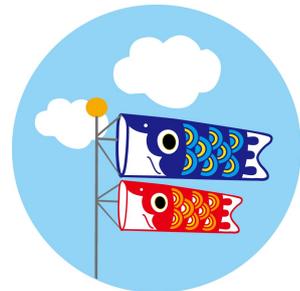


(公財)さいたま市文化振興事業団

5月

南浦和コミュニティセンターだより

〒336-0016 南区大谷場2-6-25 Tel & fax 886-5856 利用時間: 9時~21時30分



南浦和コミュニティセンター窓口が

R7年4月1日より

再開しました

利用分の使用料のお支払いは

予約した日を含め8日以内

抽選当選者は毎月14日までに



事前来館手続きが必要となります。

来館手続き(お支払い)が行われない場合は予約が自動的に取り消しとなりますのでご注意ください。



◆休館日のお知らせ◆

5月30日(金)は、定期清掃及び保守点検のため
施設のご利用はできません。

申請などの受付業務は通常通りおこないます



南浦和公民館主催講座のご案内

【やさしい椅子ヨガ教室】

椅子を補助に使い、体の硬い方やひざが痛い方、初心者でも簡単に行うことが出来る椅子ヨガ&ご家庭でも手軽に出来るセルフケアについて学びます。

- ◆日時:6月5日、12日、19日 各木曜日 全3回 14:00~15:30
- ◆講師:澁澤 典子 氏(骨盤ストレッチインストラクター、ヨガ・フェイシャルヨガインストラクター)
- ◆会場:南浦和公民館 3階 体育室 ◆対象 どなたでも
- ◆定員:20人(抽選) ◆費用:無料
- ◆持ち物:上履き、汗ふきタオル、飲み物 *動きやすい服装でお越しください。
- ◆申込み:5月8日(木)~22日(木) 南浦和公民館窓口または電話でお申込みください。(9:00~17:00 日曜日を除く)
- ◆抽選発表:5月29日(木)~ 南浦和公民館窓口または電話でご確認下さい。(9:00~17:00 日曜日を除く)
- ◆問合せ:南浦和公民館 TEL 882-6035



【元気な家族の食育講座 ~減塩調理の食事~】

献立・鶏肉のパリパリ焼き ・なめこの味噌汁 ・ごはん ・バナナヨーグルト

- ◆日時:6月6日(金) 9:30~12:00 ◆講師:南浦和地区食生活改善推進員協議会
- ◆会場:南浦和公民館 2階 講座室 ◆対象:成人の方 ◆定員:20人(申込順)
- ◆費用:500円(材料費)
- ◆持ち物:エプロン、三角巾(バンダナ)、ふきん、筆記用具、マスク(料理のため)
- ◆申込み:5月7日(水)~30日(金) 9:00~17:00 の間に南浦和公民館窓口または電話でお申込みください。
- ※材料費は30日(金)までに南浦和公民館窓口までお持ちください。(日曜日を除く9:00~17:00)
- ◆問合せ:南浦和公民館 TEL882-6035※5月30日(金)以降のキャンセルの場合は返金できません。



《親の学習事業》

【親子でプログラミング&子育ておしゃべりタイム】

「ビスケット」のアプリを使って、親子でプログラミングに挑戦し、親子で楽しい時間を過ごしましょう!タブレットは公民館で用意します。他の家庭ってどうしてるんだろう?などの疑問をおしゃべりし、他の家庭の様子を知り情報交換しましょう!

- ◆日時:6月14日(土) 10:00~12:00 ◆講師:高橋 司 氏(地域ICTクラブさくら代表)
- ◆会場:南浦和公民館 2階 講座室 ◆対象:小学1年生~3年生とその保護者
- ◆定員:10組(20人)(抽選)
- ◆費用:300円(材料費) ◆持ち物:、筆記用具、飲み物
- ◆申込み:5月12日(月)~23日(金) 9:00~17:00 の間に南浦和公民館窓口または電話でお申込みください。
- ◆抽選発表:5月29日(木)~ 南浦和公民館窓口または電話でご確認ください。
当選者は6月7日(木)までに、材料費を南浦和公民館窓口までご持参ください。
(日曜日を除く 9:00~17:00)
- ◆問合せ:南浦和公民館 TEL 882-6035

