

# 七里公民館だより

編集・発行：〒337-0012 さいたま市立七里公民館 さいたま市見沼区大字東宮下265-1 電話 048-686-4721 FAX 048-687-5575



## 日本各地の 手作りお菓子教室

日本各地に昔から伝わるお菓子の作り方を学びます。  
今回は、秋田地方に伝わる雷寒天とサラダ寒天に挑戦します。



- 【日 時】6月12日(水) 13:30~15:30
- 【会 場】七里公民館 実習室
- 【講 師】料理研究家 須田典子 氏
- 【対 象】市内在住の20歳以上の方【定 員】12名(先着順)【費 用】600円(材料費)
- 【持ち物】エプロン、三角巾、手ふきタオル、ふきん、タッパー(縦15cm×横20cm×高さ8cmくらい)2個、筆記用具、室内履き(スリッパ不可)
- 【申込み】5月10日(金)9:00から5月31日(金)17:00までに、  
七里公民館窓口または電話にて。※定員になりましたら受付終了になります。
- ※ 材料費は、5月31日までの月~土曜日の9:00~17:00に納めてください。
- ※ 準備の都合上、5月31日以降の返金はできませんので、ご了承ください。



## 七里公民館 園芸ボランティア募集

七里公民館の花壇等のお手入れをしてくださるボランティアを募集しています。園芸作業がお好きな方、花や緑に触れる時間を作りませんか？ぜひお力をお貸しください！

- 【活動日時】5月~11月の奇数月の休館日 5月13日(月)・7月8日(月)・9月9日(月)・11月11日(月) 9:00~10:00
- 【活動場所】七里公民館敷地内の花壇等
- 【活動内容】除草、花の水やり、植え替え、樹木剪定等
- 【登録申込】随時募集しています。七里公民館に窓口・電話でお申込みください。  
(祝日を除く月~金曜日9:00~17:00までお願いします)
- 【持ち物】帽子、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物 ※シャベル、軍手、ゴミ袋は公民館で用意します。  
(シャベルや作業用手袋等使いなれた用具がある方はお持ちください)
- ※汚れてもよい服装でご参加ください。※活動日の8時30分の段階で雨天の日は中止になります。

## パソコン相談サロン

パソコンやスマートフォンの使用に関する相談を受付します。  
毎月第3木曜日に見沼区内公民館を巡回して実施します。

- 【日 時】5月16日(木) 9時30分~11時30分
- 【会 場】七里公民館 実習室【講 師】NPO法人 地域人ネットワーク
- 【対 象】どなたでも【費 用】無料
- 【申込み】当日直接お越しください。(11時までに受付を済ませてください。)
- 【持ち物】上履き・筆記用具・ご使用のパソコン等(電源ケーブルを含む)
- ※相談時間に制限がありますので、事前に相談内容を確認しておいてください。
- なお、このサロンはパソコン教室ではありません。また、故障・修理は対応できません。
- 今月は4月18日(木)に片柳公民館で開催予定です。



詳細はこちらから↑

## 親子サロン

乳幼児と保護者が一緒に遊びながら、おしゃべりや情報交換できる場です。

- 【日 時】4月10日(水)・5月8日(水) 10:00~11:00
- 【会 場】七里公民館 レクホール
- 【対 象】3歳ぐらいまでの乳幼児と保護者【定 員】9組(先着順)
- 【費 用】無料【持ち物】室内履き・水分補給用の飲み物
- 【申込み】事前申込みは必要ありません。当日会場にお越しください。



## 再掲載

さいたま  
市民の日  
記念事業

## 地域めぐり「七里を散策しよう！」

散策コース(予定・変更の場合もあります)  
七里駅→薬王寺→菅原神社→大圓寺→七里駅

- 【日 時】5月8日(水) 10:00~12:30 ※小雨決行  
 【集合場所】七里駅改札口前 【解散場所】七里駅 【案 内】大宮観光ボランティアガイド会の皆さま  
 【対 象】市内在住の2時間30分ウォーキングできる方【定 員】10名(先着順)  
 【持ち物】参加費200円(薬王寺拝観料。おつりのないようご持参ください)、水分補給用の飲み物  
 ※履きなれた靴と動きやすい服装でご参加ください。  
 【申込み】4月8日(月)9:00~4月22日(月)17:00までに七里公民館窓口・電話にて。  
 ※定員になり次第受付終了となります。

## 再掲載

## 公民館介護予防普及啓発事業 にこにこ生きがい学級Ⅰ



65歳以上の方が様々な体験を通じて、生きがいづくりと参加者同士の交流を深めます。

【日 時】4月24日・5月8日・5月22日・6月5日・6月19日・7月3日・7月17日

いずれも水曜日 14:00~16:00

【会 場】七里公民館レクホール 【費 用】無料

【対 象】七里地区在住の65歳以上の方で、全7回出席できる方 【定 員】20名(抽選)

【持ち物】筆記用具、室内履き、水分補給用の飲み物、(そのほか、第2・3回は小さめのはさみ、お手拭き、使ってみたい布がある方はお持ちください。第4・5回は、室内用運動靴、汗拭きタオルをお持ちください。)

【申込み】4月5日(金)~4月12日(金)までに、七里公民館窓口・電話・WEBにて。

【抽選結果】4月17日(水)9:00から窓口でお知らせします。(電話での問い合わせ可)

WEB 申込み  
はこちらから!

## 再掲載

## 公民館介護予防普及啓発事業 ぽかぽか体操サロンⅠ

【日 時】5月14日、5月28日、6月11日、6月25日、7月9日の各火曜日(全5回)

前半クラス/9:10~10:20 後半クラス/10:40~11:50

【会 場】七里公民館 レクホール【費 用】無料

【講 師】心身機能活性化療法指導士・福祉レクリエーションワーカー 山崎洋子 氏

【対 象】七里地区在住の65歳以上の方で、全5回参加できる方【定 員】各クラス25名(抽選)

【持ち物】室内用運動靴、汗拭きタオル、手ぬぐい、水分補給用の飲み物、運動しやすい服装でご参加ください。

【申込み】4月8日(月)~4月22日(月)までに、七里公民館窓口・電話・WEBにて。

受付時に前半、後半のクラス分けの御希望を伺います。

【抽選結果】4月30日(火)9:00から窓口でお知らせします。(電話での問合せ可)

WEB 申込み  
はこちらから!

## 第37回七里公民館まつり(お礼)

政令指定都市移行・区制施行20周年事業・第37回七里公民館まつりとして、発表・展示の部を2月10日(土)と11日(日)に、囲碁大会を2月21日(水)と22日(木)に開催しました。

発表の部は15団体、展示の部は7団体、個人出展1名が参加されました。

2日間とも天気に恵まれ、素晴らしい演技や作品を多くの参観者に見せていただきました。囲碁大会では13名の方が日頃鍛えた腕で対戦されました。

参加・協力をいただいた各グループや地域の方々、来館いただいた地域の皆様、また、広報のポスター掲示にご協力いただいた自治会の皆様に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

休館日  
4月8日  
(月)おもちの病院  
4月28日(日)  
13:00~  
15:00  
こわれたおもちゃを  
調べておします。  
無料。部品代が必要  
な場合もあります。ふれあい会食 4月26日(金)  
11:00~13:00  
今月参加できる地区  
東宮下、東宮下団地、東宮下高層☆会場☆ 七里公民館  
電 話 048-686-4721  
FAX 048-687-5575うどんサロン 園芸サロン  
4月18日(木) 4月27日(土)  
13:30~14:30 9:30~12:00★ふれあい会食、うどん・園芸サロンの申込み・問合せ先★  
七里地区社会福祉協議会 電話・FAX 048-687-9997(電話は、平日13時~18時)