

# 元町・本太だより

第505号  
令和5年4月1日発行  
〒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？

公民館介護予防事業

(金曜日・全8回)

## コスモス学院・本太(前期)

月日	内容
5月12日	健幸華齢(健康加齢)を保つための楽しい脳トレ
5月26日	カステラの歴史
6月9日	時と時計のはなし ①日本の時と時計
6月23日	時と時計のはなし ②時計のある風景/ヨーロッパの時計塔撮影記
7月7日	歴史講座 明治の扉を叩いた男たち ~吉田松陰とその門下生~ ① 吉田松陰/多くの後進に火種を植え付けた男
7月14日	歴史講座 明治の扉を叩いた男たち ~吉田松陰とその門下生~ ② 松陰門下生/久坂玄瑞・高杉晋作
9月1日	「睡眠」と「健康」の知恵袋講座
9月8日	音楽でリフレッシュ

◆会場 本太公民館 2階 体育室 ◆時間 10:00~12:00  
◆対象 市内在住の65歳以上の方(原則、全回参加できる方)  
◆定員 50人(抽選)  
◆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 4月12日(水)~4月19日(水)9:00~17:00  
の間に、窓口、電話、WEBでお申し込みください。  
(土・日受付可能、WEBは24時間対応可)  
◆抽選結果 4月24日(月)~4月29日(土・祝)9:00~17:00の間に  
窓口または電話で確認してください。  
WEB申込みの方には4月24日(月)にメールでお知らせします。

## 5月23日(火) 集合 9:20 9:30~12:30 普通救命講習 I

- ◎講師 さいたま市消防局救急課 職員
- ◎対象 市内在住、在勤または在学の中学生以上の方
- ◎定員 20人(申込順)
- ◎持ち物 上履き、筆記用具、飲み物  
さいたま市発行の普通救命講習I修了証(お持ちの方)
- ◎服装 動きやすい服装(スカート不可)
- ◎申込み 4月11日(火)~4月20日(木)の間、電子申請または往復はがき  
※詳細については「市報さいたま4月号」をご覧ください。
- ◎会場 本太公民館 2階 体育室
- ◎費用 無料
- ◎共催 消防局救急課 TEL 048-833-7921



## 園芸講座 いろいろなオクラを育ててみよう!

5月24日(水) 10:00~12:00

- ◆会場 本太公民館 1階 講座室
- ◆定員 14人(抽選)
- ◆講師 見沼グリーンセンター 農業技師
- ◆持ち物 筆記用具、軍手(手袋)、汚れてもよい服装(エプロン)、タオル  
持ち帰り袋又は箱(プランターが入る大きさ)  
※プランターの大きさは縦50cm横25cm高さ25cm位の予定です。
- ◆申込み 4月24日(月)~5月1日(月)9:00~17:00の間に  
窓口、電話、WEBでお申し込みください。  
(土・日受付可能、WEBは24時間対応可)
- ◆抽選結果 5月9日(火)~5月16日(火)の平日・土曜日9:00~17:00の間に  
直接窓口または電話でご確認ください。  
WEB申込みの方には5月9日(火)にメールでお知らせします。
- ◆支払い 抽選結果の確認期間中に材料費を窓口にお支払いください。  
※期日までにお支払いのない場合はキャンセル扱いとなります。



ピカピカ大作戦



## ご協力いただきありがとうございました

サークル40団体61名の参加申込みをいただき、当日は多くの方にお骨折りいただいて隅々まで綺麗にすることができました。  
皆様の公民館へのご協力ご支援を心より感謝いたします。これからもよろしくお願いたします。  
職員一同

親子公民館 さいたま市民の日

# リズムなわとびに

# チャレンジ!

5月13日(土)  
10:00~12:00

なわとびが とくいな子は もちろん  
ちょっと にがてな子でも だいじょうぶ!  
リズムに のって とべるようになりたい子  
だいしゅうごう!

リズムに のって たのしく とんで  
なわとびが だいすきになる!!!

- 会場 本太公民館 2階 体育室
- 対象 小学生の親子
- 定員 12組(申込順)
- 費用 無料
- 持ち物 なわとび、汗ふきタオル、上履き(運動靴)、運動できる服装、飲み物、チャレンジupさいたままパスポート(手帳)
- 申込み 4月10日(月)~4月20日(木) 9:00~17:00の間に窓口または電話で受け付けます。

※定員になり次第受付を終了させていただきます。

## 休館日

4月21日(金)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」



当日は、朝にご自宅で検温をしてからご参加ください。

- 日時 4月24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)
- 申込み 4月3日(月)~4月19日(水)の間  
窓口、電話、WEBでお申し込みください。  
(土・日受付可)(窓口、電話は9:00~17:00の間)  
※定員になり次第受付を終了させていただきます。



## 公民館介護予防事業

# 令和5年度 さいたま市 ますます元気教室1

6月5日・12日・19日・26日・7月3日・10日  
10:00~12:00 月曜日(全6回)

- 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 10人(定員を超えた場合は抽選となります)
- 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  
※後日、申込者全員に受講の可否についてののお知らせをお送りします。

## 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し、公民館または浦和区役所高齢介護課窓口に提出してください。来所が難しい場合は、浦和区役所高齢介護課へ郵送してください。

## 申込期間

4月19日(水)~5月2日(火)  
9:00~17:00

※浦和区役所高齢介護課窓口は平日のみ、本太公民館窓口は平日・土曜日のみ、受付可能です。