

インターネットの使い方の基礎と、スマートフォンを悪用した特殊詐欺についての講座を実施します。

- とき 7/2 (木) 14:00~15:30
- ところ 粕壁南公民館 1階 コミュニティホール
- 対象 65歳以上の方
- 定員 15名 (先着順・無料)
- 持ち物 普段お使いのスマートフォン、筆記用具
- 講師 春日部市行政デジタル改革課及びくらしの安全課職員
- 申込み 6/6 (土) から直接または電話で粕壁南公民館へ

筋肉や筋膜の衰えと腹圧の上昇が鼠径ヘルニアの原因の一つ。高齢者に多い鼠径ヘルニアについて学びます。

- とき 8/6 (木) 14:00~15:00
- ところ 粕壁南公民館 1階 コミュニティホール
- 対象 一般 定員 30名 (先着順・無料)
- 持ち物 筆記用具
- 講師 春日部中央総合病院 外科 田島 麻姫 医師
- 申込み 6/27 (土) から直接または電話で粕壁南公民館へ
講座終了後、介護保険課地域支援担当によるぞらまめ体操を行います。
みなさんふるってご参加ください。(15:40 終了予定)

社会を明るくする運動研修会

主催：粕壁地区公民館・春日部地区更生保護女性会

犯罪や事故のない社会づくりについて、地域のみなさんで学びを深めます。テーマは「春日部市（主に粕壁地区）における犯罪事案の現状と課題について」「交通安全（自転車の交通ルール等）について」の2つです。

- とき 7/2 (木) 10:00~12:00
- ところ 粕壁市民センター（中央公民館）2階 大会議室
- 対象 一般
- 定員 15人 (先着順・無料)

- 持ち物 筆記用具
- 講師 春日部警察署
- 申込み 6/2 (火) ~6/21 (日) までに直接または電話で粕壁市民センターへ

幼児家庭教育学級

親子でリズム&コンサート

親子で音楽に合わせて体を動かしましょう！また迫力ある歌声コンサートをいっしょに楽しみましょう！

- とき 7/11 (土) 10:30~11:30
- ところ 粕壁南公民館 1階 コミュニティホール
- 対象 1歳児以上の未就学児とその保護者
- 定員 20組 (先着順・無料)

- 持ち物 室内用運動靴 飲み物（水分補給）、汗拭きタオル
- 講師 声楽家 早乙女 弘枝 氏
- 申込み 6/13(土)から直接または電話で粕壁南公民館へ

子ども体験教室

乗り物の不思議を見に行こう！2

エンジンや動力の仕組みを見に行こう！整備体験やスポーツカー試乗もできるよ！

- とき 8/22 (土) 8:30 粕壁市民センター集合
13:00 ごろ帰着予定 (市中型バス利用)
- ところ 埼玉自動車大学校(伊奈町)
- 対象 小学生とその保護者
(大人1人小学生1人)
- 定員 12組 (先着順・無料)
ほかの家族同伴については要相談
- 申込み 6/27(土)から直接または電話で粕壁市民センターへ
- 協力 学校法人佐藤栄学園 埼玉自動車大学校



作って楽しい！かわいいポンポンマスコット

好きな色の毛糸で作る動物などのかわいらしいマスコット。自分だけのオリジナル作品を楽しみましょう。

- とき 8/4 (火) 10:00~12:00
- ところ 粕壁市民センター（中央公民館）2階 大会議室
- 対象 小学生（1年生から4年生は保護者同伴）
- 定員 20人 (先着順)
- 参加費 500円 (材料費)
- 持ち物 ハサミ、木工用ボンド
ゴミ袋（大きめのレジ袋）
- 講師 クロッシェカフェかぎ針編み認定講師 長谷部 美佐保 氏
- 申込み 6/13(土)から直接または電話で粕壁市民センターへ



サークルからのお知らせ

「春日部市野外活動連盟」

ハイキングやピクニックなどアウトドアを楽しむ会です。

- 活動日 毎月日曜日 1~2回
- 費用 年会費2,000円 活動ごとに300円
- 問合せ 諏訪 ☎080-1093-7717



春日部歌声広場「藍の会」元気に歌ってストレス発散

- とき 6/19 (金)、7/17 (金) 13:00~15:00(受付12:40~)
- ところ 粕壁南公民館 1階コミュニティホール
- 参加費 1回500円 講師 今村 明美 氏
- 問合せ 田口 ☎090-9852-5947

健康歌声サロン 昭和歌謡、世界の名曲、唱歌を歌いませんか？

- とき 6/18、7/9、23 (木) 13:30~15:00
- ところ 粕壁市民センター（中央公民館）2階 多機能学習室、大会議室
- 参加費 1回800円 ※初回のみ別途1,650円(歌詞本代)
- 講師 芝あい子(音楽療法士) 伴奏 大館 裕美
- 問合せ 大館 ☎048-745-4646

女声コーラス コール・ライム 体験見学・直接会場へ

- とき 6/12・26 (金) 10:00~12:00
7/3 (金) 13:00~15:00
- ところ 中央公民館 3階中会議室
- 問合せ 上野 ☎090-8089-6932

