

はじめてみよう

ピラティス講座

体幹を鍛えて美しい姿勢と
活動しやすい身体を目指します

- ①1月24日(火) インナーマッスルを鍛え、身体をほぐして、
- ②1月31日(火) 心身ともにリフレッシュ

- 時間 10:00~11:30
- 会場 本太公民館 2階 体育室
- 対象 18歳~64歳までの女性 ●定員 15人(抽選)
- 費用 無料
- 講師 三瀧 千明氏 (FTPピラティスインストラクター)
- 持ち物 ヨガマット、バスタオル(ヨガマットをお持ちでない方)、汗ふきタオル、飲み物、運動のしやすい服装、マスク着用
- 申込み 12月14日(水)~12月27日(火) 9:00~17:00の間
窓口、電話、WEBでお申し込みください。
(土・日受付可能)(WEBは24時間対応)
申し込みが定員を超えた場合は抽選となります。
- 結果発表 1月10日(火)~1月16日(月) 9:00~17:00の間に、
窓口または電話でご確認ください。
WEB申込の方には1月10日(火)にメールでお知らせします。



休館日

12月13日(火)・28日(水)は館内清掃のため、終日施設のご利用はできません。施設予約端末は17:15までご利用いただけます。12月29日(木)~1月3日(火)の期間は、年末年始のお休みの為、入館できません。



小学生を持つ親の家庭教育学級

~脳科学から見た子どもの発達と

子どもに伝わるコミュニケーションの実践~

「アドバイスしても反抗的な態度ばかり！」お子さんの悩みは尽きないですよね。でも子どもの発達を脳科学の視点から見ると目からウロコが落ちるかも・・・？ 学童期のお子さんに伝わるコミュニケーションの実践を交えながらお話しします。



2月1日(水)

10:00~11:30

- 会場 本太公民館 体育室
- 対象 本太小学校に通う児童の保護者の方
家庭教育に興味のある方
- 定員 60人(抽選) ■費用 無料
- 講師 親業訓練インストラクター
埼玉県家庭教育アドバイザー
生駒 章子氏
- 持ち物 筆記用具、飲み物、室内履き、履物を入れる袋、マスク着用
- 申込み 12月12日(月)~12月19日(月) 9:00~17:00の間
窓口、電話、FAX、WEBでお申し込みください。
(土・日受付可能)(WEBは24時間対応)
- 結果発表 12月21日(水)~12月27日(火) 9:00~17:00の間に、
窓口または電話でご確認ください。
WEB申込の方には12月21日(水)にメールでお知らせします。

◆講師プロフィール◆

2011年より、臨床心理学者トマス・ゴードンが創始した「親業」(親教育プログラム)のインストラクターとして、子どもとより良い関係が作りたいと望む保護者・子育て支援者を対象に、講座、ワークショップを提供。



公民館 WEB 申込みはこちら

※本太小学校児童の保護者の方は、小学校からのお知らせ(がくぶり)経由でお申し込みください。

主催：本太公民館 共催：本太小学校PTA 本太小学校 青少年育成本太小地区会



子育てサロン「すくすく広場」



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前予約が必要です。
検温してからご参加ください。三密を避け、対策をしてお待ちしています。

12月26日(月)10:00~12:00

- 会場 本太公民館 2階 和室・体育室 ●対象 0歳~未就園児の親子
- 定員 10組(申込順) ●費用 無料
- 持ち物 飲み物、タオル、室内履き(体育室で遊ぶ子)・オムツ持ち帰り袋
保護者はマスク着用
- 申込み 窓口、電話、FAX、WEBでお申し込みください。
12月1日(木)~12月21日(水)の間
(窓口・電話は9:00~17:00の間)
(土・日受付可能)(WEBは24時間対応可)
*定員になり次第受付を終了させていただきます。



ぶんぶん文庫のクリスマス

ぶんぶん文庫は まいつき 本のかしだと たのしい
ぎょうじをしています。12月は クリスマスです。
8日は クリスマスグッズづくり こうさく です。
22日は クリスマス会を たいくしつで します。
クリスマス会は ピアノと フルート クラリネットの コンサートです。
クリスマスのうたや いろいろなきよくで さむい きせつを たのしみましょう!
ともだちと いっしょに あそびに きてください!



★にちじ まいつき だい2もくよう日・だい4もくよう日
14:00~16:00
12月8日(木)、12月22日(木)



★かいじょう もとぶとこうみんかん しりょうしつ、こうざしつ
★本のかしだし ひとり3さつまで



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いたします。
★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いたします。

- ◆相談日 12月14日(水)、12月21日(水)
令和5年1月11日(水)、1月25日(水)
- ◆時間 10:00~13:00
- ◆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
TEL 048-643-5651 FAX 048-648-1860



サークル紹介



デンホールズハーモニカクラブ

10個の穴から鳴り響く色鮮やかな20音階



10個の穴の小さな楽器「ブルースハーモニカ」で、童謡や歌謡曲など色々なジャンルの曲の演奏を講師浅見先生のご指導のもと楽しんでいるサークルです。
譜面など読めなくても演奏は大丈夫です!
見学は大歓迎、お待ちしております。

- ★日時 毎月2回 第2・4水曜日 13:30~15:30
第2水曜:講師指導日/第4水曜:自主練習日
- ★会場 本太公民館 講座室
- ★講師 浅見安二郎先生(全日本ハーモニカ連盟常任理事、ブルースハーモニカ奏者)
- ★会費 月額1,500円
- ★連絡先 望月(TEL 832-4184)
- ★活動日 12月7日、21日



笑顔がとても素敵な先生と和やかに集う会員さん達

「この指とまれ!サークル紹介」コーナーでは、本太公民館の登録サークルを毎月1つ掲載しています。サークル活動に興味のある方は、まずは見学から。そして一緒にできると思ったら、あなたも皆さんと一緒に楽しく活動してみませんか? 運動系や文科系など、様々なサークルが元気に活動しています!