7年2月14日(金)	17:00 ~ 23:00	新小岩駅北口周辺	どなたでも	なし	無料	観光課 観光担当係	03-3838-5558 (内線) 2984
きらめきの街・新小岩(南地域)	新小岩駅周辺等でイルミネーションの装飾やマルシェイベントを実施し、観光客の誘客やまちの賑わいを創出し、地域の活性化を図ります。	-	11月25日号	●イルミネーション: 令和6年12月2日(月)から 令和7年2月14日(金) ●えきひろマルシェ: 令和6年12月7日(土)8日(日)令和7年2月8日(土)9日(日)	●イルミネーション: 17:00~23:00 ●マルシェ: 11:00~16:00	新小岩駅南口周辺	どなたでも	なし	無料	観光課 観光担当係	03-3838-5558 (内線) 2984
ゲートキーパー講座	身近な人の様子がいつもと違うとき、どう接したらいいのか。心の危険サインの気づき方や話の聞き方、見守り方を学びます。 ※ゲートキーパーとは、悩んでいる人の心のサインに気づき、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守ることができる人のことです。	1回	未定	未定	未定	未定	区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方	未定	無料	保健予防課 保健予防係	03-3602-1274
囲碁初心者講座	囲碁の打ち方やルールなどを学びながら、新たな生きがいがづくりの機会とします。	全8回	11月25日号	令和7年 1月10日、17日、24日、31日 2月7日、14日、21日、28日 毎週金曜日	10:00 ~ 11:30	シニア活動支援センター	区内在住・65歳以上の方	20人	無料	地域包括ケア担当課 シニア活動支援センター	03-5698-6201
わがまち楽習会「奥戸の町で安心して住み続けるために」	森永の跡地が大きな物流倉庫になる奥戸の町で、これからも安心して住み続けるために、生活環境や防災対策について学びます。奥戸地域の住民が企画する学習会です。	全4回	なし	令和6年10月 ~ 令和7年3月 (予定)	10:00 ~ 12:00	奥戸地区センター	どなたでも	50人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
亀参初遊び	亀有学び交流館で活動している団体が、日ごろの活動成果を発表し、地域の皆さんと交流します。	1回	未定	未定	未定	亀有学び交流館	どなたでも	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8476

4-4【地域】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
団体・サークル支援講座	「団体活動を輝かせよう！あなたも情報発信マスター」 魅せる情報誌の作り方や、参加者の瞳が輝くイベントの作り方を学びます。	4回(予定)	未定	令和7年2月(予定)	14:00 ~ 16:00	亀有地区センター	どなたでも	40人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
遊びのパートナー講座	子どもと心を通じ合わせることができる遊びのパートナーを目指します。2日目は実際に子どもたちと遊びます。	全3回	8月15日号	令和6年10月6日(日) 11月10日(日) 11月24日(日)	14:00 ~ 16:00 9:30 ~ 16:30 14:00 ~ 16:00	立石地区センター 本田小学校 立石地区センター	子どもに関わっているまたはテーマに関心のある16歳以上の方	20人	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
かつしか子ども・若者応援ネットワーク連携講座	未定	1回	未定	未定	未定	未定	未定	未定	未定	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

4-5【福祉】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
親族後見人等の集い	親族後見人等を対象とした講演会と座談会を行います。	1回	なし	令和6年10月12日(土)	14:00 ~ 16:00	金町地区センター	区内在住 親族後見人等	20人	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
		1回	未定	未定	未定	未定		20人	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
終活講座	遺言や相続、任意後見制度、エンディングノートなどについて学びます。	7回	なし	令和7年2月 ~ 令和7年3月	14:00 ~ 16:00	ウエルビアかつしか	区内在住の方	40人	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
市民後見人養成講座	判断能力が十分ではない方を、地域の方々により支援していくための「市民後見人」を養成します。(講座参加にあたり必須の説明会が別途有)	全6回	なし	令和7年1月8日(水)15日(水)22日(水)29日(水)2月4日(火)12日(水)	10:00 ~ 16:30	ウエルビアかつしか	区内在住 68歳以下の方	20人	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
講演会 区民向け成年後見制度	成年後見制度の概要や活用方法について学びます。	1回	未定	未定	14:00 ~ 16:00	未定	区内在住の方	40人	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
		1回	未定	未定	14:00 ~ 16:00	未定		40人	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
講演会 障がいのある方のための成年後見制度	成年後見制度の概要のほか、精神・知的障がいのある方が制度を利用する場合の活用方法について学びます。	1回	未定	未定	未定	未定	区内在住の方	未定	無料	社会福祉協議会 成年後見センター	03-5672-2833
手話講習会	聴覚障害について理解を深め、手話を学びます。 手話教室・入門・基礎・通訳Ⅰ・通訳Ⅱ(手話通訳養成)コースの各昼・夜クラス	コースにより異なる	なし (令和7年1月の社協だよりにて募集受付)	毎年4月から翌年2月 (今年度募集終了)	昼クラス 10:00~12:00 夜クラス 19:00~21:00	ウエルビアかつしか	区内在住・在勤・在学の高校生以上の健聴者の方(手話教室・入門コースは「区内在住者のみ」)	コースにより異なる	コースにより異なる	社会福祉協議会 福祉サービス係	03-5698-3216
耳の聞こえない人の世界を体験してみよう	聴覚障害のある人に対する配慮やコミュニケーションについて、当事者からの話を聞き、手話等の体験を通して学びます。	1回	8月25日号	令和6年10月6日(日)	9:30 ~ 12:00	青戸地区センター	区内在住の小学校3~6年生とその保護者の方	40人	無料	障害福祉課 援護係	03-5654-8263
90センチから見える世界を体験してみよう	車いすを使用されている方がどのような配慮を必要としているか、当事者の話を聞くことや、車いすに乗って実際にお店で買い物をしたり、歩道を走行する体験を通して学びます。	1回	12月頃	令和7年1月下旬頃	未定	未定	区内在住の小学校3~6年生とその保護者の方	10人	無料	障害福祉課 援護係	03-5654-8263
ウエルビアまつり	障害のある方の社会参加の意欲を高め、障害者福祉やボランティア活動への理解を広めることを目的に、障害者福祉表彰やボランティア表彰、区内福祉施設及び福祉団体による自主生産品販売等を行います。	-	11月5日号(開催のみ)	令和6年11月17日(日)	10:00 ~ 15:00	ウエルビアかつしか	どなたでも	なし	無料	障害者施設課 管理係	03-5698-1301
障害者作品展	障害のある方が創作した絵画・書画・手芸品などの作品を展示します。	-	11月5日号(開催のみ)	令和6年11月14日(木)~ 令和6年11月20日(水)	10:00 ~ 17:00 ※ただし 11月17日及び11月20日の開催時間は10:00~15:00	ウエルビアかつしか 1階 ひがほりめもりある ほーる	どなたでも	なし	無料	障害者施設課 管理係	03-5698-1301

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
高次脳機能障害講演会 「高次脳機能障害のある方とご家族の歩み～事例を通して生活の技術を学びましょう」	東京慈恵会医科大学附属第三病院医師の渡邊 修氏を講師に迎え、高次脳機能障害とは何か、高次脳機能障害を抱えながら生活する方と、ご家族へどのように支援ができるかを学びます。	1回	9月25日号	令和6年10月27日(日)	14:00 ~ 16:00	ウエルビアかつしか	どなたでも	50人	無料	障害者施設課 地域活動支援係	03-5698-1336
失語症講演会 「コミュニケーション障害の理解と支援～失語症、構音障害、認知症など～」	言語聴覚士の四方田 博英氏を講師に迎え、コミュニケーション障害について学びます。脳卒中、認知症などを引き起こす脳の仕組みと、それによって起こる様々な障害の実態、支援内容をお話しいたします。	1回	10月5日号	令和6年11月3日(日)	10:00 ~ 12:30	ウエルビアかつしか	どなたでも	50人	無料	障害者施設課 地域活動支援係	03-5698-1336
中途視覚障害者のための生活講座	日本盲人社会福祉施設協議会理事長の長岡 雄一氏を講師に迎え、緑内障、糖尿病網膜症などの疾病により視覚に障害のある方が利用できるサービス、福祉用具、支援などについて学びます。	2回	9月5日号	令和6年10月22日(火)	13:00 ~ 15:30	ウエルビアかつしか	中途視覚障害者、 そのご家族、支援者	20人	無料	障害者施設課 地域活動支援係	03-5698-1336
				令和6年10月29日(火)	13:00 ~ 15:00						
福祉のしごと大発見	区内の介護・障害サービス事業所による合同就職説明会を行います。	1回	1月25日号(開催のみ)	2月15日(土)	13:00 ~ 16:00	テクノプラザかつしか 1F展示ホール	どなたでも	無	無料	介護保険課管理係 金子	03-5654-8443
知識普及講習会	ぜん息の症状を持つ児童の保護者に対し、アレルギーエドゥケーターによる、ぜん息に関する知識普及講習会を実施することで、小児ぜん息の知識を深める。	全2回	10月15日号予定	令和6年11月中旬予定	11:00 ~ 12:00 18:00 ~ 18:30	未定	区内に在住する、 ぜん息で悩んでいる お子さんと保護者	各40人	無料	地域保健課 地域医療係	03-3602-1231
音楽くれん教室	音楽療法士のプログラムに従い、吹奏楽器等を用いて喘息のコントロールに有効とされる腹式呼吸法を体得させるとともに心身の安定を図る。	全2回	未定	令和7年2月22日(土)、23日(日) 令和7年3月8日(土)、9日(日)	10:00 ~ 11:30	新小岩地区センター ホール 亀有地区センター ホール	喘息の症状をもつ 児童	各20人	無料	地域保健課 地域医療係	03-3602-1231
成人ぜん息教室	ぜん息及び薬の知識の習得並びに腹式呼吸法の体得により、精神の安定と発作時の適切な対応・習慣づけを図るとともに参加者の体験や療養上の諸注意等の情報交換により参加者相互の心の交流を図る。	全2回	12月5日号予定	令和7年2月下旬、 3月上旬予定	14:00 ~ 15:30	亀有地区センター ホール	区内居住の被認定者 及びぜん息等で 不安を抱えている方	各60人	無料	地域保健課 地域医療係	03-3602-1231
認知症講演会	注目が集まっている認知症と口腔の健康の関係性についてお話します。	1回	9月15日号	令和6年10月20日(日)	14:00 ~ 16:00	立石図書館研修室	中学生以上	40人	無料	立石図書館	03-3696-4451

4-6【ボランティア】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
かつしかボランティア学(後期)	ボランティアの基礎知識や活動体験等を通じて、ボランティア・地域活動について学びます。 ※今回は、子ども食堂ボランティアについての講座です。	全3回	未定	①令和7年1月31日(金) ②令和7年2月14日(金) ※別途、体験活動あり	10:00 ~ 15:00	ウエルビアかつしか	区内在住・在勤の方	20人	無料	ボランティア・地域貢献活動センター	03-5698-2511
ボランティア・NPO入門講座	ボランティア活動やNPO活動の基礎を学ぶ講座です。団体設立にあたっての事業計画や資金確保の方法等について学びます。	2回	①8月15日号 ②未定	①令和6年10月6日(日) ②令和7年1月(予定)	10:00 ~ 16:00	①亀有地区センター ②未定	区内在住・在勤の方	①25人 ②未定	無料	ボランティア・地域貢献活動センター	03-5698-2511

4-7【技能研修・職業セミナー】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
ビジネスセミナー	未定	4回	未定	未定	未定	未定	中学生以上	未定	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
ビジネス相談会	中小企業診断士による起業・開業・経営改善等の相談会を行います。	6回	8月25日号 11月25日号	第3土曜日	13:30 ~ 17:30	未定	15歳以上	6人	無料	中央図書館 事業推進係	03-3607-9201
ビジネス相談会	中小企業診断士による起業・開業・経営改善等の相談会を行います。	6回	なし	第1日曜日	13:30 ~ 17:30	立石図書館研修室	15歳以上	6人	無料	立石図書館	03-3696-4451
ビジネスセミナー	中小企業診断士セミナー(内容未定)	3回	未定	未定	未定	立石図書館研修室	中学生以上のテーマに関心のある方	未定	無料	立石図書館	03-3696-4451
	地元企業応援セミナー 東京銀器について伝統工芸士の方からお話を伺います。	1回	未定	令和6年11月24日(日)	未定	立石図書館研修室	中学生以上のテーマに関心のある方	未定	無料	立石図書館	03-3696-4451

4-8【その他】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
南綾瀬地区センターまつり	小中学校の児童・生徒の楽器演奏、センター活動団体の舞台発表、展示、模擬店	—	10月5日号	令和6年10月12日(土)・13日(日) 日曜は、15時30分まで	9:00 ~ 16:30	南綾瀬地区センター・南綾瀬中央公園	どなたでも	なし	無料	南綾瀬地区センター	03-3604-7132
創業塾	区内での創業希望者を対象とし、経営、財務、人材育成、販路開拓、法務、知的財産の6つの知識を学びます。	全6回	11月5日号	令和6年12月8日、15日、22日、令和7年1月12日、19日、26日(日)	9:30 ~ 12:30	堀切地区センター	創業希望者	20人	無料	産業経済課 経営支援係	3838-5556
創業塾	区内での創業希望者を対象とし、経営、財務、人材育成、販路開拓、法務、知的財産の6つの知識を学びます。	全6回	1月15日号	令和7年2月16日、23日、3月2日、9日、16日、23日(日)	9:30 ~ 12:30	新小岩地区センター	創業希望者	20人	無料	産業経済課 経営支援係	3838-5556
創業交流会	創業塾卒業生同士の交流を図る集いです。	全1回	未定	令和7年2月(予定)	未定	テクノプラザかつしか	創業塾卒業生	未定	無料	産業経済課 経営支援係	3838-5556
ふれあいレクリエーション農園	農家が育てた野菜を収穫できます(区画単位で販売)。年間5品目を予定しています。	—	トマト・ジャガイモ・枝豆 5月15日号 サツマイモ 9月5日号 ネギ 11月5日号	トマト・ジャガイモ・枝豆 6月下旬から8月上旬まで サツマイモ 10月中旬から11月中旬まで ネギ 12月中旬から2月末まで	9:00 ~ 18:00	区内農地	どなたでも	100組程度	2,200円~ 5,000円	産業経済課 経済企画係	03-3838-5554
野菜収穫オリエンテーリング	区内の公園をスタートし、1枚の地図を頼りにチェックポイントとなる畑を探しあて、4~5品目の野菜を収穫します。親子や友人同士で楽しめるイベントです。	1回	10月5日号	令和6年11月24日(日)	10:00 ~ 14:00	水元地区	どなたでも	140組(予定)	1,500円	産業経済課 経済企画係	03-3838-5554
労働関連講習会	最新の労務管理や助成金など会社経営にかかせない内容をテーマにした講習会を開催します。	1回	未定	未定	未定	テクノプラザかつしか	区内事業者	未定	無料	産業経済課 経営支援係	3838-5556
SDGs啓発セミナー	区内事業者に向けて、SDGsを取り入れた経営を啓発するセミナーを開催します。	1回	未定	未定	未定	テクノプラザかつしか	区内事業者	未定	無料	産業経済課 経営支援係	3838-5556
おもちゃ病院	壊れたおもちゃの修理をボランティアのトイドクターが行います。	—	なし	令和6年10月18日~20日、11月17日、12月15日、令和7年1月19日、2月16日、3月23日	10:30 ~ 11:30 ~ 13:00 ~ 14:00	テクノプラザかつしか	どなたでも	なし	無料	商工振興課 工業振興係	3838-5587
かつしかミライテラス	葛飾区が認定している商品の販売や実演・体験イベントを行うイベント。	1回	2月5日号	令和7年2月9日(日)	10:00 ~ 16:00	テクノプラザかつしか	どなたでも	なし	未定	商工振興課 商業振興係	3838-5559
シルバーカレッジ 「未定」	未定	全4回	12月25日号	令和7年2月5日、12日、19日、26日(毎週水曜日)	10:00 ~ 12:00	シニア活動支援センター	区内在住・65歳以上の方	80人	500円	地域包括ケア担当課 シニア活動支援センター	03-5698-6201
水元わくわくまつり	水元学び交流館で活動している団体が、日ごろの活動成果を発表し、地域の皆さんと交流します。	—	10月15日号	令和6年11月9日(土)~10日(日) (予定)	10:00 ~ 16:00	水元学び交流館	どなたでも	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
初心者体験講習会	学び交流館を利用しているストレッチのサークルがサークル活動を体験してもらうための講習会を開きます。	1回	9月25日号	令和6年10月3日(木)	10:00 ~ 12:00	柴又学び交流館	女性	5人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
初心者体験講習会	学び交流館を利用しているサークルがストレッチのサークル活動を体験してもらうための講習会を開きます。	全2回	9月25日号	令和6年10月12日(土)	10:00 ~ 11:00	柴又学び交流館	女性	40人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
初心者体験講習会	学び交流館を利用しているサークルがストレッチのサークル活動を体験してもらうための講習会を開きます。	全2回	9月25日号	令和6年10月19日(土)	10:00 ~ 11:00	柴又学び交流館	女性	40人	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
ロビーコンサート	学び交流館を使用している音楽系サークルによる演奏会で、日ごろの成果を発表します。	未定	未定	未定	未定	未定	未定	未定	未定	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512
柴又どんたく	柴又学び交流館で活動している団体が、日ごろの活動成果を発表し、地域の皆さんと交流します。	1回	未定	令和6年11月10日(日)	10:30 ~ 15:30	柴又学び交流館	どなたでも	なし	無料	生涯学習課 学び支援係	03-5654-8512

4-8【その他】

講座・イベント名	内容	講座回数	広報かつしか掲載予定	開催日	時間	会場	対象	定員	費用 (受講料・教材費等)	お問い合わせ先	
										担当課・係名	連絡先
司法書士が教える相続の知識	相続についての基本のお話です。ご希望の方には個別相談もあります。	全2回	未定	①1月25日(土) ②2月15日(土)	未定	新小岩地区センター	区内在住・在勤・在学の15歳以上の方	未定	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475
知って、得する年金講座	社会保険労務士が、年金についてやさしく解説します。個別年金相談もあります。	1回	未定	2月8日(土)	10:00 ~ 12:30	金町地区センター	区内在住・在勤・在学の15歳以上の方	未定	無料	生涯学習課 区民大学係	03-5654-8475

5【スポーツコース・教室】

コース・教室名	内容	開催時期	対象	対象の区分			会場	定員	参加費	広報かつ しき掲載 予定	お問い合わせ先	
				年齢制限 あり	障害があ る方のみ	親子 のみ					担当課	連絡先
楽しいバドミントン(初級)	バドミントンの基本的な技術を身に付けます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	16人	16,500円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
楽しいバドミントン(初中級)	バドミントンの基本的な技術を身に付けます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	16人	16,500円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
脂肪燃焼エアロビクス(初級) - 月	駆け足や弾む動作が入りしっかり汗がかけるレッスンです。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	40人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
かんたんピラティス	姿勢改善を目的としたピラティスです。体のシルエットが美しくなります。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ハウステンダンス	ハウスというダンスのジャンルで足のステップが主役のダンスです。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
いきいき健康体操はつらつ - 月	少し大きな動きを取り入れた健康体操です。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	50才以上の男女	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	6,600円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ベーシックヨーガ - 月	深い呼吸やポーズで心身をリラックスさせます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	20人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
シェイプ&リラックスヨーガ	ヨガの呼吸法やポーズにより心身の調子を整えます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ZUMBA - 月	ラテン音楽で身体全体で感情を表現する楽しいレッスンです。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の月曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ヨーガ - 火	ヨガの呼吸法やポーズにより心身の調子を整えます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の火曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
脂肪燃焼エアロビクス(初級)	駆け足や弾む動作が入りしっかり汗がかけるレッスンです。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の火曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	40人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
肩こり腰痛改善教室	ストレッチや簡単な筋トレで肩こりや腰痛を予防していきます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の火曜日	50才以上の男女	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	7,920円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
かんたん筋トレ&ストレッチ	ストレッチや簡単な筋トレで肩こりや腰痛を予防していきます。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の火曜日	50才以上の男女	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	8,580円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
姿勢改善ピラティス	体幹を強化するピラティスで姿勢を改善します。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の火曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
かんたんヨーガ	ほぐしの要素が多く、難しいポーズは行わない、初めての方でも参加できるヨーガです。	3期:10月～12月 4期:1月～3月の火曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111

5【スポーツコース・教室】

ストレッチ&やさしいピラティス	筋力や柔軟性を高め、身体の機能を改善します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
アロマヨーガ - 火	アロマの香りのもとで行うヨガの動作により心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
シェイプアップエクササイズ	ダンベル等を使った運動で身体を引き締めます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	20人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
骨盤ヨーガ - 水	ヨガの呼吸法と骨盤の動きを意識しながら姿勢を改善します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
24式太極拳	太極拳を通じて神経伝達・柔軟性向上・心身の健全な育成を図ります。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ZUMBA - 水	ラテン音楽で身体全体で感情を表現する楽しいレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
パワーヨーガ	自重負荷で体幹を鍛え、インナーマッスルを活性化させ、股関節や肩回りの関節の機能を高めていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
マラソン教室	マラソン完走のための正しい知識を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	25人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
フラダンス	ハワイの伝統的なダンスを楽しみながら健康づくりをします。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
モーニングヨーガ	深い呼吸やポーズで心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ベルヴィスピラティス - 木	骨盤・姿勢を矯正し、インナーマッスルも鍛えられるレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
いきいき健康体操はつつ- 木	少し大きな動きを取り入れた健康体操です。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	50才以上の男女	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	8,580円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
HIPHOP	簡単なHIPHOPの振り付けを習得します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
K-POPダンス	K-POPの曲に合わせた振り付けを習得します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	40人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
クラシックバレエ - 木	クラシックバレエの振り付けを習得します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	10人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
やさしいステップ&ストレッチ	ステップ台を使用し、昇降運動を行う有酸素運動プログラムです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	40人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111

5【スポーツコース・教室】

ZUMBA- 金	ラテン音楽で身体全体で感情を表現する楽しいレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
脂肪燃焼エアロビクス(初中級)- 金	駆け足や弾む動作が入りしっかり汗がかけるレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	40人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
いきいき健康体操つたり	体力に自信のない方でも簡単に基礎体力づくりができます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	50才以上の男女	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	8,580円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
骨盤ヨーガ - 金	ヨガの呼吸法と骨盤の動きを意識しながら姿勢を改善します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ベルヴィスピラティス - 土	骨盤・姿勢を矯正し、インナーマッスルも鍛えられるレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
アロマヨーガ - 土	アロマの香りのもとで行うヨガの動作により心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ビューティーフラダンス	フラダンスとフィットネスが融合した新感覚プログラムです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
クラシックバレエ - 土(昼)	クラシックバレエの振り付けを習得します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	10人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
リラクゼーションフローヨーガ	リラックス系のポーズからいろいろなポーズへ流れるような動きで瞑想的に行うヨーガです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
クラシックバレエ - 土(夜)	クラシックバレエの振り付けを習得します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	10人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
Group Centergy - 土	ヨガとピラティスを融合した動作を音楽に合わせて行っていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
マーシャルワークアウト	ボクシングの動きでストレスを解消します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の日曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	40人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ボディケアヨーガ	体幹部の捻りや股関節の伸展を中心に全身の巡りをよくしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の日曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
BODY BALANCE	ヨーガや太極拳やピラティスの要素を取り入れたストレッチ運動で背筋を鍛えるクラスです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の日曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
美姿勢骨盤エクササイズ	骨盤周りの筋肉をほぐし、鍛えることで美しい姿勢を目指します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の日曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	15人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
セルフメンテナンスヨーガ	身体への意識を高めて自律神経のバランスを整えていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の日曜日	高校生相当以上の方	○			奥戸総合スポーツセンター体育館	50人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111

5【スポーツコース・教室】

キッズ運動教室- 月	運動能力向上を目指し、多様な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	3才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ジュニア運動教室- 月	運動能力向上を目指し、複雑な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
キッズダンス	音楽に合わせて簡単な振り付リズムトレーニングをしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	4才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ジュニアダンス	リズムトレーニングをしつつダンスや振り付の基礎を学んでいきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
キッズ運動教室- 水	運動能力向上を目指し、多様な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	3才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ジュニア運動教室- 水	運動能力向上を目指し、複雑な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ベビーヨーガ&ママヨーガ	ママの産後ケアとして、骨盤調整、体力筋力アップを目指します。ヨーガを通してお子様との絆を深めていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	3ヶ月~11ヶ月	○	○	奥戸総合スポーツセンター体育館	10組	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
よちよち親子体操名人	親と子が触れ合いながら体操・リトミック・バランス運動を行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	1才~2才	○	○	奥戸総合スポーツセンター体育館	20組	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
わんぱく親子体操名人	親と子が触れ合いながら体操・リトミック・バランス運動を行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	3才~未就学児	○	○	奥戸総合スポーツセンター体育館	20組	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
キッズHIPHOP	ヒップホップ系ダンスの基礎動作を習得する。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	4才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ジュニアHIPHOP(入門)	ヒップホップ系ダンスを楽しく踊る。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
ジュニアHIPHOP(初中級)	ヒップホップ系ダンスを応用しながら楽しく踊る。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
キッズチア	チアを踊るための基礎となる身体表現やリズム感を育てます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の日曜日	4才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター体育館	03-3691-7111
水中ウォーキング - 月	水の負荷を利用して水中を歩く有酸素運動です。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	25人	8,910円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
大人の水泳教室	初心者から上級者までの4泳法習得レッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	30人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
成人スイミング(初中級) (クロール・平泳ぎ)	クロール25m完泳と平泳ぎの習得を目指します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	8,800円(8回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911

5【スポーツコース・教室】

水中ウォーキング- 金	水の負荷を利用して水中を歩く有酸素運動です。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	25人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
水中エクササイズ	水中での浮力や抵抗を使いながら、音楽に合わせて身体を動かすプログラムです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	20人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
はじめてのバタフライ	バタフライの基本的な技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
フラダンス(中級)	ハワイの伝統的なダンスを楽しみながら健康づくりをします。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
フラダンス(初級)	ハワイの伝統的なダンスを楽しみながら健康づくりをします。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
やさしいピラティス - 水	ストレッチとともにインナーマッスルを鍛えるエクササイズです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	17人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
ヨーガ - 水	深い呼吸やポーズで心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
はじめてのK-POPダンス	K-POPの曲に合わせた振り付けを習得します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	10人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
はじめての大人トランポリン	跳びはねることで平衡感覚・バランス感覚などを楽しく身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	16人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
大人のトランポリン-A	跳びはねることで平衡感覚・バランス感覚などを楽しく身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	10人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
大人のトランポリン-B	跳びはねることで平衡感覚・バランス感覚などを楽しく身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	10人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
やさしいピラティス - 木	ストレッチとともにインナーマッスルを鍛えるエクササイズです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	17人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
ヨーガ - 金	深い呼吸やポーズで心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
リラックスヨーガ	ストレッチ要素を多く取り入れ、心身の調子を整えていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	14,300円(13回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 幼児スイミング - 月	水慣れからクロールの基本的な動作を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	4才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	24人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 小学生スイミング - 月	4泳法の習得を目指し、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	50人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911

5【スポーツコース・教室】

温水 幼児スイミング - 火	水慣れからクロールの基本的な動作を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	4才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	24人	12,100円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 小学生スイミング A - 土	4泳法の習得を目指し、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	50人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 小学生スイミング B - 土	4泳法の習得を目指し、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	50人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 キッズトランポリン - 月	平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	4才~小学2年生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	16人	13,860円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 ジュニアトランポリン - 月	平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	16人	13,860円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 ジュニアK-POPダンス	K-POPの音楽に合わせた振付の基礎・応用を学んでいます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 キッズトランポリン - 水	平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	4才~小学2年生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	16人	15,400円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 ジュニアトランポリン - 水	平衡感覚・筋感覚・空中認知感覚などを総合的に身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	16人	12,320円(8回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 幼児バルシューレ	ボール遊びを通じて運動能力を広く身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	4才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	20人	6,600円(6回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 小学生バルシューレ	ボール遊びを通じて運動能力を広く身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	20人	6,600円(6回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 初めてのジュニアHIPHOP基礎	流行りの振り付けでカッコ良く踊りバランス感覚やリズム感を養う。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	15人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 ジュニアHIPHOP初中級	流行りの振り付けでカッコ良く踊りバランス感覚やリズム感を養う。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	小学生	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	15人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 にこにご親子体操	体操やバランスなどの運動を行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	3才~未就学児	○	○	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	8組	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 フィット&ダンス A	ダンスなど様々なエクササイズを行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	3才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	10人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
温水 フィット&ダンス B	ダンスなど様々なエクササイズを行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	3才~未就学児	○		奥戸総合スポーツセンター温水プール館	10人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	奥戸総合スポーツセンター温水プール館	03-3695-9911
成人水泳(初級) - 月	クロールを中心に平泳ぎ・背泳ぎの基本的な技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	12人	7,700円(7回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182

5【スポーツコース・教室】

成人水泳(中級) - 月	クロールを中心に平泳ぎ・背泳ぎの応用的な技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	12人	7,700円(7回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
アクアピクス&アクアエクササイズ	水の負荷を利用しながら身体を引き締める水中運動です。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	20人	11,880円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
成人水泳(中級) - 水	クロールを中心に平泳ぎ・背泳ぎの応用的な技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	12人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水中ウォーキング	水の負荷を利用して水中を歩く有酸素運動です。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	20人	9,900円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
成人水泳(初級) - 木	クロールを中心に平泳ぎ・背泳ぎの基本的な技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の木曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	12人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
シニア健康体操	基礎体力づくり、転倒防止などの効果があります。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	中高年男女	○		水元総合スポーツセンター体育館	60人	5,940円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
やさしいフラダンス	ハワイの伝統的なダンスをやさしい振付で楽しみながら健康づくりをします。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	9,900円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
姿勢改善ピラティス	体幹を強化するピラティスで姿勢を改善します。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	9,900円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
Group Fight	様々な格闘技の動作を取り入れた動きを音楽に乗せて行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	9,900円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
リラックスヨーガ	ヨガの呼吸法やポーズにより心身の調子を整えます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
ZUMBA - 火	ラテン音楽で身体全体で感情を表現する楽しいレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
やさしいヨーガ - 火	初心者向けのやさしいポーズで心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
ジャズダンス	身体の軸を意識して優雅に華麗に踊るダンスクラスです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
Group Centergy	ヨガとピラティスを融合した動作を音楽に合わせて行いきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
クラシックバレエ	初めての方から参加できるバーレッスンをメインにした学んでいきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	10人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
やさしいヨーガ - 水	初心者向けのやさしいポーズで心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182

5【スポーツコース・教室】

太極拳	太極拳を通じて神経伝達・柔軟性向上・心身の健全な育成を図ります。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
やさしいエアロ&アロマストレッチ	初歩的なエアロビクスとアロマの中で行うストレッチで健康づくりをします。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
エンジョイ脂肪燃焼STEP	ステップ台を使用して有酸素運動と柔軟運動を行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
らくらくストレッチ	ヨガの要素を取り入れながら楽しく身体をほぐして整えていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	中高年男女	○		水元総合スポーツセンター体育館	60人	7,920円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
いきいき健康体操	体力に自信のない方でも簡単に基礎体力づくりができます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	中高年男女	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	7,920円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
ZUMBA - 木	ラテン音楽で身体全体で感情を表現する楽しいレッスンです。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
セルフメンテナンソヨーガ	身体への意識を高めて自律神経のバランスを整えていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
フラダンス	ハワイの伝統的なダンスを楽しみながら健康づくりをします。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
アロマヨーガ	アロマの中で行うヨーガで心身をリラックスさせます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の金曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	13,200円(12回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
HIPHOP初級	リズムどりやストレッチからはじまり、動きやステップ等を繰り返しながら踊りを覚えていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	高校生相当以上の方	○		水元総合スポーツセンター体育館	35人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 キッズスイミング - 木	水慣れからクロールの基本的な動作を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	3才~未就学児	○		水元総合スポーツセンター体育館	20人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 キッズ・ジュニアスイミング - 木	4泳法の習得と、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	年長~小学2年生	○		水元総合スポーツセンター体育館	25人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 ジュニアスイミング - 木	4泳法の習得を目指し、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	小学生	○		水元総合スポーツセンター体育館	25人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 キッズスイミング - 土	水慣れからクロールの基本的な動作を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	3才~未就学児	○		水元総合スポーツセンター体育館	20人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 キッズ・ジュニアスイミング - 土	4泳法の習得と、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	年長~小学2年生	○		水元総合スポーツセンター体育館	25人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 ジュニアスイミング - 土	4泳法の習得を目指し、さらに高度な水泳の技術を身に付けます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	小学生	○		水元総合スポーツセンター体育館	25人	10,890円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182

5【スポーツコース・教室】

水元 キッズダンスHIPH OP	音楽に合わせて簡単な振付リズムトレーニングをしています。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	4才~未就学児	○			水元総合スポーツセンター体育館	20人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 ジュニアダンスHIP HOP	リズムトレーニングをしつつダンスや振付の基礎を学んでいきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の月曜日	小学生	○			水元総合スポーツセンター体育館	20人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 テーマパークダンス	テーマパークの曲に合わせて、バレエやジャズダンスを楽しく踊ります。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の火曜日	小学生	○			水元総合スポーツセンター体育館	20人	12,100円(11回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 キッズ運動名人	運動能力向上を目指し、多様な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	3才6ヶ月~未就学児	○			水元総合スポーツセンター体育館	15人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 ジュニア運動名人 - 水	運動能力向上を目指し、複雑な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の水曜日	小学生	○			水元総合スポーツセンター体育館	15人	9,900円(9回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 わんぱく家族体操名人	親と子が触れ合いながら体操・リトミック・バランス運動を行います。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	3才~6才	○	○		水元総合スポーツセンター体育館	15組	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 フィットリトミック元気ファミリー	親と子が触れ合いながら表現力や反応力・バランス運動を楽しみます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	1才~3才6ヶ月	○	○		水元総合スポーツセンター体育館	15組	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182
水元 ジュニア運動名人 - 土	運動能力向上を目指し、複雑な運動にチャレンジしていきます。	3期:10月~12月 4期:1月~3月の土曜日	小学生	○			水元総合スポーツセンター体育館	15人	11,000円(10回分)	3期:8月15日号/4期:11月15日号	水元総合スポーツセンター体育館	03-3609-8182