

明るく・楽しく・学びあう 2月号 令和8年2月1日発行

# 南箇公民館だより

さいたま市浦和区領家3-15-10 ☎・FAX 048-882-1721

## ノルディックウォーキング教室

ノルディックウォーキングは、誰でも簡単に組み入れるフィットネスウォーキングです。専用のポールを使ってウォーキングを行うことで、下半身の負担を軽減し、上半身も使った効率的な全身運動を安全に行うことができます。初心者対象の教室です。

**【日時】2月28日(土) 10:00~12:00**

【会場】南箇公民館 2階 体育室

【対象】どなたでも

【定員】15人(抽選)

【費用】無料

【講師】全日本ノルディック・ウォーキング連盟

ウォーキングライフマイスター 中西 浩幸 氏

【持ち物】運動のできる服装・室内用運動靴・汗拭きタオル・飲み物(水分補給用)

※ポールは講師が用意します。

**申込み 2月5日(木)~14日(土)**

公民館窓口か電話(9:00~17:00)

またはWEB(24時間受付)

**抽選結果 2月18日(水)~24日(火)(9:00~17:00)**

窓口・電話でお申込みの方・・・窓口または電話でご確認ください。

WEBでお申込みの方・・・メールでお知らせします。

【問合せ】南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721



WEB申込み→

申込み不要

## コスモス文庫

2月のおすすめ本

節分です。元気よく豆まきできましたでしょうか？今月の本は、鬼の本とひなまつりの本を紹介します。

日時：2月4日(水)・18日(水)・25日(水)

15:30~17:00

※2月11日(水・祝)はお休みです。

会場：南箇公民館 1階 講座室

内容：本の貸し出し

対象：幼児と保護者・小学生

費用：無料

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721



## 春の和菓子づくり

ねりきりで春を感じる和菓子をつくりましょう。見て美しく、食べておいしい。日本の繊細な伝統美をお楽しみください。

**日時 3月12日(木) 10:00~12:00**

会場 南箇公民館 1階 実習室

対象 どなたでも

定員 12人(抽選)

費用 1,000円(材料費) ※和菓子を3個作ります。

講師 和菓子作り指導者 高橋 景子 氏

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル

ふきん・持ち帰り用袋

申込み **2月19日(木)~24日(火)**

公民館窓口・電話(9時~17時)またはWEB(24時間受付)

抽選結果 **2月27日(金)~3月5日(木)(9時~17時)**

窓口・電話でお申込みの方・・・窓口または電話でご確認ください。

WEBでお申込みの方・・・メールでお知らせします。

当選された方は、上記期間内に材料費1,000円のお支払いをお願いします。

(日曜日を除く)

※3月6日(金)以降のキャンセルは準備の都合上返金できない場合があります。

問合せ 南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721



※写真はイメージです。

WEB申込み



申込み不要

## 外国人のための日本語教室

南箇公民館では、外国人の方にやさしい日本語を教えています。外国と日本の生活文化の相互理解を深める場です。

日時：原則毎週火曜日 10:00~12:00

※2月24日(火)はお休みです。

ボランティアの自主活動による夜間コース

原則毎週水曜日 18:30~20:00

※2月11日(水・祝)はお休みです。

会場：南箇公民館 1階 講座室

対象：市内在住の外国人の方 費用：無料

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

※ボランティア募集中！国際交流に興味のある方お待ちしております。



## ミニギャラリー展のお知らせ①

### ～ やさしさと温もりの陶芸作品展 ～

#### やまぼうし 陶芸「山帽子」

焼き物の皿、コーヒーカップや花びん、アクセサリーや置きものなど、サークル会員のさまざまな思いを込めた多種の作品を展示します。

毎月第2火曜日に陶土の感触を味わいながら、和気あいあいとした雰囲気の中で作った作品を、ぜひご覧ください。

開催期間：2月4日（水）～12日（木）

※2月6日（金）は休館です。夜間は早めに閉館する場合があります。

会場：南箇公民館 1階 ロビー  
問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

## ミニギャラリー展のお知らせ②

### つるしびな展 開催します！

毎回好評をいただいているつるしびな展ですが、今回もまた多数の新作を加えて展示いたします。ぜひご覧になってください。

作品制作：手芸愛好家 間宮 達子 氏

開催期間：2月16日（月）～3月13日（金）

※2月24日（火）は休館です。夜間は早めに閉館する場合があります。

#### つるしびなとハーモニカのしらべ

2月26日（木）13:00～14:30

中西 基起 氏のハーモニカ演奏があります。昭和からの懐かしい楽曲を皆さんで歌いましょう。

会場：南箇公民館 1階 ロビー  
問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

※諸事情により、事業の中止や内容の変更をする場合があります。

公民館介護予防事業 あおぞら学級（後期）一般参加者の募集について

### ♪スプリングコンサート♪

あおぞら学級（後期）第6回目の一般参加者を募集します。

日時：3月5日（木）10:00～11:30

出演：フルート 門傳 美智子 氏 バイオリン 藤本 舎里 氏  
ピアノ 高山 香 氏

会場：南箇公民館 2階 体育室

対象：市内在住の65歳以上の方

定員：40人（申込順） 費用：無料

申込み：2月12日（木）～17日（火）（9:00～17:00）

公民館窓口または電話でお申込みください。

主催：南箇公民館・浦和区高齢介護課・いきいき長寿推進課

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

※あおぞら学級（後期）の受講生の方はお申込み不要です。

## 南箇子育てサロン

日時：3月17日（火） 10:00～11:30

内容：手形をとろう

会場：南箇公民館 2階 体育室

対象：0歳から3歳までのお子さんと保護者

定員：20組（申込順） 費用：無料

持ち物：室内履き（必要な方は）

汚れてもいい服装で

申込み：2月20日（金）9:00～

公民館窓口または電話でお申込みください。

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

## 休館日のお知らせ

<2月の休館日>2月6日（金）、24日（火）は、受水槽清掃、ワックス清掃のため休館となります。