

# 元町・本太だより



本太公民館  
HPは  
こちらから  
☞

〒330-0052 さいたま市浦和区本太4丁目3番23号 TEL/FAX 048-887-4933

地域の皆さんと仲間作り  
健康維持のため、楽しく、一緒に、学びませんか？  
今日行くとところがある、学びと出番のある生活を！！

公民館介護予防事業



## コスモス学院・本太(後期)

火曜日 10:00~12:00 全8回

| 開催日    | 内 容                                   | 講 師 (敬称略)                                                                                          |
|--------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11月11日 | おなか元気教室                               | 埼玉ヤクルト販売(株)社員                                                                                      |
| 11月25日 | 古典文学講座 ～説話の世界～<br>① 歌ゆゑに命を失ふこと『沙石集』より | 文学講師<br>西巻 和子 氏  |
| 12月 2日 | ② 藤原為時、詩を作りて越前守に任せらるること<br>『今昔物語集』より  |                                                                                                    |
| 1月13日  | 新春講談                                  | 講談師 神田 山吹 氏                                                                                        |
| 1月20日  | 高齢者の交通安全と防犯                           | 浦和区くらし応援室、浦和警察署交通課・生活安全課                                                                           |
| 2月 3日  | 温泉のヒミツ                                | 野菜ソムリエ・温泉ソムリエ 神野 佳奈子 氏                                                                             |
| 2月10日  | 人権講座 日本の歴史から学ぶ人権<br>～日常の「生活風習」を見つめ直す～ | 歴史研究家 千田 文彦 氏                                                                                      |
| 2月24日  | 音楽でリフレッシュ                             | 日本音楽療法学会認定音楽療法士 藤井 文香 氏                                                                            |

- ◆会 場 本太公民館 2階 体育室
- ◆対 象 市内在住の65歳以上の方で、原則、全回出席できる方
- ◆定 員 50人(抽選)※申込者多数の場合、本太公民館対象地区の方で前期を受講されていない方を優先
- ◆費 用 無料
- ◆持 ち 物 筆記用具、飲み物(水分補給用)、室内履き
- ◆申 込 み 窓口・電話・WEB 9月29日(月)～10月8日(水)
- ◆抽選結果の確認期間 10月14日(火)～10月20日(月)  
※期日までに抽選結果の確認のない場合はキャンセル扱いとなります。



## 講座の申込方法 掲載講座すべてに共通

- 申 込 み ▶窓口・電話 9:00~17:00 ▶WEB 24時間可  
申込者多数の場合は、本太公民館対象地区の方を優先します。
- 抽選結果 ▶窓口・電話で確認 確認期間の9:00~17:00(日祝除く)  
▶WEBで確認 確認期間初日にメール送付、WEBマイページで確認  
キャンセルする場合は、速やかに電話でご連絡ください。  
期日までに抽選結果の確認がない場合は、キャンセル扱いとなります。  
抽選結果のメールが届かない場合は、速やかにお問い合わせください。
- 支 払 い 抽選結果の確認期間の9:00~17:00(日祝除く)  
資料費、材料費のある講座に限ります。  
確認期間に支払いがなく、連絡もない場合はキャンセル扱いとなります。  
準備のため、支払期間後の費用の返金はできませんのでご注意ください。

## 集まれ！中・高・大学生ボランティア

# 元町・本太地区文化祭2025

文化祭日程中に、あなたのお力をお貸しください！

- ★対 象 さいたま市在住・在学の中・高・大学生
- ★定 員 10人(抽選) ※動きやすい服装でお越しください。
- ★持 ち 物 筆記用具、上履き、タオル、飲み物(水分補給用)、  
チャレンジupさいたま手帳
- ★申 込 み 窓口・電話・WEB 9月9日(火)～9月24日(水)
- ★結果発表の確認期間 9月30日(火)～10月7日(火)



以下の日程の中で、お手伝いしていただける方を募集しています。

### ●作品展示部門

|       |           |                  |
|-------|-----------|------------------|
| 会場設営  | 10月23日(木) | 10:00~12:00 終了予定 |
| 会場見回り | 10月24日(金) | 10:00~16:00      |
| 会場見回り | 10月25日(土) | 10:00~15:00      |
| 会場撤去  | 10月25日(土) | 15:30~16:30 終了予定 |



### ●ステージ発表部門

|       |             |                          |
|-------|-------------|--------------------------|
| 会場設営  | 11月 2日(日)   | 10:00~12:00              |
| 舞台道具係 | 11月 3日(月・祝) | 9:30~14:30               |
| 会場撤去  | 11月 3日(月・祝) | ステージ発表終了後 14:30~16:00 予定 |

※「会場撤去」以外、一回につき2時間以上で、お申込みください。

## 休館日

9月8日(月)は館内清掃の為、本太公民館は休館いたします。  
施設予約端末は17:15までご利用いただけます。



# 子育てサロン「すくすく広場」2025

9月22日(月) 10:00~12:00

- 会場 本太公民館 2階 和室・体育室
- 対象 0歳～3歳児の親子
- 定員 20組
- 費用 無料
- 持ち物 飲み物(水分補給用)、タオル、着替え、室内履き(スリッパ不可、体育室で遊ぶ子)、オムツ持ち帰り袋
- 申込み 不要、当日和室で受付します。  
親子共に体調を確認して、お越しください。



## 公民館介護予防事業

## ますます元気教室 ②

筋力アップの効果が期待できるいきいき百歳体操や、口腔ケア、栄養改善、認知症予防などを学びます。いつまでも元気で過ごせる身体をつくりましょう!



←電子申請はこちら



### 募集案内

浦和区役所高齢介護課、及び浦和区内各公民館で配布中

### 申込方法

募集案内にある申込書に必要事項を記入のうえ、公民館または浦和区役所高齢介護課の窓口へ提出してください。来所が難しい場合には、浦和区役所高齢介護課へ郵送してください。

### 申込期間

9月10日(水)～9月24日(水) 9:00～17:00  
※9月15日(月・祝)・23日(火・祝)は受付できません。  
浦和区役所高齢介護課窓口は平日のみ、本太公民館窓口は開館日のみ受付可能です。  
※後日、申込者全員に受講の可否について郵送でお知らせします。



○会場 本太公民館 1階 講座室  
○対象 市内在住の65歳以上の方  
○定員 12人(定員を超えた場合は抽選となります)  
○費用 無料  
○問合せ 浦和区役所高齢介護課 介護保険係  
〒330-9586  
さいたま市浦和区常盤6-4-4  
電話 048-829-6153  
FAX 048-829-6238

## ～小児・乳児の応急手当を学ぶ～

## 普通救命講習Ⅲ

11月19日(水) 13:00~16:00



- ◆会場 本太公民館 2階 体育室
- ◆対象 さいたま市在住・在勤又は在学中、中学生以上の方(乳幼児同伴不可) 30人(抽選)
- ◆定員 ◆費用 無料
- ◆内容 小児・乳児の心肺蘇生法、AED 操作方法、気道異物除去、止血の方法などを学びます。(修了証が交付されます)
- ◆講師 さいたま市消防局 救急課
- ◆持ち物 筆記用具、水分補給用の飲み物、当市発行の普通救命講習Ⅲ修了証(お持ちの方)、上履き、口紅不可、スカートを避け動きやすい服装
- ◆申込み 10月7日(火)～10月17日(金)の間に往復はがき、または電子申請・届出サービス <https://apply.e-tumo.jp/city-saitama-u/> にお申し込みください。  
往復はがきは、1通につき1名の申込みで講習日時・講習種別・受講者の氏名・日中連絡がとれる電話番号と、市内在住、在勤もしくは在学している区名を記載してください。(期間内必着) 10月20日(月)に抽選を行い、申込者全員に抽選結果をお知らせします。



↑電子申請はこちら

### 申込み・問い合わせ先

さいたま市消防局 救急課

電話 048-833-7921 FAX 048-833-7201  
〒330-0061 埼玉県さいたま市浦和区常盤 6-1-28

## IT サロン本太 9月17日(水) 9:30~11:30

スマートフォンがうまく扱えない方の相談室です。操作が苦手な方、もっと便利に使いたい方、一緒に学んでみませんか。

- ★内容 アプリの追加・削除、相談会(個別対応)
- ★会場 本太公民館 1階 資料室
- ★費用 300円(資料代)
- ★持ち物 ご自身のスマートフォン(機種は問いません)、筆記用具
- ★申込み 当日、資料室入口9:20～9:30に受付します。  
事前申込は不要です。
- ★主催 ICTサークル浦和

