

あなたの街（田島・関・鹿手袋・四谷）の
田島公民館だより

2024年2月

発行元 さいたま市立田島公民館
 〒338-0837
 さいたま市桜区田島3-27-6
 TEL・FAX 863-0400

たじま健康応援講座

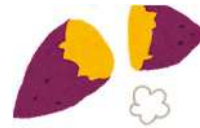
人生100年と耳にしますが、食を通じて体内から若々しく健康を保つために必要なことを専門家から学びませんか？
 「自律神経チェッカー」による測定も行います。



- 日時 3月5日(火) 10時~12時
- 会場 田島公民館 2階 視聴覚室
- 対象 18歳以上の方
- 定員 30人(※先着順)
- 持ち物 筆記用具・飲み物
- 申込み 2月15日(木)~3月5日(火) 9時~17時 日祝除く
 窓口・電話・FAXにて(氏名・ふりがな・住所・電話番号・年齢)
- 問合せ 田島公民館 048-863-0400

桜区魅力再発見！ レッズランドで焼き芋体験

桜区下大久保にあるレッズランドをご存じですか？今回はレッズランドさんのご協力により、「焼き芋」を体験します。
 いぎという時のための「アルミホイル炊飯」の実演もあります。



- 日時 3月9日(土) 10時~12時30分
- 会場 レッズランド(さいたま市桜区下大久保 1771)
- 対象 さいたま市在住どなたでも※小学生以下のお子さんは保護者同伴
- 定員 30組(※先着順)
- 費用 おひとりにつき 200円(当日徴収します)
- 持ち物 動きやすい服装・軍手(手袋)・飲み物・タオル
- 申込み 2月8日(木)~3月8日(金) 9時~17時 日祝除く
 窓口・電話・FAXにて(氏名・ふりがな・住所・電話番号・年齢)
- 問合せ 田島公民館 048-863-0400

RedsLand

施設内全面禁煙

レッズランドハウス
 ●フロント窓口/受付
 ●休憩スペース
 ●ロッカールーム/シャワー

対向車注意

天然芝サッカー場
 ラグビー場(専用)
 人工芝サッカー場(専用)
 人工芝フットサル場
 テニスコート(ハード)
 テニスコート(ソフト)
 デイキャンプエリア
 アグリフィールド

駐車場 P
 駐輪場
 自販機
 トイレ
 車両進入禁止
 車両待機場所

(駐車場までの往来について)
 道幅が狭いため、前方を確保のうえ、通行ください。
 前方から車が来ている場合、待機車両がある場合は、△の場所でお待ちください。

こちらが会場になります！

公民館からのお知らせ

- 屋根補修修繕について
 - 1 修繕期間
令和6年2月上旬終了(予定)
 - 2 利用制限について
期間中は、ロビーや駐車場の一部が使用できなくなります。
- エレベーターの修繕について
 - 1 修繕期間
令和6年2月中旬~3月下旬(予定)
 - 2 利用制限について
期間中は、エレベーターのご利用はできません。
エレベーター以外の施設は通常どおりご利用いただけます。
※利用者の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力の程、
よろしくお願いいたします。



今月のコラム 館報編集委員が地域の情報や気になった話題をお届けします。

「ぼかぼか大作戦」

冬の薬膳教室(R5.11.28)の講座を受講しました。世界で初めての薬膳料理が施膳されたのは元(現モンゴル)だと言われているそうです。

冬は身体を温める食材で、肉類では羊、鹿、猪の赤身、腎を補う豚のスペアリブの様な骨付きが良いそうです。冬にオススメの食材の色は黒(木くらげ、黒豆、黒糖、黒ごま、のりなど)。身体を温めるには乾燥させた生姜がオススメ！身体を温める食材を意識して料理を作れば楽しく健康な食事が出来ますねえ♪

(記：西原 泰子)

子育てサロン「たーたん」

- ◎はじめてでも大丈夫
- ◎引越してきたばかりで・・・
- ◎出入り自由で申込み不要!



- 日時 2月8日(木) 10:00~12:00
- 会場 田島公民館 2階体育室
- 対象 乳幼児とその保護者
- 持ち物 お子さんに必要なもの
- 申込み 不要 直接お越しください。
- 費用 無料

生きがい健康づくり教室 はなみずき

- ◎シニアサポートセンターのお話もあります。
- ◎出入り自由ですので、お気軽に参加ください。



- 日時 2月15日(木) 13:30~15:30
- 会場 田島公民館 2階視聴覚室
- 対象 65歳以上の方
- 持ち物 飲み物
- 申込み 不要 直接お越しください。
- 費用 無料



たのしいこといっぱい! 公民館へ行ってみよう!!



	日時	会場	対象	プログラム
おひさま文庫	2月10日(土) 2月24日(土) 10:00~12:00	1階 美術 工芸室	どなた でも	※2月10日は「片段ボールのおひなさま」を作ろう! 見本は事務室前にあります。 工作の受付は、11:30までです。但し、材料がなくなり次第終了します。 申込み不要・無料です。
昔話を楽しむ会	2月はお休みです。次回は、5月11日(土) 11:00~11:30を予定しています。			
おはなしと工作	2月24日(土) 10:30~11:30	2階 視聴覚 室	幼児 以上	【おはなし】 1. 手あそび・わらべうたあそび 2. すばなし「マメ子と魔物」(17の昔話) 3. 紙芝居「かわへおちたたまねぎさん」 原作 村山篤子 脚本 村山亜土 絵 長谷川知子 製作 童心社 【工作】メッセージボード



お話と工作のホームページ <http://www.10.plala.or.jp/monaka/>



休館日(予定)

- ★2月 2日(金) 施設保守点検
- ★2月 4日(水) 太陽光パネル保守点検
- ☆3月 5日(金) ワックス清掃・施設保守点検

「第24回現代短歌新人賞表彰式・特別講演」

- ・日時: 令和6年3月17日(日) 14時~16時 (13時開場)
- ・会場: 生涯学習総合センター 多目的ホール (シーノ大宮センタープラザ10階)
- ・内容: 表彰式及び特別講演
特別講演: 今井恵子氏「現代短歌史の構想 ~篠弘の遺したもの~」
- ・定員: 180名 (要事前申込み・先着順)
- ・費用: 無料
- ・申込み: 令和6年2月8日(木)~令和6年3月8日(金)
- ・さいたま市ホームページ

「第24回現代短歌新人賞表彰式・特別講演のお知らせ」から申込み

URL: <https://www.city.saitama.jp/003/003/001/p069204.html>

- ・電話又はFAXで申込み。参加者全員の氏名、代表者の電話番号を生涯学習振興課へ。(結果は、参加できない方の方に連絡します。)
- 電話 048-829-1705 FAX 048-829-1989
- ・主催: さいたま市 さいたま市教育委員会

田島地区社会福祉協議会よりお知らせ 【福祉講座の開催について】

- 日時 3月13日(水) 受付13時30分より 講演開始14時~
 - 会場 田島公民館 視聴覚室
 - 定員 先着50名 (応募者が50名以上の時は、後日開催も検討します。)
 - 内容 演題「おなか元気教室」
① 消化管の仕組み
② 排便について
③ 腸に住む細菌と健康との関わり
④ おなか体操
 - 講師 埼玉ヤクルト職員 ■ 費用 無料
 - 持ち物 筆記用具・飲み物
 - 受付 2月13日(火)~2月29日(木)まで 10時~16時 (土日祝除く)
- 田島地区社会福祉協議会 電話 048-711-3015 担当 丸山
Mail tajima.shakyo@fukushi.sakura.ne.jp