



ウェルコミ

イベントカレンダー

2月



1日(日)

14:00~16:00

エンジン03in市原 若者向け特別講座

フェイクニュースを作ってみよう

～騙されないための知識とスキル～

各分野の第一線で活躍する有識者たちが市原に集結し、講座などを開催する学びのイベント「エンジン03 in 市原」
その中で若者向けに特別に開催される講座です

▼講座内容

- ①三浦瑠麗さん(国際政治学者・株式会社山猫総合研究所代表)による講演
- ②フェイクニュース作成ワークショップ
- ③講評&感想シェア

対象：中学生、高校生、大学生世代
募集人数：30人(抽選)

▼参加者募集中！申込みはこちら→



主催：市原市、市原市教育委員会、
公益財団法人市原市文化振興財団



5日,19日

(木)

10:00~12:00

歌声ひろば



季節の唱歌や懐かしい昭和の名曲を皆さんと一緒に歌いましょう！

ピアニストによる生伴奏が好評です。

声を出すのが苦手でも大丈夫！

音大卒講師によるワンポイントアドバイスや講師演奏もあります。

楽に声を出して楽しく歌い、いつまでも元気で若々しく過ごしましょう♪

お気軽にご参加ください(^^)

※ 申し込みは要予約です

主催：Oto-nari

問い合わせ：otonari09@gmail.com



4日(水)

13:00~15:00

11日,18日,
25日(水)

10:00~12:00

じきょうじゅつ

自彊術(健康体操)

年末年始でちょっと食べ過ぎ

なんて思っている方々!! ちょっと体を動かしてみませんか?

どなたでも簡単に出来る体操です。

体操の出来る服装でお気軽に参加をお待ちしております。ヨガマット・飲み物を持参くださいませね～

※申込不要 / 体験は無料です

主催：さらしな会

問い合わせ：090-1508-9768 (有馬)

6日,20日,

27日(金)

10:00~12:00

中国健康体操

(練功十八法)の練習

「練功十八法」は中国で作られた気功体操です。中国で長年の臨床経験や養生法、武術、マッサージの方法を加えて作られました。音楽の号令に合わせ、多くは2回ずつ繰り返し動きますので初心者でもなじみやすいです。軽い運動のできる服装でお出ください。

※ 参加費：900円/一回 申込不要
初心者大歓迎！体験は無料です。

主催：市原練功十八法の会

問い合わせ：090-4375-5005 (横川)

yokokawa@plum.plala.or.jp

6日,20日

(金)

10:00~12:00

ヨガ

母YOGA

時には自分のために、心と身体もケアしませんか？たくさん呼吸を吸い込んでゆっくり体を動かしましょう。

ヨガでは、心と体はつながっているとされています。体を動かしてほぐしていけば、心も同時に柔らかくなっていきます。

▶ 参加費無料

▶ お子さん連れ大歓迎！

問い合わせ：080-4437-9852 (岩瀬)





12日(木)

14:00~15:00

市原くるるの会

地域の皆さんが会話を楽しみながら、健康生活に役立つお話やご質問にお答えする交流サロンです。
感染症予防対策をとった上で開催しています

〈内容〉①フレイル予防ミニ講座
②意見交換・おしゃべりタイム
③フレイル予防体操など

※ 参加費無料 / 当日参加可

主催：市原くるるの会

問い合わせ：0436-20-1090 (ウエルコミ)



12日,26日

(木)

9:30~12:30

伝わる！地域活動

チラシ作成講座

チラシの作り方をゼロから学べる初心者向けの講座を開催します。ご自身のPCを使って、その場でチラシ作りに挑戦！
地域活動をより活性化させるために必要なことが学べる、実践型の講座です！

定員・対象：先着15名

(本講座は市民活動団体の体表者や中心的存在として活動している方を対象に開催します)

持ち物：ノートパソコン

参加条件：「キャンバ」の無料アカウントの事前取得



▶参加申し込みはこちらから→

主催：市原市 地域連携推進室(イチ押し事務局)

問い合わせ：0436-23-9851

(受付時間：平日8時30分~17時15分)

28日(土)

13:00~17:30

蟲神器公認大会 もちもち杯

100円ショップで販売されているカードゲーム
蟲神器の公認大会となります！

室内見学、体験は無料となります
興味がある方、体験してみたい方は当日予約
なしでもご来場可能です！
大会にエントリーされる場合は
「蟲神器イベントカレンダー」から
2/28開催もちもち杯にてご確認ください！

ご不明点等ございましたら、問い合わせ先までご連絡ください

参加費：300円 中学生以下100円/ 要申込

主催：もちもち会

問い合わせ：ra3432923@gmail.com

24日(火)

10:00~12:00

13:30~15:30

スマホの日

~はじめてのスマホ体験講座~

スマートフォンに興味はあるけど使えるか不安…
そんな皆さんのためのスマホ体験講座を開催！

テーマは

10:00~「スマホの基本とLINEの使い方」

13:30~「スマホの基本と防災」

対象：どなたでもご参加頂けます！

(ご使用中の携帯会社、機種は問いません。)

スマートフォンをお持ちでない方
もご参加いただけます)

定員：各回先着10名



問い合わせ：0436-20-1090 (ウエルコミ)

ウエルシア・
コミュニケーションセンターいちはら

☎ 0436-20-1090

(電話対応時間：火~日曜日 9時~18時)

✉ welcommu.ichihara@gmail.com

ご利用予約はこちら

ウエルコミHP



Instagram



Follow us 📢