



# 高鼻コミセンだより

2024年9月1日 発行・編集  
TEL 048-644-3360

高鼻コミュニティセンター  
FAX 048-644-3361



## 講座のご案内

講座のお申込みはこちらのQRコードから



さいたま市生涯学習情報システム  
<https://gakushu.city.saitama.jp/>



### 料理講座① 男性向け料理講座



#### 初心者向け！料理のイロハ教えます

日時：令和6年9月25日（水）10時～12時  
会場：高鼻コミュニティセンター・料理実習室  
対象：市内在住・在勤の男性の方  
定員：12人（応募多数の場合は抽選）  
参加費：2,500円  
持ち物：エプロン・三角巾・布巾2枚  
料理を入れた容器を持ち帰るための袋  
申込み：9月12日（木）までに  
さいたま市生涯学習情報システムへ

- メニュー
- ・ごはんの炊き方
  - ・基本的な計量の仕方など
  - ・煮魚
  - ・きゅうりの中華漬け
  - ・トマトの洋風筑前煮
  - ・ニラとえびのチヂミ



※メニューは変更になる場合もございます

### 健康体操 フラダンス講座



#### ハワイアンの音楽に合わせて楽しく身体を動かして健康維持を目指しましょう

日時：令和6年9月28日・10月5日・12日・19日  
（全4回・土曜日）13時30分～15時30分  
場所：高鼻コミュニティセンター・B1大会議室  
対象：市内在住・在勤の方  
定員：20人（応募多数の場合は抽選）  
参加費：2,000円  
持ち物：飲み物  
基本は裸足（靴下の場合、滑り止めがついた物）  
パウスカート（持っている方）  
※先生の方で貸出可能  
申込み：9月14日（土）までに  
さいたま市生涯学習情報システムへ

### 学生ボランティア スイーツ講座



#### 大宮スイーツ&カフェ専門学校の 学生さんよりクッキー作りを教わります

日時：令和6年10月13日（日）10時～12時  
会場：高鼻コミュニティセンター 3階 料理実習室  
対象：市内在住・在学の小学4～6年生  
定員：10人（応募多数の場合は抽選となります）  
参加費：1,000円  
申込み：9月29日（日）までに  
さいたま市生涯学習情報システムへ

\*食物アレルギーのある方は、ご注意ください

### 料理講座 大宮の名店に習う



#### 台湾茶房e-oneさんから 美味しい台湾家庭料理を 習います

＜麻油鶏麵線と台湾もち＞

日時：令和6年10月7日（月）10時～12時  
会場：高鼻コミュニティセンター 3階 料理実習室  
対象：市内在住・在勤の方  
定員：12人（応募多数の場合は抽選となります）  
参加費：2,500円  
申込み：9月23日（月）までに  
さいたま市生涯学習情報システムへ

\*食物アレルギーのある方は、ご注意ください



キッズチャレンジ！！講座が開催されました！



お仕事探検



メルヘン画を描く



夏休みのキッズチャレンジ講座に、たくさんのご応募、ご参加ありがとうございました。  
 普段見ることのできない場所のお仕事を探検したり、メルヘン画を描くでは、あすかけん先生のご指導の下、みんな頑張って作品を描き上げました。

**東大宮グループフェスタ**

開催日：令和7年2月15日（土）・16日（日）  
 ※作品展示は、2月24日（月）まで

会場：高鼻コミュニティセンター

内容：「展示の部」「体験の部」「発表の部」

申込期間：令和6年10月1日（火）～11月15日（金）  
 ※同期間中、《東大宮グループ》各館の窓口にて  
 申込書を配布しております

**応急手当講習  
 (普通救命講習1)**

日時：令和6年11月2日（土）13時～16時  
 会場：七里コミュニティセンター多目的ホール  
 費用：無料  
 定員：30人（多数の場合は抽選）  
 対象：市内在住・在勤・在学の中学生以上の方  
 指導：さいたま市消防局 救急課 普及係  
 内容：成人に対する心肺蘇生法～AEDの使い方等  
 応急手当の知識と技能を学びます。  
 ＊講習修了後は、終了証を交付します。

申込期間：9月20日（金）～10月2日（水）必着

＜申込方法＞  
 電子申請オンライン市役所さいたま（オンたま）  
 または往復はがき申込における注意事項は、  
 市ホームページ内の定期応急手当講習開催日程と  
 受付状況をご覧ください。

お問い合わせ：  
 さいたま市消防局 救急課 普及係  
 048-833-7921

QRコード  
 (オンたま) 二次元コード

**高鼻コミセンまつり《発表会》**

開催日時：令和6年10月27日（日）  
 10:00～16:00（予定）

会場：大会議室

出演：高鼻コミセンにて活動のみなさま

**高鼻コミュニティセンター**

〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-292-1 電話番号 048(644)3360

当館には駐車場がありません。ご不便をおかけしますが、徒歩・自転車・公共交通機関でご来館下さい。  
 お車の方は近隣の有料駐車場をご利用ください。

さいたま市PRキャラクター  
 つなが電「ヌウ」

