

# 回覧

「公民館だより」は公民館正面玄関前にも置いてあります。

# ときわ 5月号

令和4年(2022年)

発行 さいたま市立常盤公民館 第528号  
〒330-0061 さいたま市浦和区常盤9-30-1 TEL・FAX 048-832-1841

公民館介護予防事業/高齢者学級

## 令和4年度『ときわ塾』募集要項

- 【期間】6月16日(木)～11月17日(木)(全10回)  
【会場】常盤公民館 3階 体育室  
【対象】原則として浦和区在住の65歳以上の方 40名  
【費用】無料  
【日程詳細】講師等の都合により、日程・内容が変更される場合もあります。



回	日時	内容	講師
1	6/16(木) 13:30~15:30	津軽三味線コンサート	津軽三味線演奏者 相原 史恵氏 高橋 誠楓氏
2	6/30(木) 13:30~15:30	古典文学講座①伊勢物語	聖学院大学 教授 渡邊 正人氏
3	7/14(木) 13:30~15:30	古典文学講座②源氏物語	聖学院大学 教授 渡邊 正人氏
4	7/28(木) 13:30~15:30	健康教室「感染症に負けない食生活の知恵」	健康管理士上級指導員 重田 健一氏
5	9/1(木) 13:30~15:30	時事問題解説講座①	時事総合研究所客員研究員 石井 正氏
6	9/15(木) 13:30~15:30	時事問題解説講座②	時事総合研究所客員研究員 石井 正氏
7	9/29(木) 13:30~15:30	健康教室「がんのおはなし」	三愛病院医療支援室 室長 辻 直基氏
8	10/13(木) 13:30~15:30	宇宙線と宇宙	信州大学理学部 特任教授 宗像 一起氏
9	10/27(木) 13:30~15:30	人権講座 「日本の歴史から学ぶ人権」	歴史研究家 千田 文彦氏
10	11/17(木) 13:30~15:30	講談を楽しみましょう	講談師 神田 山吹氏

【申込み】往復はがき(お一人様1通のみ有効です。)

- 受付期間 5月2日(月)～5月27日(金)(必着)  
\*申込みが定員を超えた場合は抽選とします。  
\*抽選結果は、6月8日(水)までに返送します。  
\*返信はがきには、宛先(申込者の郵便番号・住所・氏名)を必ずお書きください。
- 記載事項 ①氏名(ふりがな) ②性別 ③生年月日(6月16日時点の満年齢) ④郵便番号  
⑤住所 ⑥電話番号
- 宛先 〒330-0061 さいたま市浦和区常盤9-30-1 常盤公民館「ときわ塾」係

【問合せ】常盤公民館 電話・FAX 048-832-1841

【主催】常盤公民館、浦和区高齢介護課、いきいき長寿推進課 【協力】生涯学習総合センター

親の学習事業 子育て応援

# 親子でボッチャ& のんびりおしゃべり

6月25日(土) 14:00~16:00

I部 14:00~15:00  
親子で一緒にボッチャ体験  
【ボッチャ】  
パラリンピック公式種目

II部 15:00~16:00  
子どもは、ボッチャ体験  
親は、のんびりおしゃべり  
進行役 さいたま市親の学習ファシリテーター



- 場所 常盤公民館 3階 体育室
- ボッチャ指導 埼玉県ボッチャ協会
- 対象 5歳以上小学6年生までの子ども及び親
- 定員 10組(申込順)
- 費用 無料
- 申込み 5月17日(火)～6月14日(火) ※土・日可  
9時～17時 窓口または電話で
- 主催・問合せ 常盤公民館 電話・FAX 048-832-1841
- 持ち物 室内用の運動靴、タオル、飲み物、マスク着用  
動きやすい服装でお越しください

### 【ときわ塾申込はがきの書き方】

【返信宛名】	【返信文面】	【返信宛名】	【返信文面】
<input type="checkbox"/> 330-0061		<input type="checkbox"/> 郵便番号	① 氏名(ふりがな)
さいたま市浦和区 常盤9-30-1	この面には、 何も書かない でください	ご自分の住所	② 性別
常盤公民館		お名前	③ 生年月日(年齢)
「ときわ塾」係			④ 郵便番号
			⑤ 住所
			⑥ 電話番号

～ゆったり・ゆっくり・のびのび～

# ハンパ体操

無理なくのんびりと自分のペースで行う体操です。  
初めての方・運動が苦手な方・何か始めたいな・・・どなたでも参加できます。ぜひご参加ください。



6/7・6/14・6/21

10:00～11:30 各火曜日 **全3回**

**会場** 常盤公民館 3階 体育室

**対象** 65歳以上の方  
(原則として浦和区在住、全3回参加できる方)

**定員** 15名(抽選)

**講師** 小松 光代 氏(健康体操指導者)

**持ち物** 動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル、マスク着用

**申込み** 5月2日(月)～12日(木)の間に公民館  
窓口・電話でお申込みください。〈9:00～17:00〉

※抽選の結果は、5月18日(水)～25日(水)までに常盤公民館窓口、  
または電話でご確認ください。TEL・FAX: 048-832-1841

〈9:00～17:00〉※土日祝日可

## 5月の休館日

5月12日(木)

清掃及び保守点検のため、全日休館いたします。  
ご了承ください。



※ 新型コロナウイルス感染症の影響により、事業等の中止や内容を変更する場合があります。

常盤公民館・資料室 にある「子ども図書室」です

5月案内

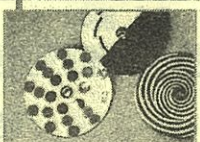
## ともだちぶんこ



7日(土) 9:30～10:00 絵本  
10:00～11:30 工作「とびだすカード」

だいきすき

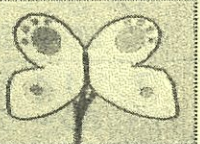
14日(土) 9:30～11:30 科学あそび「コマであそぼう！」  
紙で、CDを使って、いろいろ作ろう！  
※無料ですが公民館に申し込んでください。



21日(土) 9:30～10:00 絵本  
10:00～11:30 おりがみ「パクパクかえる」



28日(土) 9:30～10:00 絵本  
10:00～11:30 工作「パタパタ羽ばたくチョウチョ」



※未就学の子どもさんは、なるべく、大人の方とご一緒にご参加ください

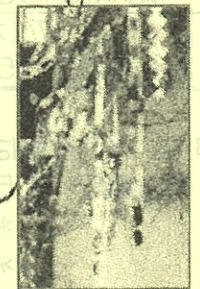
## 6月予定

4日(土) 9:30～10:00 絵本  
10:00～11:30 おりがみ「何かな？」

11日(土) 9:30～11:30 科学あそび「磁石であそぼう！」  
磁石を使ったおもちゃも作ってあそぼう！  
※無料ですが公民館に申し込んでください。



18日(土) 9:30～10:00 絵本  
10:00～11:30 七夕飾りを作ろう！  
25日(土) 9:30～11:30 七夕飾りを作って  
笹にかざろう！



工作・折り紙は時間のかかるものがありますので、お早めにおいでください

久しぶりの文庫です。しばらくのあいだ、静かに落ち着いてやりましょうね！