

明るく・楽しく・学びあう 7月号 令和5年7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 882-1721

申込み不要

外国人のための日本語教室

外国人の方にやさしい日本語や日本の風習を教えています。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 10:30~12:00

*ボランティアによる夜間コース

原則毎週水曜日 18:30~20:00

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 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。



申込み不要

コスモス文庫

今月は夏休みの課題図書をそろえます。毎年楽しい本がいっぱいです。ぜひ読んでみてください。

その他にもたくさん楽しい本をそろえています。遊びにきてね♪

日時：7月5日(水)・12日(水)・19日(水) 15:30~17:00

7月26日(水)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 882-1721

※本の貸し出しボランティア募集中！本や子どもに興味のある方お待ちしております。



健康長寿を
目指そう！

さいたま市 ますます元気教室(2コース目)

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作りましょう。

日時：9月13日・20日・27日・10月4日・11日・18日の
水曜日(全6回) 10:00~12:00

会場：南箇公民館 1階 講座室

対象：市内在住の65歳以上の方

定員：15人(定員を超えた場合は抽選)

費用：無料

申込方法：募集案内にある申込書に必要な事項を記入し、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。募集案内は浦和区役所高齢介護課、区内各公民館等で配布します。

申込期間：8月1日(火)~8月14日(月) 9:00~17:00

※浦和区役所高齢介護課は平日、公民館は開館日のみ受付可能です。

その他：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。

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

☎ 829-6153 FAX 829-6238

休館のお知らせ

7月28日(金)は、ワックス清掃のため終日休館となります。

※ 諸事情により、事業の中止や内容を変更する場合があります。



サークル会員募集

※開催日をご確認の上、ご来館ください。

カラオケ愛好会

歌って脳トレをしながら、生活に活力を与え、認知症を予防するには、カラオケは最高です。楽しくレッスンをしながら、本格的指導を受けられる、演歌、歌謡曲のサークルです。

活動日：木曜日（月2～3回）

活動時間：9：30～12：00

会費：1,000円/1回

対象：どなたでも

会場：南箇公民館 1階 講座室

連絡先：遊馬 090-1119-3685



南箇ワンダリング

アップダウンの少ない自然の中を楽しい仲間と一緒に散策し、心と身体の両面をリフレッシュさせましょう。興味がある方は、まずはお電話ください。

活動日：第4金曜日/毎月（雨天の場合は翌週）

活動時間：10：00～15：00頃

会費：3,000円/年

対象：介助なく歩行できる方（年齢不問）

会場：さいたま市近辺または関東近辺

連絡先：石井 048-886-5184

090-7734-3645



生涯学習相談『えらべル』

◆ 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。

■ 相談日 7月12日(水)・7月26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（☎：048-643-5651）

（FAX：048-648-1860）

「第11回さいたま子ども短歌賞」応募作品を募集します！

短歌を通して児童生徒の豊かな感受性と国語力をはぐくみ、伝統的な言語文化の継承を図るために「さいたま子ども短歌賞」を実施し、作品を募集します。

対象：小・中学生

応募方法：所定の応募票に記入して、応募先にお送りください。

応募票は、各図書館・各公民館で配布しているほか、さいたま市ホームページから応募できます。

応募期間：7月13日(木)～9月4日(月)

賞：優秀賞20首、入選80首

※入賞作品で作品集を作成します。

応募先：さいたま市教育委員会 生涯学習振興課

〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4

☎ 829-1705 FAX 829-1989

E-mail shogai-gakushu-shinko@city.saitama.lg.jp



【公民館利用申込みについて】

公共施設予約システムにて予約申込み・抽選結果確認ができます。

利用時間は5：00～24：00です。

7・8月分空き施設先着申込み	受付中 ※利用日の前日17：00まで
9月分空き施設先着申込み	7月1日(土)～ ※7月1日(土)のみ8：30～
10月分登録館抽選申込み	7月1日(土)～7月14日(金)
10月分抽選結果発表	7月15日(土)
10月分登録館優先先着申込み	7月17日(月)～7月31日(月) ※7月17日(月)のみ8：30～