武里

武里市民センター(武里地区公民館) 737-3033(735-3004) 武里東公民館 735-2527

第12回 防災をかんがえる日

紙で作った食器で防災カレーを食べよう!



自分で作った紙食器で

地震で食器がこわれてしまった・・・水道が止まって食器が洗えなくなってしまった・・・**そんな時!紙で食器を作ってみましょう。** 新聞紙やチラシ等を折って、その上にポリ袋をかぶせれば…食器として使えます。 また、災害時だけでなく、普段の料理をする時やキャンプの時など、いろいろな場面で活用できます。

武里地区の人口・世帯数 2 月 1 日現在(前月比) 人口 44,174(-6) 男 21,767(+2) 女 22,407(-8) 世帯数 21,887(+5)

日 時 **3**月**16**日(日) 午前11時~午後1時

一度作り方を覚えておけば、いざというときも安心です。

①備蓄品についての講演:市危機管理防災課

②紙食器(紙皿・紙コップ等)作り&防災クイズに挑戦

③備蓄食活用チャレンジ「防災カレー」を食べよう

対象 一般(未就学児は、保護者同伴) 定員 50名

申込み 2月22日(土)から武里地区公民館へ直接または電話で。

カレーを実食!

たけさとカフェ

内

容

フレイル予防で健康生活!

日々の暮らしに欠かせない健康!

楽しく体を動かして、いつまでも動ける体を作りましょう。

「フレイル」とは? 年齢に伴って、筋力や心身の活力が 低下した状態のことを言います。

日 時 4月18日(金) 午後2時~4時

講 師 全国老人クラブ連合会 認定健康づくり推進員 田中道子 氏

定 員 30名

|持ち物| タオル、飲み物(水分補給用)、動きやすい服装・靴

申込み 3月14日(金)から武里地区公民館へ直接または電話で。



パソコンの操作を学ぼう!

<u>ワード・エクセル</u>の初歩的な操作を学びます。 申込時に解決したい疑問をお知らせください。

□ 時 4月 26 日(土) 午後1時30分~4時30分(予定)

対 象 パソコンを持参可能な初心者 定員 6名

申込み 3月22日(土)から武里地区公民館に直接または電話で。



※1 参加費が書かれていない事業は参加無料です。※2 会場の記載がない場合は、武里地区公民館開催です。

子育てサロン



日 時 3月4日(火)・4月8日(火)

各回午前 10 時~11 時 30 分

対 象 0~5歳児とその保護者

問合せ こども相談課 2796-8902

共 催 春日部市民生委員·児童委員協議会 主任児童委員連絡会·こども相談課

保育士さんと一緒に親子でできる手遊び や歌を楽しめます。

身体測定や助産師さんに子育ての相談も できます。

お気軽にご参加ください。



オレンジカフェ

脳トレや簡単な作品づくりをしています

日 時 3月15日(土)·4月19日(土)

各回午前10時~11時30分

対 象 認知症予防に関心のある方

会 場 武里地区公民館

問合せ 第4地域包括支援センター

☎ 738-5764 申込不要

日 時 3月8日(土)・4月12日(土)

各回午後1時30分~3時

|対 象| 認知症予防に関心のある方 | 定 員 30名

会 場 武里東公民館

申込み 第5地域包括支援センター

☎ 734-7631 ※電話でお申込みください



保健師・栄養士による

まちかど健康相談

日 時 3月14日(金)

午前10時30分~午後0時30分

会 場 武里市民センター(武里地区公民館)2階ロビー

内容健康相談、栄養相談、血圧測定

その他 混雑時は、人数制限や時間をおいての

ご相談をお願いしています。

問合せ 春日部市保健センター **☎** 736-6778

≪学習スペース≫

小・中学生および高校生などを 対象とした学習スペースが3階 に8席あります。



☆★☆ぜひ、ご利用ください☆★☆

≪こどもの遊び場≫

小学生を対象に施設の一室を 『こどもの遊び場』として開放し ています。



市民センターに設置されている 「キオスク端末(マルチコピー機)」をご利用ください!

マイナンバーカードを活用して、住民票などの 各種証明書が取得できます。



≪交付手数料≫

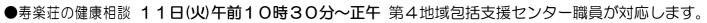
10円(令和7年3月31日まで) 100円(令和7年4月1日から

令和8年3月31日まで)

ご利用方法について、わからないことが ありましたら、職員までお声掛けください。

※メンテナンスなどにより,利用できない日があります。

【武里地区•寿楽荘】 3日(月),10日(月),17日(月),21日(金),24日(月),31(月) 【武里東】3日(月),10日(月),17日(月),20日(木),24日(月),31(月)



- ●寿楽荘の風呂 1日おきに男性・女性の日を分けています。入浴人数・時間の制限はありません。
- ●今月の公民館施設利用の抽選は、6月の1回目と、5月の2回目を受け付けます。















