

大久保だより 8月号



さいたま市立大久保公民館 令和6年8月1日発行 No.280
〒338-0815 さいたま市桜区五関 839-2 電話・FAX 048-854-8441

生きがい健康づくり教室 「大げやき学級・後期」

月日	講座内容	講師
9月10日	大江戸生活事情①(スキャンダル編)	大江戸歴史散策研究会 主宰 瓜生 和徳 氏
9月17日	大江戸生活事情②(結婚出産育児離婚葬式編)	大江戸歴史散策研究会 主宰 瓜生 和徳 氏
9月24日	医療保険と介護保険	公益財団法人 生命保険文化センター
10月1日	認知症について考える	GakkenGroup メディカルケアサービス(株) 杉本 浩司 氏
10月8日	薬膳を楽しく食べて健康に	料理研究家・国際中医薬膳師 野口 佳織 氏
10月15日	シナプソロジーと良い睡眠	シナプソロジー教育トレーナー 吉永 七重 氏
10月22日	河川とくらし	埼玉県郷土文化会 元理事 秦野 昌明 氏
10月29日	おなか元気教室	埼玉ヤクルト販売株式会社
11月5日	心地よく暮らすための整理収納術	整理収納アドバイザー 河本 つね子 氏
11月12日	「公開講座」 ローズマリーバンドと懐かしの名曲を	ローズマリーバンド 代表 飯田 一恵 氏

- ◆時間 10時～11時30分 ※曜日は全て火曜日(全10回の連続講座)
- ◆会場 大久保公民館 3階 体育室
- ◆対象 市内在住の65歳以上の方(なるべく7回以上参加できる方)
- ◆定員 50人 ◆費用 無料
- ◆持ち物 体育室用上履き、筆記用具、飲み物
- ◆申込み 8月7日(水)から28日(水)までに、公民館窓口または電話でお申込みください。定員を超えた場合は抽選となります。
- ◆抽選結果確認 9月3日(火)から公民館窓口または電話で確認をお願いします。(大久保公民館 電話：048-854-8441)

生きがい健康づくり教室 「リサイクル手芸」

使わなくなった物を利用して、色々な手芸を楽しみます。

- ◆日時 9月6・13・20日の金曜日(全3回) 13時30分～15時30分
- ◆内容
9月6日 牛乳パックで作る小物入れ
13日 ネクタイやスカーフで作るネックレス
20日 カレンダーや包装紙で作るバッグ
- ◆会場 大久保公民館 3階 体育室
- ◆対象 市内在住の65歳以上の方(全3回参加できる方)
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆費用 400円(材料費)※9月6日(初回)にお支払いください。
- ◆持ち物 エプロン、筆記用具、ネクタイ(薄手)またはスカーフ
カレンダー、包装紙
- ◆申込み 8月19日(月)から30日(金)までに、公民館窓口または電話でお申込みください。
(大久保公民館 電話：048-854-8441)



蕎麦打ち体験教室

蕎麦打ち体験をとおして、作る楽しさと食文化を学びます。

- ◆日時 9月9日(月) 9時30分～11時30分
- ◆会場 大久保公民館 3階 体育室
- ◆対象 市内在住の成人の方
- ◆定員 15名(抽選) ◆費用 1,000円(材料費)
- ◆講師 さいたま蕎麦打ち倶楽部
- ◆持ち物 体育室用上履き、エプロン、三角巾、タオル2枚、筆記用具、飲み物
持ち帰り用の容器(長さ20cm束の蕎麦が4～5束入るもの)
※作った「蕎麦」はお持ち帰りできます。
※食品衛生上、マスクの着用をお願いします。
- ◆申込み 8月15日(木)から28日(水)までに、公民館窓口または電話でお申込みください。
- ◆抽選結果確認・費用のお支払い
抽選結果は、9月2日(月)から5日(木)までに、公民館窓口または電話でご確認ください。また、費用についても、この期間内の9時から17時までに、公民館窓口でお支払いください。
(大久保公民館 電話：048-854-8441)



「大久保公民館文化祭準備会」の開催

令和6年度「大久保公民館文化祭準備会」を、下記のとおり開催します。
文化祭に参加される団体におかれましては、ご出席くださいますようお願いいたします。

- ◆日 時 8月21日(水) 10時から
- ◆会 場 大久保公民館 3階 体育室
- ◆持ち物 体育室用上履き、筆記用具
- ◆内 容 文化祭の実施内容について

※参加団体から1名以上の出席をお願いします。
※作品の搬入・搬出や展示場所、ステージ発表のリハーサルや出演順等について説明します。



生涯学習相談『えらべル』

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します。

- 相談日 8月21日(水)
- 時 間 10時～13時
- 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



大久保地区社会福祉協議会主催事業

◎親子の広場 子育てサロン(共催：子育て支援センターさくら)

今月は「運動会ごっこ、かけっこ、玉入れ」です。

- 日 時 9月7日(土) 10時～11時30分
- 会 場 大久保公民館 3階 体育室
- 対 象 乳幼児(兄弟姉妹可)とその保護者
- 定 員 15組(申込順) ■費 用 無料
- 持ち物 体育室用上履き、タオル、飲み物、運動できる服装
- 申込み 8月5日(月)から、子育て支援センターさくらへ、電話でお申込みください。(電話：048-859-3031)

◎シニアサロン「大久保周辺の神社を知る」

大久保周辺の神社に関する話を聞き、交流する。

- 日 時 9月20日(金) 13時30分～15時30分
- 会 場 **大久保東公民館** 2階 視聴覚室
- 対 象 65歳以上の方
- 定 員 30名(申込順) ■費 用 無料
- 持ち物 筆記用具、飲み物
- 申込み 8月8日(木)から、大久保地区社会福祉協議会へ、電話でお申込みください。(電話：048-678-3751)

■問合せ **大久保地区社会福祉協議会** 電話：048-678-3751(平日10時～16時)

※不在の場合は、留守番電話に、講座名、氏名、電話番号をお願いします。

熱中症を防ぎましょう

熱中症は誰にでも起こりうる症状です。予防方法を知り、ご自身はもちろん、周りの方にも声をかけて、熱中症を防ぎましょう。

《予防方法の一例》

- 屋外では帽子や日傘を利用しましょう。
- 通気性のよい服装にしましょう。
- 「のどが渇いた」と感じる前に、水分補給をしましょう。
- 朝食をしっかり食べましょう。



休館日のお知らせ

■8月休館日(予定)

8月26日(月) 施設保守点検

■9月休館日(予定)

9月12日(木) ワックス清掃

