

令和7年度 区内生涯学習交流事業 九段オープンラーニング

九段フェス 2026

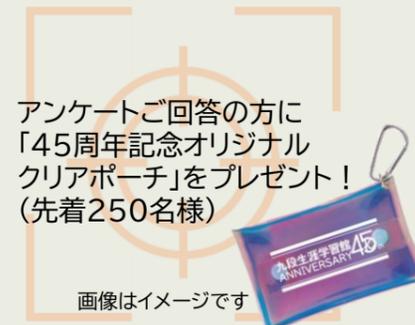
フォーカス Focus

3/21 土 22 日

入場無料・入退場自由
(一部のミニ講座は事前申込制・材料費あり)

主催・会場 >>> 九段生涯学習館

利用者の皆さまとつくる、九段生涯学習館を舞台とした祭典「九段フェス」。
今年のテーマは「Focus(フォーカス)」。カメラの焦点を合わせるように、サークルの皆さま同士が互いの活動に注目したり、これまでのご自身の生涯学習を振り返ってみたり。そんな想いを込めて今年度も開催いたします！
生涯学習やサークル活動に興味のある方はもちろん、どなたでもお気軽にお立ち寄りください！



アンケートご回答の方に「45周年記念オリジナルクリアポーチ」をプレゼント！(先着250名様)

画像はイメージです

【アクセス】
〒102-0074
東京都千代田区九段南1-5-10

東京メトロ東西線・半蔵門線
都営地下鉄新宿線
「九段下」駅下車 6番出口前
★公共交通機関でご来場ください



舞台発表

会場 ▶ 6階 レクリエーションホール

区内で活動するサークル(全37団体)が、日ごろの成果を発表します。



3/21 Sat >>>

開場 12:30
開演 13:00

| | |
|-------|---|
| 13:05 | Mahalo Hula (フラダンス) |
| 13:25 | ポーランドダンスの世界 (ポーランドダンス) |
| 13:45 | カンツォーネサークルいっち (カンツォーネ歌唱) |
| 14:05 | 朗読の会みんなの“わ” (朗読) |
| 14:25 | アンサンブルTiTi (木管楽器演奏) |
| 14:45 | 九段ハーモニカクラブ (ハーモニカ演奏) |
| 15:05 | 横笛同好会「一音会」 (篠笛・竜笛・能管演奏) |
| 15:25 | ALOHA!の会 (ウクレレ/歌/フラダンス) |
| 15:45 | かつぼれ梅若会(茶道青山会) (舞台芸能) |
| 16:05 | ウズメバリー舞倶楽部 (ベリーダンス) |
| 16:25 | アカベラ・アンサンブル L'harmonie céleste(ラルモニーセレスト) (アカベラ合唱曲) |
| 16:40 | ボイス・ラボ (ボイストレーニングと英語・日本語の歌) |
| 17:00 | デュッセルドルフ千代田男声合唱団 (男声合唱) |
| 17:20 | コーロ・セフィーロ (女声合唱) |

発表の様子は「九段生涯学習館公式YouTubeチャンネル」でLIVE配信します！後日アーカイブ動画も同チャンネルでご覧いただけます。



凡例 ▶ 開始時刻 (目安) | サークル名 (発表内容)

3/22 Sun >>>

開場 9:30
開演 10:00

| | |
|-------|---|
| 10:05 | プープーヒメヒメ+アロハプープー+ハートハーブ“サリー” (ウクレレとハーブ演奏/歌/フラダンス) |
| 10:25 | 千代田区武術太極拳同好会 (太極拳) |
| 10:45 | オレ！フラメンコ！ (フラメンコ) |
| 11:05 | オカリナ千代田～なごみ～ (オカリナ演奏) |
| 11:25 | 腹式呼吸クラブ (朗読) |
| 11:45 | 九段くすの木コーラス (女声コーラス) |
| 12:05 | 混声コーラス四樹の会 (混声合唱) |
| 12:25 | Na pua aloha (フラダンス) |
| 12:45 | 東風アンサンブル (混声四部合唱) |
| 13:05 | 霞ヶ関男声合唱団 (男声合唱) |
| 13:25 | ピッコロ (ドイツ歌曲、映画音楽ソロ) |
| 13:45 | 午後のひととき (三味線と唄) |
| 14:05 | Joyful Voice Chiyoda (歌とダンスパフォーマンス) |
| 14:25 | 今出川GIEDE男声合唱団 (男声合唱) |
| 14:45 | 日本の古典「能」に親しむ会 (謡と仕舞) |
| 15:05 | 韓国舞踊親睦会K・ダンス (韓国舞踊) |
| 15:22 | 東京いのりのとき合唱団 (混声合唱) |
| 15:42 | リーダー克蘭ツTOKIO (男声合唱) |
| 16:02 | レザルウェット フランス語で本場のシャンソン！ (フランスポップスから国歌まで) |
| 16:22 | アルベルネニューゲントコール (混声合唱) |
| 16:42 | 合唱団 歌の花環 (混声合唱) |

天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、内容が中止・変更となる場合がございます。予めご了承ください。

Focus 注目！！

at the Kudan Lifelong Learning Hall



ギャラリー 展示

Contents 01

- ▶ 九段生涯学習館の取り組み紹介・ポスター展示
- ▶ 「九段生涯学習館45年の歩み」写真展
- ▶ 区内で活動するサークルの紹介スライドショー上映

両日
10:00~18:00

九段香遊会/香道慶風会/言の葉サロン/スペイン刺繍/たのしい水墨画入門/ちよだ・おはなしひろば/東京あいか庵/ぴあのdeリトミック/ポップ・ミュージックダンス/ボビンレースサークル La Dentell/みんなdeリトミック/その他舞台発表参加サークル含む(全34団体)

スライドショー参加サークル

生涯学習 ミニ講座

Contents 02

2/20(金)10:00から、
お電話・Webサイトにて先着順で受付開始!

- ★「薪割り&ピタゴラ器具体験」のみ当日受付
- ★定員に空きがあれば当日も受付可

FOCUS
注目!!

講師名の後ろの()内は当館で活動するサークル名です!

3/21 Sat

お香のガラスボトルづくり~ガラス香で癒しのひと時を~

10:15~11:00

ガラスボトルにさまざまな天然香料やハーブを地層の様に詰めて、「ガラス香(はりこう)」を作ります。

講師: かおりほの香(九段香遊会) 薫物屋香染認定香司
会場: 2階 ギャラリー
定員: 8名
材料費: 2,000円
対象: 小学生以上どなたでも
(小学3年生以下は保護者同伴)



電子工作と切り絵で作るLEDキャンドル

13:00~14:00

簡単な電子工作とオリジナル切り絵を組み合わせ、科学的思考と創造力を育むLEDキャンドル作りに挑戦!

講師: 株式会社小学館集英社プロダクション
会場: 3階 第1学習室
定員: 18名
材料費: 1,800円
対象: どなたでも
(小学3年生以下は保護者同伴)

初心者さん向け やさしいヨガ~疲れない心とカラダをつくる時間~

14:00~15:30

体の不調改善に、ヨガを取り入れてみませんか?呼吸を整え、ポーズを通して心と体がほぐれる気持ちよさを実感しましょう。

講師: ASAHI(やさしいヨガ) ヨガインストラクター
会場: 3階 和室(大)
定員: 8名
対象: 18歳以上どなたでも
★膝・腰・首に不安のある方、妊娠中(安定期に入った方のみ)の方は医師にご相談の上ご参加ください。
★動きやすい服装でご参加ください。



3/22 Sun

親子で色彩知育®体験~スライムを作ろう!~

①10:30~11:10
②11:30~12:10

「色」「言葉がけ」「呼吸法」を通して、子どもの認知能力と非認知能力を育む色彩知育®を体験。心と脳をゆるめて、親子で楽しもう!

講師: 吉良紗矢佳
ベビー&こども色彩知育®インストラクター
会場: 2階 ギャラリー
定員: 各回8組16名
材料費: 各回600円
対象: 3歳~小学2年生の子どもとその保護者
★汚れてもよい服装でご参加ください。

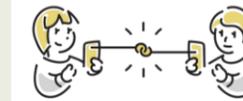


大人のSNSミニ講座

11:00~12:00

SNSの効果的な使い方や、疲れない付き合い方を学びます。サークル活動に活用する方法や、日常的に気を付けたいことを紹介します。

講師: 末永貴之 中学校教員(技術科)
会場: 2階 第1会議室
定員: 12名
対象: 18歳以上どなたでも



浮世絵から読み解く、千代田のまちの成り立ちと江戸の暮らし

13:30~15:00

時代の象徴である「浮世絵」から神田明神や駿河台、江戸城周辺、九段坂等を紹介し、江戸のまちと生活の様子について、愉快・痛快に解説します。

講師: 関一成 江戸楽アカデミー講師
江戸文化歴史検定1級合格者
会場: 3階 第1学習室
定員: 25名
対象: 15歳以上どなたでも



ただ貼るだけ!動きをサポート・テープケア

14:30~16:00

日常生活で負担のかかっている「動きのクセ」を見つけて、テーピングでサポートします。姿勢、歩行、ふらつき等のセルフケアをお伝えします。

講師: 走尾千恵美(テープケアGO!・チーム千代田) テープケアコーチ/管理栄養士
会場: 3階 和室(大)
定員: 10名
材料費: 500円
対象: 18歳以上どなたでも
★お腹や膝、足裏を出しやすい服装でご参加ください。



薪割り&ピタゴラ器具体験【当日受付】

10:00~15:00
(12:00~13:00除く)

“キンドリングクラッカー”という道具を使った「薪割り体験」と、竹を使った「ピタゴラ器具」で遊んでみよう!

講師: NPO法人国際自然大学校
会場: 1階 エントランス
対象: 5歳以上どなたでも
(未就学児は保護者同伴)



申込み・問合せ

千代田区立
九段生涯学習館
こころを育み 明日へつなぐ

TEL 03-3234-2841
Webからの申込

