



# 領家 シニア学級(前期)

高齢者の方々が互いに学び合い、交流を深めながら、充実した生活を送るための生きがい健康づくり教室です。ふるってご応募ください。

- 日時等：下記参照 各水曜日 10:00~12:00
- 会場：領家公民館 多目的ホール
- 対象：市内在住の65歳以上の方（基本的にすべて参加できる方）
- 定員：40人（抽選）
- 費用：無料
- 申込み：4月22日（月）～5月2日（木）9:00~17:00の間に領家公民館窓口または電話でお申し込みください。  
領家公民館 電話・FAX：048-831-2265
- 発表：5月13日（月）以降に窓口・電話（9:00~17:00）で、ご確認ください。
- 主催：領家公民館・浦和区高齢介護課・いきいき長寿推進課

回	開催日	内容	講師
1	5月29日	開講式/温泉の楽しみ方	早川 泉舟 氏 (温泉愛好家)
2	6月5日	名画に学ぶ映画の楽しみ方 「風と共に去りぬ」(人権講座)	小杉 美智子 氏 (映像研究家)
3	6月12日	落語	立川 談修 氏 (真打・落語家)
4	6月26日	時事問題	石井 正 氏 (時事総合研究所客員研究員)
5	7月3日	浦和の歴史と見所ご案内	浦和ガイド会 (観光ボランティア)
6	7月10日	音楽で和もう	和みの会 (音楽グループ)

※第3回「落語」については、5月20日（月）より一般参加者も募集します。  
※諸事情により、事業の中止や内容を変更する場合があります。

～学ぶ・つどう・つながる～

## 領家公民館だより 4月号

さいたま市立領家公民館

さいたま市浦和区領家4-21-21  
電話/FAX 048-831-2265  
2024年4月1日発行

### 領家公民館子育てサロン



## 親子ひろば



「親子ひろば」は、0歳から2歳くらいまでの乳幼児とママ・パパの交流の場です。手遊びや読み聞かせなどもあります。ママ・パパや託児ボランティアの方と楽しいひとときを過ごして、気持ちもリフレッシュ！地域の友だちもできますよ。

～4月はお休みです！～

日時：5月14日・28日（各火曜日）

13:00～14:30

申込みは必要ありません。当日、会場へお越しください。

会場・領家公民館 多目的ホール 費用・無料

主催・問合せ：領家公民館

電話・FAX：048-831-2265

<2024年の主な予定>

七夕、クリスマスなどのイベントを予定しています。成長の記録になる「手形スタンプ」も行います。

★託児ボランティア募集中！地域のママ・パパの子育てを一緒に応援していませんか。詳細は領家公民館窓口かお電話でお問い合わせください。

※諸事情により、事業の中止や内容を変更する場合があります。

### 領家公民館からのお知らせ

4月17日（水）は、特別清掃のため全日休館となります。  
なお、窓口業務、公共施設予約システム利用端末の利用は通常どおりです。



# 暮らしに役立つハーブの使い方講座

## ～クッキングハーブオイル・どくだみチンキづくり～

昨年ご好評をいただいた、ハーブ教室第2弾です！  
身近なハーブや野草の活用法・楽しみ方を学びましょう。今回は、暮らしに便利な「ハーブオイル」と身体に優しい「どくだみチンキ」を作ります。  
心地よい香りとお自然の力を暮らしにとりいれるヒントを見つけに来てください！



■日 時 5月16日(木)・23日(木)  
10:00～12:00(全2回)



- 会場 領家公民館 1階 調理実習室
- 費用 1,000円
- 講師 ハーブインストラクター 園藤 祐子氏
- 対象 どなたでも
- 定員 16人(抽選)
- 持ち物 筆記用具、エプロン、お手拭きタオル、キッチンばさみ、持ち帰り用の袋



申込み期間：4月10日(水)～4月25日(木)

公民館窓口・電話→9:00～17:00の間にお申込みください。

WEBでの申込みは、二次元コードから →



※初回申込み時は、利用登録が必要です。

抽選結果：当選の方に、4月26日(金)・27日(土)にお電話・メールでご連絡いたします。

お支払い：5月10日(金)までに公民館窓口でお支払いください。  
(日曜日・祝日を除く9:00～17:00)

5月11日(土)以降のキャンセルによる返金はできませんのでご了承ください。

※諸事情により、講座中止や内容を変更する場合があります。

主催・問合せ 領家公民館  
電話・Fax 048-831-2265



# さいたま市民の日記念事業【領家公民館地域作品展】

地域の学びを支える自治会老人会や、地域の小学校特別支援学級等の作品を展示します。個性あふれる力作をぜひご覧ください。

日 時：4月23日(火)～5月6日(月) 9:00～21:30

会 場：領家公民館 1階エントランスホール

※夜間、部屋の利用がない場合は17:00まで



## サークル会員募集【楊名時健康太極拳】

服装自由、のびのびとした動きで健康寿命を延ばし、脳も活性化します。武道やスポーツの経験は不要です。

活動日：原則土曜日、又は月曜日の 15:00～16:30

対 象：どなたでも・年齢制限なし

会 費：月4回 月額2,000円

指導者：NPO 法人健康太極拳協会 師範 橋場 淳子

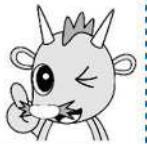
連絡者：清水 廣文 090-2326-4075



## 【公民館利用申込み】

※公民館の利用時間は9:00～21:30です。

※予約の取り消しは利用日前日の17:00までをお願いします。



6月分空き施設申込み	4月1日(月) 8:30～先着順
7月分登録団体抽選申込み	4月1日(月)～4月14日(日) 5:00～24:00
抽選結果発表	4月15日(月) 5:00～
登録館優先予約申込期間	4月17日(水)～4月30日(火) 8:30～先着順

《公共予約システムの利用者登録有効期限切れについて》

公民館で登録後、2年間抽選申込みまたは予約申込を行わなかった団体は、利用者登録の有効期限が切れます。期間延長を希望する場合は、登録公民館へお問い合わせください。

