



『荒天や感染症等の影響により、掲載の事業の中止や延期、内容を変更する場合があります。』
ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

さいたま市民の日記念事業

「ステラタウン（ノーザンハートきたまち）の今昔物語」
地域の歴史や文化に触れてみませんか。

【日 時】 4月23日(火)～5月26日(日)
9:00～21:00
※都合により、早めに閉館する場合があります。



【会 場】 大砂土公民館 1F ロビー

生きがい健康づくり教室

リンパ体操

シニアの健康づくりを目的として、リンパの流れを良くする体操を通して、
体のバランスを高めることを無理なく自分のペースで行う体操です。

【日 時】 6月5日・12日・19日・26日（各水曜日）
10:00～11:30

【会 場】 大砂土公民館 レクホール

【定 員】 20人（定員を超えた場合は抽選となります）

【対 象】 市内在住の65歳以上の方

【持ち物】 上履き、運動のできる服装、筆記用具、飲み物、汗拭きタオル

【申込み】 5月13日(月)9時から21日(火)開館時間内までに、公民館窓口、
電話又はFAX《講座名・氏名(ふりがな)・住所・日中連絡が取る
電話番号・年齢・緊急連絡先を記入》でお申込みください。
※抽選結果は5月23日(木)から公民館窓口に掲示します。

館内掲示、又は電話でご確認ください。



健康講座

夏の薬膳と梅雨に向けての体調管理

夏と梅雨に向けての体調管理について、体のメカニズムや家庭でできる薬膳を学びます。

【日時】5月30日(木) 10:00~11:30

【会場】大砂土公民館 実習室

【定員】25人 (定員を超えた場合は抽選となります)

【対象】さいたま市在住・在勤の成人の方

【持ち物】筆記用具、飲み物

【申込み】5月2日(木)9時から5月14日(火)開館時間内までに、公民館窓口、電話又はFAX《(講座名・氏名(ふりがな)・住所・日中連絡が取れる電話番号を記入)》でお申込みください。
※抽選結果は5月17日(金)から公民館窓口に掲示します。館内掲示、又は電話でご確認ください。



大砂土公民館利用者説明会のお知らせ

日頃より、大砂土公民館の運営にご理解ご協力をいただき、ありがとうございます。利用者説明会を開催いたしますので、大砂土公民館登録団体は、各サークルの代表者1名、都合の悪い場合は代理の方が、ご出席くださいますようお願いいたします。

【日時】5月16日(木)10:00~11:00

【会場】大砂土公民館 レクホール ※上履き、筆記用具を持参してください。

【内容】①大砂土公民館の利用について
②団体登録の提出について
③質疑・応答、その他

大砂土公民館では、「Saitama City Free Wi-Fi」が利用できます。接続方法などは館内に掲示(又は配置)の利用案内をご覧ください。



毎月23日は
さいたま市
子ども読書の日



生涯学習相談『えらベル』

生涯学習相談ボランティアが、みなさんの相談をお待ちしています。

◆公民館などで活動する会員募集サークルを紹介いたします。

◆市内で開催される講座・イベントなど生涯学習に関する情報を提供いたします。

【相談日】4月10日(水)・4月24日(水)・5月8日(水)・5月22日(水)

【時間】10:00~13:00

【会場】生涯学習総合センター シーノ大宮センタープラザ7階(大宮駅西口 徒歩5分)

【申込み】不要です。当日会場へお越しください。

【問合せ】生涯学習総合センター 電話：048-643-5651 FAX：048-648-1860

※災害等の影響により中止や変更をすることがあります。

公民館からお知らせ

- ◆8月分の公民館利用抽選申込受付
5月1日(水)から14日(火)24時まで
抽選結果は、5月15日(水)午前5時から発表
- ◆休館日◆4月22日(月)・5月27日(月)
原則第4月曜日は館内清掃のため休館となります。

ふれあい会食

日時：4月9日(火)10時から始まります。

会場：大砂土公民館 レクホール

対象：大砂土地区在住の70歳以上の1人暮らしの方

申込み：担当地区民生児童委員へご連絡ください。

主催：大砂土地区社会福祉協議会