

災害等により、講座・イベントを中止・変更する場合があります。

うちのつながるプロジェクト

# 大人のハッピーエイジング

## ～アロマヨガ・ハーブ・夏野菜から健康へのアプローチ～

日時(全3回)

- ① 5月28日(火)
- ② 6月4日(火)
- ③ 6月11日(火)

各回 10:00～12:00



- 内容 加齢による心身の不調に対する知識として、①アロマヨガ、②ハーブ、③夏野菜の3つを学びます。
- 会場 1階 多目的ホール
- 対象・定員 市内在住・在勤の方 24人(抽選)
- 講師 ①田中 直子さん ②山崎 利江さん ③神野 佳奈子さん
- 費用 1000円(材料費)
- 持ち物 ①～③上履き、飲み物、筆記用具、①動きやすい服装、ヨガマット(ある人)、②エプロン、タオル、園芸用ハサミ
- 申込み 5月1日(水)～13日(月)に、電話、WEB、FAX(講座名、氏名・ふりがな、電話番号・FAX番号を明記)又は来館によりお申し込みください。抽選結果は、5月15日(水)～21日(火)に、電話照会、館内掲示、WEBの方はメール、FAXの方はFAXでお知らせします。

WEB申込み



うちのつながるプロジェクト

## プラチナ倶楽部 脳活性化プログラム

- 内容 楽しく脳に刺激を与え、注意機能・認知機能の向上を図るシナプソロジー®体験プログラムです。
- 日時 6月13日・20日・27日(木・全3回) 10:00～11:30
- 会場 1階 多目的ホール
- 対象 市内在住・在勤の65歳以上の方
- 定員 30人(抽選)
- 講師 介護予防主任運動指導士 吉永 七重 さん
- 持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物、筆記用具
- 申込み 5月15日(水)～24日(金)に、電話、WEB、FAX(講座名、氏名・ふりがな、住所、年齢、電話番号・FAX番号を明記)又は来館によりお申し込みください。抽選結果は、5月29日(水)～6月5日(水)に、電話照会、館内掲示、WEBの方はメール、FAXの方はFAXでお知らせします。

WEB申込み



うちのつながるプロジェクト

## あじさい14会&内野公民館共催事業 講談を楽しもう!

- 日時 6月23日(日)13:30～15:00(13:00開場)
- 口演 真打 神田 山吹 師匠
- 会場 1階 多目的ホール
- 対象・定員 どなたでも・80人(先着順)
- 費用 300円(中学生以下無料)
- 持ち物 上履き、下足袋、飲み物
- 申込み 6月3日(月)9:00から電話、WEB、FAX(講座名、参加者全員の氏名・ふりがな・年齢、FAX番号、車いす席希望の有無を明記)又は来館によりお申し込みください。定員になり次第、受付終了となります。また、6月20日(木)までに参加費を窓口にお持ちください。



WEB申込み



## プラチナ倶楽部「歌声サロン 夏秋」

- 内容 四季折々の歌や心ときめく青春ソングを歌います。
- 日時 7月11日、8月8日、9月12日、10月10日(木・全4回) 13:00~14:30
- 会場 1階 多目的ホール
- 対象・定員 市内在住・在勤の65歳以上の方50人(抽選)
- 講師 ナンシー武井さん(伴奏 リリー今さん)
- 持ち物 上履き、飲み物、筆記用具
- 申込み 6月3日(月)9:00から11日(火)17:00に、電話、WEB、FAX(講座名、氏名・ふりがな、住所、電話番号・FAX番号、年齢を明記)又は来館によりお申し込みください。抽選結果は、6月17日(月)~25日(火)に、電話照会、館内掲示、WEBの方はメール、FAXの方はFAXでお知らせします。

WEB申込み



- 持ち物 上履き、飲み物
- お願い 体調不良の方は参加を御遠慮ください。
- その他 授乳室にベビースケールを設置しています。御利用ください。
- 申込み 5月1日(水)~30日(木)に、電話(月~金の13:00~17:00 TEL622-0582)、WEB、FAX(講座名、保護者氏名・ふりがな、住所、乳幼児氏名・年齢又は月齢・性別、FAX番号を記入)のいずれかでお申し込みください。定員になり次第締め切らせていただきます。
- 問合せ 内野地区社会福祉協議会  
TEL & FAX 622-0582

WEB申込み



## 御覧ください「NaNa 倶楽部水彩画展」

内野公民館のサークル「NaNa 倶楽部」が水彩画の作品を展示します。ぜひ御覧ください。

- 日時 5月16日(木)~6月3日(月)(5月27日(月)を除く)の開館時間内

昨年度の展示風景



## 介護予防事業ますます元気教室 1コース

- 内容 いきいき百歳体操や、栄養改善・認知症予防の教室など、介護が必要にならないようにするための講座です。
- 日時 6月18日~7月23日の毎週火曜日(全6回) 9:45~11:45
- 会場 2階 会議室1・2
- 対象・定員 市内在住の65歳以上の方10人(抽選)
- 持ち物 運動靴、タオル、マスク(着用御希望の方)、飲み物、筆記用具、動きやすい服装
- その他 御自宅で体温測定等の体調確認を行ってください。
- 申込み 西区高齢介護課又は内野公民館に設置している「ますます元気教室参加申込書」に記入のうえ、同窓口にて5月17日(金)~31日(金)に御提出ください。
- 問合せ 西区高齢介護課  
〒331-8587 さいたま市西区西大宮 3-4-2  
TEL620-2668 FAX620-2762

## サークルの会員を募集します

- 団体名 お茶の会
- 活動日 月1・2回 土曜日 13:00~16:30
- 内容 季節と共にお茶を楽しみます。男女を問いません。体験してみてください。御興味のある方は、活動日にお越しください。

## 職員の人事異動がありました

4月1日付で公民館職員の人事異動がありました。

- お世話になりました  
金子 正美(任期満了)
- 引き続きよろしくお祈いします  
館長 森田 敏男  
主査 内田 雄太  
社会教育指導員 坂内 昌子

## 子育てサロン うちのんち

- 内容 食事指導・食中毒予防(保健センター職員)
- 日時 6月3日(月) 10:00~11:45
- 会場 1階 多目的ホール
- 対象・定員 乳幼児とその保護者・家族20組(先着順)

## 公民館からのお知らせ

- 休館日 5月27日(月)、6月24日(月) **定期清掃** **保守点検**
- 駐車場利用のお願い

内野公民館の駐車場は、ひまわり特別支援学校、ひまわり学園との共用になっています。内野公民館利用者の駐車場は、白線部分のNo.1~15です。自転車又は公共交通機関を御利用くださるよう御協力をお願いします。