



さいたま市立馬宮公民館 〒331-0061 西区西遊馬 236-2
電話 048-623-1904 Fax 048-623-3106



人権講座 手話ワークショップ

親子で手話を使ったダンスで楽しく体を動かしながら、手話について学びましょう。

- ◆日 時 6月22日・29日(各土曜日) 午前10時~11時30分(全2回)
- ◆講 師 ハートサインダンス®講師 森 和栄 さん
- ◆対 象 小学生とその保護者
- ◆定 員 15組(抽選)
- ◆持ち物 室内履き、水分補給用飲み物、チャレンジ up さいたまパスポートまたは手帳
- ◆申込み 5月14日(火)~5月28日(火) WEB
抽選結果は5月31日(金)メールでお知らせ



WEB 申込み

介護予防事業 生きがい健康づくり教室/さくら草カレッジ(前期)(全5回)

健康で充実した生活を送るための秘訣を、「さくら草カレッジ」で学んでみませんか?



	日 時	内 容	講 師
第1回	6月20日(木) 10時~12時	歌で脳トレ ~昭和・平成の名曲を皆さんで~	埼玉県合唱連盟顧問 小島 嘉子 さん
第2回	6月27日(木) 10時~11時30分	オーラルフレイル予防 ~歯磨きの見直しから健康を考える~	花王グループカスタマーマーケティング株式会社
第3回	7月4日(木) 10時~12時	脳活性化プログラム ~脳と身体を意識する~	健康運動指導士 吉永 七重 さん
第4回	7月11日(木) 10時~12時	腸内環境を整え、健康に生きよう ~食生活と腸活~	野菜ソムリエプロ・健康管理士上級指導員 重田 健一 さん
第5回	7月18日(木) 10時~12時	日本のアート ~折り紙の魅力~	日本折り紙協会認定講師・折り紙創作作家 植森 豊子 さん

- ◆対 象 さいたま市在住の65歳以上の方(原則全回出席できる方)
- ◆定 員 20人(抽選)
- ◆持ち物 室内履き、水分補給用飲み物、筆記用具、はさみ(5回目で使用)
- ◆材料費 500円(第5回目分)
講座初日の6月20日に集金します。※キャンセルの場合、材料費の返金はできません。
- ◆申込み 5月15日(水)~5月31日(金)
公民館の窓口または電話・FAX・WEB
抽選結果は6月4日(火)午前10時より公民館窓口または電話でご確認ください。
FAXで申込みの方にはFAXでお知らせ・WEBで申込みの方にはメールでお知らせ。



WEB 申込み

FAXでの申込み方法・・・①講座名 ②住所 ③氏名(ふりがな)④年齢 ⑤電話番号 ⑥FAX 番号を記入してください。

※主催講座については、災害等の状況等により日程の変更や中止をさせていただく場合があります。



「Z世代」で企画をしませんか？

～地域の未来づくり～

公民館主催講座の企画や運営に携わる10代～20代のボランティアを毎年募集しています。

【主な内容】

- ① 企画サポーター
 - ・企画ミーティングと当日運営
 - ② 当日ボランティア
 - ・当日運営のみ参加
- ※詳細は公民館にお問い合わせください。



WEB 申込み

☆昨年度ボランティアの声☆

- ・自分たちで企画や準備をして活動することが初めてで不安もあったが、メンバーのおかげで準備段階から当日まで素敵な時間を過ごすことができた。
- ・講座を企画するために求められることや講座を実施する上で大事にすべきことなど運営をする側の視点を身に付けることができた。自分達で準備した企画で子ども達が楽しそうに遊んでいる姿を見られたことはとても嬉しく印象に残った。



馬宮SDGsプロジェクト

馬宮公民館では、地域からSDGsを発信する取組みを令和3年度より始めています。

馬宮公民館講座から発足したサークル「世界に目を向けよう～今、私たちにできること～チーム馬宮」はSDGsを自分事として学び発信しようという活動で、地域の中学生や高校生を中心に大人も子どもも一緒に学んでいます。今年度も「馬宮SDGsプロジェクト」という講座に協力していただいています。

又、メンバーの子どもたちが掲示板を利用し活動を発信しています。一緒に活動しませんか？興味のある方は公民館にお声かけください。



子育てサロン ひだまり

おしゃべりしたり遊んだりしながら、親や子どもの仲間づくりをする場として月替わりで楽しいイベントを行います。

- ◆日時 6月19日(水) 10時～11時30分
- ◆内容 フラダンスの体験
- ◆対象 0歳～4歳までのお子さんとその保護者 ※西区在住の方
- ◆定員 15組(抽選)
- ◆申込み 5月1日(水)～5月20日(月) WEB 抽選結果は5月24日(金) メールでお知らせ
- ◆問合せ先 馬宮地区社会福祉協議会 電話・FAX 626-2766



WEB 申込み

第31回錦乃原櫻草フェスティバル



櫻草園まつり

ご来場いただきありがとうございました。



鉢植え展示会

サークル会員募集



- サークル名 パイナップル
- 活動日時 第1・2・3月曜日 16時～17時
- 会費 月3,000円
- 内容 ハワイの文化である“フラ”をハワイ語を通して一緒に踊りましょう。
- 問い合わせ 馬宮公民館

職員異動のお知らせ

～お世話になりました～
主査 中内 則之(さいたま市立土屋中学校へ)

令和6年度馬宮公民館職員 今年度もよろしくお願い致します

- 館長 岩崎 まさみ
- 主幹 大川 和彦
- 社会教育指導員 濱野 幸江



馬宮公民館HP

馬宮公民館休館日
5月20日(月)、6月17日(月)

You Tube 配信中

さいたま市のe公民館(おうち公民館)
～いつでも どこでも どなたでも～

ご家庭で公民館講座を気軽に体験いただけるように動画配信しています



●公民館からのお願い

ご来館の際は、上履きをご持参ください。公民館の駐車場は台数に限りがあります。出来るだけ車での来館はお控えください。