

回覧 鈴谷公民館だより

まなぶ・つどい・はぐくむ 令和6年4月号

発行：鈴谷公民館

〒338-0013 さいたま市中央区鈴谷 7-5-11

電話番号：048-859-7322 FAX：048-859-7323



～生活に役立つハーブ講座～ ハーブソルトとどくだみチンキ

身近なハーブや野草の使い方・楽しみ方



【中止のお知らせ】

生活に役立つハーブ講座

「身近なハーブや野草の使い方・楽しみ方」

講師のやむを得ない諸事情により、残念ながら中止させていただきますこととなりました。

なお、こちらの講座に関しまして日を改めて実施する場合は、再度公民館だより等でお知らせいたします。

図書館職員さんによる 子育てサロン りんりん 「絵本の読み聞かせ・わらべ歌等」

【日時】6月6日(木) 10:00～11:30

【会場】鈴谷公民館 1階 和室

【対象】0歳～3歳のお子さんとその保護者

【定員】10組 【費用】無料

【共催】さいたま市保健愛育会と野地区・保育ボランティア「りんりん」

【連携】与野図書館

【持ち物】お子さんを寝かせるための敷物(バスタオル等)



4月4日(木)～5月13日(月)に、

WEB(さいたま市生涯学習情報システム)にてお申し込みください。

(応募多数の場合は抽選)



6月りんりん



さいたま市
生涯学習情報システム
※申込期間になりましたら、
応募ページが表示されます。

※諸事情により、事業の開催が中止・延期等、変更になる場合がございます。

しなやかな身体づくり講座 美姿勢 & 腰痛改善ヨガ



【日時】5月16日・23日【毎週木曜日】

10:00～11:30(全2回)

【会場】鈴谷公民館 1階 多目的ホール

【対象】市内在住・在勤・在学の18歳以上の方

【定員】18人 【費用】200円 事前支払

【講師】ヨガインストラクター 佐藤 かなこ 氏

【持ち物】お持ちの方はヨガマット・汗拭きタオル・飲み物

【申込み】4月1日(月)～4月20日(土)に、

WEB(さいたま市生涯学習情報システム)にてお申し込みください。(応募多数の場合は抽選)

しなやかな身体づくり講座



さいたま市
生涯学習情報システム
※申込期間になりましたら、
応募ページが表示されます。

スマホ講座

初めてのCanva(キャンバ) ～ハースデー動画を作ろう～

Canva(キャンバ)基礎講座
スマートフォンで、簡単な
操作でプロのようなデザ
インができるアプリ
Canva(キャンバ)を使
ってみよう!



【日時】6月20日・27日【毎週木曜日】

13:30～16:00(全2回)

【会場】鈴谷公民館 2階 大会議室

【対象】市内在住・在勤・在学の18歳以上の方 ※原則2回とも参加できる方

【定員】16人

【費用】700円(テキスト代) 事前支払

【講師】パソコンインストラクター 小林 玲子 氏 ほか

【持ち物】スマートフォン(アプリをダウンロードできるもの)
メールアドレス(スマートフォンで送受信できるもの)
筆記用具・飲み物・マスク着用

【申込み】4月8日(月)～5月19日(日)にWEB(さいたま市生涯学習情報システム)

にてお申し込みください。(応募多数の場合は抽選)

スマホ講座



さいたま市
生涯学習情報システム
※申込期間になりましたら、
応募ページが表示されます。

さいたま
市民の日
記念事業



4月27日(土)～5月6日(月・振休)

8時30分～閉館まで

会場：鈴谷公民館 1階 ロビー



〔介護予防事業〕ねんりん大学（前期）

回	月 日	内 容	講 師	場 所
1	5月17日(金) 10:00~11:30	チョコレートの世界へようこそ！ ※アレルギー（乳製品・大豆のある方はお申し出ください）	(株)明治	2階 大会議室
2	5月24日(金) 10:00~12:00	腰痛予防講座	JIN整形外科 スポーツクリニック	1階 多目的ホール
3	5月31日(金) 10:00~12:00	新札の顔「渋沢栄一、津田梅子 北里柴三郎、激動の人生を語る」	歴史研究家 中鉢 英美 氏	2階 大会議室
4	6月7日(金) 10:00~12:00	楽しく脳トレ	認知症予防トピマスター 坂下 みどり 氏	2階 大会議室
5	6月14日(金) 10:00~12:00	歌声ひろば	合唱指導者 木田 輝久 氏 ピアニスト 加集 希世子 氏	1階 多目的ホール
6	6月21日(金) 10:00~12:00	金融商品の基礎知識	日本証券業協会 金融・証券インストラクター	2階 大会議室
★	7月5日(金) 10:00~11:30	特別講座 鈴谷寄席(落語)	落語家 三遊亭 彩大 氏	1階 多目的ホール

※7/5(金)鈴谷寄席(落語)は、ねんりん大学（前期）の特別講座です。

【対象】市内在住65歳以上の方 ※原則全回参加できる方

【定員】48人 【費用】無料

【持ち物】筆記用具・飲み物

※5/24は動きやすい服装・室内履き、6/14・7/5は室内履き

【申込み】4月8日(月)~4月19日(金)に、窓口・電話(平日・土曜9時~17時)
又はWEB(さいたま市生涯学習情報システム)でお申し込みください。(応募多数の場合は抽選)

【結果】4月25日(木)~5月2日(木)に窓口、電話(平日・土曜9時~17時)で
ご確認ください。WEBでお申し込みの方はメールでお知らせします。

ねんりん大学(前期)



さいたま市
生涯学習情報システム
※申込期間になりましたら、
応募ページが表示されます。

〔介護予防事業〕「JR東日本大宮総合車両センター」見学会

【日時】5月28日(火) 13:30~15:00

【集合】車両センター正面前 (13時15分集合・時間厳守)

※大宮駅から、徒歩約10分(駐車場・駐輪場は無し)

【対象】市内在住65歳以上の方

【定員】20人 【費用】無料

【持ち物】飲み物、タオル、帽子、歩きやすい服装、雨具、筆記用具

【申込み】4月16日(火)~4月30日(火)に窓口・電話
(平日・土曜日9時~17時)にてお申し込みください。(申込順)



〔介護予防事業〕初めての太極拳

【日時】6月12日~26日【毎週水曜日】
14:00~15:30(全3回)

【内容】太極拳を通して、健康増進を図ります。

【会場】鈴谷公民館 1階 多目的ホール

【対象】市内在住65歳以上の方

【定員】20人 【費用】無料

【講師】太極拳指導者 金子 清 氏

【持ち物】室内履き、動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル

【申込み】5月7日(火)~5月20日(月)に窓口・電話(平日・土曜9時~17時)
又はWEB(さいたま市生涯学習情報システム)でお申し込み
ください。(応募多数の場合は抽選)

【結果】5月23日(木)~5月30日(木)に窓口、電話(平日・土曜9時~17時)で
ご確認ください。WEBでお申し込みの方はメールでお知らせします。



さいたま市
生涯学習情報システム
※申込期間になりましたら、
応募ページが表示されます。



〔介護予防事業〕ますます元気教室1コース

【日時】6月18日~7月23日10:00~12:00【毎週火曜日・全6回】

【会場】鈴谷公民館 2階 大会議室【対象】市内在住65歳以上の方

【定員】20人 【費用】無料【持ち物】参加決定後の通知でお知らせします。

【申込み】5月7日(火)~5月28日(火)までに、下記の窓口へ

直接お申し込みください。(抽選の場合は新規の方が優先)

中央区役所高齢介護課(窓口) 平 日 8:30~17:15

鈴 谷 公 民 館(窓口) 平 日・土 曜 8:30~17:15



「さいたま市史」刊行記念講座

さいたま市の民俗(社寺の信仰)

さいたま市域の著名な社寺をはじめ、地域の社寺
などの信仰行事について、写真を用いながら紹介
します。

【講師】板垣 時夫 氏(さいたま市史編さん民俗部会専門委員)

【日時】令和6年7月1日(月) 10:00~12:00

【会場】鈴谷公民館 2階大会議室

【対象】どなたでも

【定員】50名(抽選)

【申込】6月6日(木)~6月20日(木)



さいたま市の旧石器・縄文時代

さいたま市域から出土した遺物、遺跡の紹介に加え、
最新の発掘調査成果に基づき、当時の歴史文化を
紹介します。

【講師】青木 義脩 氏(さいたま市史編さん縄文古代部会専門委員)

【日時】令和6年8月20日(火) 10:00~12:00

【会場】鈴谷公民館 2階大会議室

【対象】どなたでも

【定員】50名(抽選)

【申込】7月26日(金)~8月9日(金)



【申込方法】鈴谷公民館窓口・電話(平日・土曜日9時~17時)、FAX(講座名、氏名、日中連絡がつく
電話番号を記載)、WEB(さいたま市生涯学習情報システム)にて受付します。

応募多数の場合は抽選となります。落選の場合のみ、締切から5日以内に連絡します。

【問合せ】(申込に関して)鈴谷公民館 TEL:048-859-7322 FAX:048-859-7323

(内容に関して)アーカイブズセンター TEL:048-871-5821 FAX:048-871-5829

《お知らせ》5月28日(火)は保守点検のため、休館です。