

再掲



## 健康体操 90

・日時：5月11・18・25・6月1日（各月曜日）

10:00~11:30（全4回）

・会場：西浦和公民館 2階 体育室

・対象：さいたま市在住・在勤の成人の方

・定員：30名（先着順）※4回とも出席できる方 ・費用：無料

・講師：西尾 朝子 氏（介護予防運動指導員）・田部 知子 氏（介護予防運動指導員）

・持ち物：運動のできる服装でお越しください。・水分補給用飲み物・タオル・

体育室用運動靴・下足入れ

・申込み：4月13日（月）~27日（月）

窓口・電話 9:00~17:00

FAX

講座名・氏名（フリガナ）・性別・年齢・〒住所・

電話番号・緊急連絡先をご記入ください。（24時間対応）

WEB

24時間対応 ※初回は生涯学習情報システムへの登録が必要です

※お申込みはご本人またはご家族の方に限ります。

・問合せ：西浦和公民館 電話・FAX 048-862-9522



WEB 申込み



## 西浦和公民館からのお願い！

### ★部屋の利用について

活動の際には事務室にて「利用報告書」と「鍵」を受け取ってください。  
（鍵は前利用者がいないことを前提に開始 15分前からお渡しできます。）

### ★西浦和公民館登録団体の皆様へ

公民館へ届けている情報に（代表者・連絡先担当者など）変更がある場合は、新しい代表者の方が身分証明書を持参して変更届を提出してください。

再掲

## 西浦和公民館からのお知らせ



### 『会員募集一覧表』原稿を募集します！

申込書に記入の上、公民館窓口へ提出してください。

\*対象：西浦和公民館に登録している団体

\*締切り：4月24日（金）

### 『会員募集ポスター』募集します！

ポスターはA4縦で作成し、公民館窓口へ提出してください。

掲示期間は1年間です。



再掲

## 介護予防事業

## スマホをもっと楽しもう！講座



・日時：5月14・21・28日（各木曜日）

10:00~12:00（全3回）

・会場：西浦和公民館 1階 講座室 1

・対象：さいたま市在住の65歳以上の方・

スマホの基本操作ができる方でもっとスマホを活用したい方・  
3日間参加できる方

・定員：14名（先着順）

・講師：宮田 学 氏（PCインストラクター）

・費用：600円（教材費） ※5月14日（木）に集金〈お釣り不可〉

・持ち物：教材費・自分のスマホ・筆記用具・水分補給用飲み物

・申込み：4月15日（水）~27日（月）

窓口・電話 9:00~17:00

FAX

講座名・氏名（フリガナ）・〒住所・

電話番号・性別・年齢を記入（24時間対応）

※お申込みはご本人またはご家族の方に限ります。

・主催・問合せ 西浦和公民館 TEL・FAX 048-862-9522



## オレンジカフェ

## おひさまサロン



脳トレや簡単な作品づくり、ゲームをおこないます。おしゃべりだけでも歓迎です。ご家族のご参加もOKなので楽しい時間を過ごしましょう。

申込不要/途中退出OK/飲み物持参/ボランティア募集中♪

・日時：4月17日（金）14:00~15:30

・会場：西浦和公民館 1階 講座室2

・対象：高齢者・介護者・どなたでも

・定員：20名 ・費用：無料

・主催：シニアサポートセンター けやきホームズ

・問合せ：TEL 048-710-7555



## 4月の休館日のお知らせ

4月30日（木）定期清掃・施設点検のため終日休館日となります。

公民館窓口と施設予約端末は8:30~17:15までご利用いただけます。