

南房総のかぜ

南房総市公民館だより
No.167
令和7年10月9日
丸山公民館発行
Tel 46-4031

10月（神無月）

公民館講座のお申し込みについて

記録的な暑さが続いた長い夏が、ようやく終わりを迎えようとしています。待ちに待った秋は驚くほど短く、すぐに過ぎ去ってしまいます。芸術の秋、読書の秋、スポーツの秋。何かを始めたら、今がちょうどいい頃です。

公民館は、住民の自由なたまり場・集団活動の拠点・文化創造の広場です。「こんなことできないかな？」や「あったらいいな」など、みなさまの声をお気軽にお聞かせください。

- 1 お申込みは電話（46-4031）または窓口にて受け付けます。
- 2 1講座につき2名までの申込みとなります。（本人と、もう一人まで）
- 3 市外者のお申込みは10月27日（月）9：00からになります。
- 4 平日の日中時間のみ申込受付します。夜間、土日祝日は受け付けられません。

受付期間	注意事項
10月20日（月） 9：00～ 10月24日（金） 12：00	10月24日（金）12：00まで受付し、定員を上回った場合は14：00から丸山公民館で抽選（公開）を行います。講座が受講可能な方には10月27日（月）に丸山公民館から電話連絡します。 なお、公民館から再三連絡の上、連絡がつかない場合は次の方へ連絡させていただきます。 日中の時間帯に連絡がつく電話番号をお伝えください。

①南房総最古の農村 仮家塚遺跡をめぐる【三芳地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 11月7日（金曜日）9：00～12：00（小雨決行） 場所 旧三芳幼稚園跡地（南房総市谷向43番地1）
内容	旧三芳村府中、平久里川左岸微高地に広がる仮家塚（かりやづか）遺跡について座学と現地探訪を行います。発掘調査により約2,200年前の弥生時代中期からコメ作りが行われていたことも分かりました。 ※歩行距離約5km 講師 南房総市生涯学習課 主任学芸員
定員	40名
参加費 持ち物	無料 動きやすい服装、飲み物、筆記用具



申込みは10月20日午前9時から電話46-4031で受付します。

②初心者大歓迎！かんたんスマートフォン講座 ～白浜編～【全2回】

日時・場所	日時 11月10日（月）13:30～16:20、17日（月）13:30～15:45 場所 白浜コミュニティセンター（南房総市白浜町白浜14955番地）
内容	インターネットや地図アプリの使い方など、スマートフォンの基本操作を学ぶことができる全2回講座です。今後12月に千倉地区、1月に丸山地区、2月に和田地区で同内容の講座を予定しており毎月募集を行います。 講師 ドコモショップ館山店
定員	12名
参加費 持ち物	無料 筆記用具、スマートフォン



③腰痛、膝痛、肩痛予防のためのストレッチ【全2回】【富浦地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 11月11日（火）、18日（火）10：00～11：30 場所 とみうら元気倶楽部（南房総市富浦町原岡88番地2）
内容	超高齢化社会への突入を身をもって痛感する現在、自分の足で若々しく歩ける健康な体づくりが求められています。この講座では歩くのに妨げとなる腰痛、膝痛、肩痛を予防するストレッチ、リズム体操の基本を学びます。 講師 池田邦子氏
定員	15名
参加費 持ち物	無料 ヨガマット（バスタオル）、飲み物、上靴、タオル



令和7年度 文化協会主催「文化祭」は下記のとおり実施します。詳細は文化協会各支部へお問い合わせください。令和7年9月30日現在の情報ですので、変更の可能性があります。
南房総市：11月15日、16日 富浦三芳支部 11月30日
富山支部：11月23日 白浜支部 11月8日、9日
千倉支部：11月1日、2日 丸山和田支部 10月18日、19日



お問い合わせ 〒299-2512 南房総市岩糸2489番地 南房総市丸山公民館 Tel 46-4031

申込みは10月20日午前9時から電話46-4031で受付します。

④航空科学博物館・三里塚御料牧場記念館見学【富山地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 11月14日(金曜日) 8:30~17:00(小雨決行) 場所 富山岩井コミュニティセンター(南房総市久枝327番地)	
内容	航空科学博物館の展示見学や体験後、成田空港が建設される前の三里塚公園を訪問します。【行程】富山岩井コミュニティセンター＝〈市バス〉＝航空科学博物館(昼食購入可)＝三里塚記念公園・三里塚御料牧場記念館＝富山岩井コミュニティセンター 講師 富山地区生涯学習推進員	
定員	30名	参加費 1,300円(入館料含む) 持ち物 動きやすい服装、飲み物

⑤夜明けはこの手で手力雄(たちからお)【千倉地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 11月19日(水曜日) 9:00~15:00(小雨中止) 場所 真野寺駐車場(南房総市久保587番地)	
内容	天の岩戸を自らこじ開けた神様の手力雄(たちからお)神社とその周辺を散策します。【行程】真野寺～手力雄神社～六地藏道標～石仏群(昼食)～バア神様～真野寺 ※歩行距離約5km 講師 千倉地区生涯学習推進員	
定員	20名	参加費 無料 持ち物 動きやすい服装、飲み物、昼食持参、手袋

⑥プラオシダリ#12 童謡、切られの与三、そして酒蔵

日時・場所	日時 11月20日(木曜日) 9:00~16:00(小雨決行) 場所 南房総市役所(南房総市富浦町青木28番地)	
内容	房州の街歩きと地元の歴史に詳しい忍足利彦氏がマニアックな物件を案内するシリーズ「プラオシダリ」。「#12」は童謡の證誠寺、切られ与三郎の墓、酒蔵見学というてんこ盛り。マニアックな駅弁も食べます。【行程】南房総市役所＝〈市バス〉＝證誠寺～光明寺＝潮浜公園(駅弁)＝小泉酒造「ソムリエの館」＝南房総市役所 講師 忍足利彦氏	
定員	20名	参加費 1,600円(昼食代含む) 持ち物 動きやすい服装、飲み物

⑦秋の星空観察 ～秋の星座とエチオピア王家の物語～【まちの先生企画講座】

日時・場所	日時 11月25日(火曜日) 18:30~20:10※曇天は翌日延期 場所 丸山公民館(南房総市岩糸2489番地)	
内容	ペガサスの四辺形を手がかりにして、ペガサス座、アンドロメダ座、ペルセウス座、カシオペア座、くじら座などの秋の星座を探します。各星座や星についての解説とともにギリシャ神話にあるエチオピア王家の物語を紹介します。また天体望遠鏡を使って、土星、星団も観察します。講師 岩波正弥氏	
定員	30名	参加費 無料 持ち物 懐中電灯、防寒具(夜間の気温に応じた服)

⑧学びなおし! 大人の地理授業第2弾 ～「地図と測量の科学館」で地図を学ぶ～

日時・場所	日時 11月28日(金曜日) 7:30~16:30(小雨決行) 場所 旧三芳幼稚園跡地(南房総市谷向43番地1)	
内容	大人の地理授業第2弾および大人の社会科見学第4弾です。今回は地図の作成やその利用について詳しく学べる国土地理院の施設見学です。つくば市は研究学園都市なので研究施設がたくさんあります。参加希望者はバスの移動時間が長いことを、ご承知おきください。【行程】旧三芳幼稚園跡地＝〈市バス〉＝国土地理院＝イーアスつくば(昼食購入可)＝地質標本館＝旧三芳幼稚園跡地 講師 小林一雄氏	
定員	30名	参加費 1,300円 持ち物 動きやすい服装、飲み物

⑨みんなの健康づくりを応援! ～65歳からの体力測定～

日時・場所	日時 11月30日(日曜日) 9:30~12:00 場所 嶺南和田体育館(南房総市和田町海発1602番地)	
内容	65歳以上を対象とした体力測定を行います。転倒防止や健康づくりに向けて、まずは自分の体力を知ることから始めましょう。専門の講習を受けた南房総市スポーツ推進委員と行いますので、安心してご参加ください。主催 南房総市スポーツ推進委員連絡協議会	
定員	30名	参加費 無料 持ち物 動きやすい服装、上履き、飲み物

お問い合わせ 〒299-2512 南房総市岩糸2489番地 南房総市丸山公民館 TEL46-4031