
春の子どもひろば < 青少年 > < 1 >
～母の日のプレゼントを作ろう～

【栄公民館】

【事業概要】

母の日に向けて、感謝の気持ちを込めてプレゼントを作る目的で開催した。
プレゼントは、カーネーションの生花に目と鼻を付けて犬の顔を完成させる。
さらに、自分で書いたカードを添えてお母さんに気持ちを込めて贈る。

日時	令和4年5月7日（土）午後1時～3時（2時間）
対象／定員	市内在住の小学生／15人
参加者数	11人
参加費	材料費1,000円
講師	華道池坊講師 沖津 淑子



春の子どもひろば < 青少年 > < 2 >
～父の日のプレゼントを作ろう～

【栄公民館】

【事業概要】

父の日に向けて、感謝の気持ちを込めてプレゼントを作る目的で開催した。
プレゼントは、ひまわりの生花を自分でアレンジして完成させる。
さらに、自分で書いたカードを添えてお父さんに気持ちを込めて贈る。

日時	令和4年6月18日（土）午前10時30分～正午 （1時間30分）
対象／定員	市内在住の小学生／15人
参加者数	17人
参加費	材料費1,000円
講師	華道池坊講師 沖津 淑子



冬休み子どもひろば < 青少年 > < 4 >
～小・中学生書きぞめ講座～

【栄公民館】

【事業概要】

冬休みで書き初めの宿題に取り掛かる際に、上達の手伝いをするためにこの講座を企画した。2時間の練習だったが、字の形や全体のバランスが取れるようになっていた。清書の1枚は公民館のロビーに展示している。

期間	令和4年12月23日（金）・24日（土）（計2回） （計4時間）
対象／定員	市内在住の小・中学生／①小学3～5年生、20人 ②小学6年生～中学2年生、20人
参加者数	①15人、②19人、延べ参加者数34人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	12月23日（金） 午後1時30分～ 3時30分	各学年の課題となっている文字を美しく、堂々と書けるように個別に指導を受ける。	日本書学芸術院 岩本 景芳 外3人
2	12月24日（土） 午後1時30分～ 3時30分		



親子芋掘り体験 <青少年><5>

【栄公民館】

【事業概要】

農家の畑で芋掘り体験を通して、収穫の喜びや農業への理解を深める。
家族そろって同じものに目を向けることが少なくなっている昨今、掘った芋をみんなで食べることは、食の教育にとっても良いことだと考える。

日時	令和4年10月1日(土) 午後1時30分～2時30分 (1時間)
対象/定員	市内在住又は在勤の家族/15組45人
参加者数	17組、参加者数50人
参加費	1組900円(5株)
講師	農業 石下 和正

羽田ヴィッキーズの選手による バスケットボールクリニック <青少年><6>

【栄公民館】

【事業概要】

プロのバスケットボールチームの選手から基本を学ぶ。小学生は、ゲーム形式で楽しめるバスケットを教えてくれ、どの子も必死で頑張っていた。ボールを上方に投げて拍手をしてからキャッチする。自然とボールを取る動作ができていた。後半の中学生は、全員が経験者だったので、ドリブル突破の仕方やピボットしてからのシュート、敵をずらしてからシュートというように、それぞれに合った練習をしてくれた。

日時	令和5年3月4日(土) ①小学生 午後1時30分～2時30分 (計2時間) ②中学生 午後2時45分～3時45分
対象/定員	市内在住の小・中学生/①小学生40人、②中学生30人
参加者数	①24人、②19人
講師	東京羽田ヴィッキーズクリニックチーム 3人

小学生ダンス講座Ⅰ <青少年><7>
～ヒップホップダンスを学ぼう～

【栄公民館】

【事業概要】

青少年のヒップホップダンスの習得を目的に開催した。低学年が多かったが、理解力があり1回目から良く踊っていた。高学年は、低学年にも気を配りお互いに協力しながら発表会までよく練習していた。

期間	令和4年9月24日～12月10日の土曜日（計8回） 午前9時～10時30分（計12時間）
対象／定員	市内在住の小学生／15人
参加者数	20人、延べ参加者数150人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	9月24日（土）	<ul style="list-style-type: none"> ・児童を対象にヒップホップの踊り方を習得する。 ・踊る楽しさを体験する。 ・練習の成果を発表会で披露する。 	ダンスインストラクター 石川 周人
2	10月 8日（土）		
3	10月22日（土）		
4	11月 5日（土）		
5	11月19日（土）		
6	11月26日（土）		
7	12月 3日（土）		
8	12月10日（土）		



小学生ダンス講座Ⅱ <青少年><8>
～ J ポップダンスを学ぼう～

【栄公民館】

【事業概要】

小学生が J ポップダンスの基本を学び、踊る楽しさを体験することを目的に開催した。子どもたちだけで一つの曲を 6 回で踊りあげる。今年度は、半数が 3 年生だったがよく振り付けを覚えていた。

発表会は、衣装や髪型を工夫して自信を持って踊っていた。

期間	令和 4 年 1 0 月 2 2 日～1 2 月 1 0 日の土曜日（計 7 回） 午後 1 時 3 0 分～3 時（計 1 0 時間 3 0 分）
対象／定員	市内在住の小学生／1 5 人
参加者数	1 9 人、延べ参加者数 1 2 8 人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	1 0 月 2 2 日（土）	<ul style="list-style-type: none"> ・児童を対象に J ポップの曲に乗り、ダンスを習得する。 ・踊る楽しさを体験する。 ・練習の成果を発表会で披露する。 	ダンスインストラクター 佐藤 由利香
2	1 1 月 5 日（土）		
3	1 1 月 1 2 日（土）		
4	1 1 月 1 9 日（土）		
5	1 1 月 2 6 日（土）		
6	1 2 月 3 日（土）		
7	1 2 月 1 0 日（土）		



男塾～男の手料理～

<成人><9>

【栄公民館】

【事業概要】

男性の出番が少ない中、料理に挑戦して家族に喜んでもらうことを目的として開催した。日頃、あまり料理をしない方が多かったが手軽に作れる料理を楽しんだ。

【メニュー】

パラパラチャーハン、サラダチキン、残り野菜で八宝菜、サラダチキンで肉まん、バナナと黄粉のムース

日時	令和5年2月25日（土）午前10時～午後1時 （3時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の男性／12人
参加者数	12人
参加費	材料費800円
講師	料理実践主夫 広瀬 繁

フラワーアレンジメント ～ハロウィンに向けて～

<成人><10>

【栄公民館】

【事業概要】

ハロウィンに向けて、部屋の中を可愛らしく装飾することを目的として開催した。

ハロウィンということで、オレンジ色のガーベラやケイトウの花が入って、可愛いアレンジとなった。



日時	令和4年10月13日（木）午前10時30分～正午 （1時間30分）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／15人
参加者数	19人
参加費	材料費1,500円
保育人数	2人
講師	池坊華道会教授 二宮 圭子

英会話講座～ヨガ・クッキングに挑戦～ <成人><11>

 【栄公民館】

【事業概要】

英会話をしながらヨガやクッキングに挑戦し、英会話の理解度を高めるとい
 う目的で開催した。

ヨガは、曲げる・伸ばす・止める等の動作、体の部位が英語なので理解力も
 高まった。クッキングは、1日目はパンケーキを作るのだが、粉の量や使う調
 味料などよく使う英語だったので、考えながらパンケーキを作っていた。2日
 目は、ピザを作ることは簡単だったが、量を計る単位が難しかったようである。

期間	令和4年7月16日・30日、8月6日の土曜日（計3回） （計8時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／①12人、②12人、③12人
参加者数	①13人、②8人、③8人、延べ参加者数29人
参加費	材料費②、③各1,000円
保育人数	4人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	7月16日（土） 午前10時～正午	英語を話しながらヨガのポーズを して、身体をリラックスする。	新座市中学校英語 指導助手（新座市 立新座中学校） シェリー チェン
2	7月30日（土）午前 10時～午後1時	英語を話しながらパンケーキ を焼く。	
3	8月 6日（土）午前 10時～午後1時	英語を話しながらピザを作る。	

ペン字講座

<成人><1 2>

～楽しく書こう暮らしの中の書～

【栄公民館】

【事業概要】

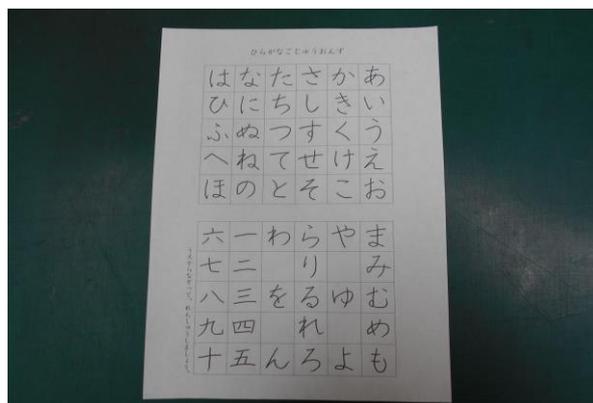
普段から使用する文章や正しい字の書き方、意味等を学ぶ目的で開催した。

ペン字講座は、過去にも行っている講座であるが、今回は3回の連続講座により深く文字について学習する機会を提供した。中でも一番書く機会の多い自分の住所、氏名の正しい書き方の見本を講師に用意してもらい、うまく書くコツを学ぶことができた。

期間	令和4年11月18日・25日、12月2日の金曜日（計3回） （計4時間30分）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／15人
参加者数	14人、延べ参加人数38人
講師	公益財団法人日本習字学会教授 田尻 蓉子

【各回の事業内容】

回	日時	内容
1	11月18日（金） 午前10時～ 11時30分	・上書き（のし袋、のし紙）・一筆箋・ハガキ・宛先 ・文章の位置・ひらがな五十音 ・文章を書く（漢字とのバランス、中心の取り方）
2	11月25日（金） 午前10時～ 11時30分	・文章を書く、楷書、行書 ・自分の住所、氏名を書く
3	12月 2日（金） 午前10時～ 11時30分	・新しい年賀状



子育て応援講座～手袋を編もう～

<成人><13>

【栄公民館】

【事業概要】

子育て中の保護者を対象に、毛糸を使って手袋を作って楽しむ目的に開催した。

講座が始まると、初めて編み物をした方が4人いたので、先生も悪戦苦闘で進めていた。手袋は初心者には難しかったようだが、完成時の達成感を味わうことができた。

期間	令和4年10月5日・12日・19日の水曜日（計3回） （計6時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方で、子育て中の保護者／12人
参加者数	9人、延べ参加者数26人
保育人数	6人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	10月 5日（水） 午前10時～正午	子育て中の保護者を応援し、これからの季節冷たくなる手を保護するために、手編みの手袋を作る。	編み物講師 高根沢 勝子 岸 洋子
2	10月12日（水） 午前10時～正午		
3	10月19日（水） 午前10時～正午		



栄お料理サロン（春） <成人><14>
～体が元気になる料理①～

【栄公民館】

【事業概要】

春の季節に合わせた材料で、体が元気になる料理を作るのを目的に開催した。
セロリ、玉ねぎ、キヌア、生姜、納豆を炒め、味噌・醤油・砂糖を混ぜたものをからめ、玄米ご飯の上に乗せるといった料理だった。
全てが薄味で素材の味をいかしたお料理で、体が元気になりそうな料理であった。

日時	令和4年5月12日（木）午前10時～午後1時（3時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／12人
参加者数	10人
参加費	材料費1,500円
保育人数	1人
講師	オーガニックソムリエ 今村 志乃

栄お料理サロン（秋） <成人><15>
～体が元気になる料理②～

【栄公民館】

【事業概要】

秋の季節に合わせた材料で、体が元気になる料理を作るのを目的に開催した。
今回は少し早いおせち料理である。雑煮の餅がオートミールに上新粉を入れて混ぜたもので、餅米とは違う食感だった。

【メニュー】

黒豆の柚の香、伊達巻、煮物、さつま芋のきんとん風、雑煮、牛肉入りきんぴらの6品

日時	令和4年11月15日（火）午前10時～午後1時（3時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／12人
参加者数	12人
参加費	材料費2,000円
講師	オーガニックソムリエ 今村 志乃

栄お料理サロン（冬） <成人><16>
～クリスマスの料理～

【栄公民館】

【事業概要】

冬の季節に応じた料理ということで、今回はクリスマスのパーティ料理を作ることを目的で実施した。

それぞれ色取りがきれいでよい仕上がりとなった。

【メニュー】ミルフィーユ風押し寿司、セルクル仕立てのオードブル、タンドリーチキン、カボチャのカップチーズケーキ

日時	令和4年12月14日（水）午前10時～午後1時30分 （3時間30分）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／12人
参加者数	12人
参加費	材料費1,000円
保育人数	1人
講師	料理研究家 須永 正子

暮らしを彩る講座～多肉植物の箱庭作り～ <成人><17>

【栄公民館】

【事業概要】

暮らしに彩りを与えてくれる多肉植物の寄せ植え作りをする目的で実施している。この講座は、毎年行っているもので今回は箱庭を作った。

箱庭作りは家の位置、遠近感を出す、街灯を点けるのがポイントであるが、それ以外は自由に植えて缶の中に自分流の箱庭を作る。入口からのぞくと家の中まで見えるような庭が完成された。

日時	令和5年1月27日（金）午前10時～正午（2時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／15人
参加者数	15人
参加費	材料費2,500円
講師	日本多肉クラフト協会講師 中村 アリサ

フレッシュボディ講座 <成人><18>
～フラダンスを体験する～

【栄公民館】

【事業概要】

音楽に合わせて簡単な体操など、運動することの良さ、楽しさを体感する目的で例年開催している。

今年度は、フラダンスの基本、動きなどを習得し、1曲踊れるようになるのを目標として練習に取り組んだ。

講座の初めは毎回講師の歌に合わせて準備運動から入り、身体がほぐれてきたところで練習が始まる。1コマ2時間は長いので休憩を挟みながらゆったりとフラダンスを楽しんでいた。

期間	令和5年1月12日・19日・26日の木曜日（計3回） （計6時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／18人
参加者数	10人、延べ参加者数28人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	1月12日（木） 午後1時～3時	フラダンスを体験して、身体をリフレッシュする。	フラダンスインストラクター 三谷 久実
2	1月19日（木） 午後1時～3時		
3	1月26日（木） 午後1時～3時		



歴史講座

<成人><19>

～江戸時代の武家と幕府行政～

【栄公民館】

【事業概要】

歴史や文化を学び、理解を深める目的で実施した。

今回は、江戸幕府の官僚システムや武家の生活など、講師の著書「寛政改革と代官行政」の一部を用いて紐解いていった。

期間	令和5年1月17日・24日（火）（計2回）（計4時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／20人
参加者数	20人、延べ参加者人数32人

【各回の事業内容】

回	日時	内容	講師
1	1月17日（火） 午前10時～正午	江戸時代の武家（大名、旗本、御家人、陪臣など）、その身分、役職、禄高、生活について	埼玉県県民活動センター市民講師 柏村 哲博
2	1月24日（火） 午前10時～正午	江戸幕府の財政と直轄領支配について	



人権研修会 <一般><20>

【栄公民館】

【事業概要】

公民館の利用団体を対象に人権研修を行うものである。

毎年1回実施している人権啓発の研修であり、利用者の中に定着している。

今年度も新型コロナウイルス感染症の感染対策を考慮し、DVDの視聴は行わず、人権を扱った冊子「人権ア・ラ・カルト」の配布のみとした。各自宅での自己研修により、様々な人権問題の解決、人権について考えていただいた。

日時	令和5年1月7日（土）配布 （各自、自宅で熟読による自己研修）
対象／定員	公民館利用者懇談会参加者／44人
参加者数	27人（後日配布17人）

パソコン・サロン <一般><21>

【栄公民館】

【事業概要】

日常的に、いつでも自由にレベルの違いに合わせてパソコンを学べる場を提供する。

この事業は、中央公民館と栄公民館で実施しており、パソコン指導者のボランティアサークルと連携して開設している。

毎年行っている事業であり、数多くのパソコン初心者の手助けとなっている。

期間	令和4年4月21日～令和5年3月16日の毎月第3木曜日 午後1時30分～4時（計12回）（計30時間）
対象／定員	市内在住又は在勤の方／12人
参加者数	延べ参加者数25人
講師	ボランティアサークル「パソボラいるか」



若草学級Ⅰ

<高齢者><22>

～アロマで自分を癒しましょう～

【栄公民館】

【事業概要】

様々なことを体験し高齢期を楽しく過ごすための学習をする目的で実施した。
アロマセラピーや精油について学び、実際に多数の精油の香りを嗅ぎイメージを広げてみた。今回はレモンとローズマリーの精油でアロマスプレーを作製した。

日時	令和4年10月6日(木)午後2時～4時(2時間)
対象/定員	市内在住又は在勤の60歳以上の方
参加者数	8人
参加費	材料費1,000円
講師	アロマセラピスト 田代 智江

若草学級Ⅱ

<高齢者><23>

～くらしのなかの血流改善～

【栄公民館】

【事業概要】

様々なことを体験し高齢期を健康に過ごすための学習をする目的で実施した。
今回は、若草学級の2回目で血流をよくするための生活習慣や入浴と健康について学んだ。主に入浴する時の適温や蒸しタオルのリラックス法など、手軽に活用できる方法を丁寧に説明してくれた。

日時	令和5年2月14日(火)午後1時30分～3時 (1時間30分)
対象/定員	市内在住又は在勤の60歳以上の方
参加者数	17人
講師	花王グループカスタマーマーケティング株式会社 成田 昌子、庄司 紀美賀