


# 公民館

◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みは、原則として午前8時30分からです。  
 ※費用のかかる講座のキャンセルは、費用を負担していただく場合があります。  
 ※参加の際は、事前の検温、マスクの着用、飲み物の用意をお願いします。

 掲載の全公民館事業がはにほんチャレンジ対象事業

## 本庄公民館 ☎24・7383

◆薬膳茶を飲んでみよう  
 薬膳の効果と冬の過ごし方を学び、3種類の薬膳茶を試飲します。

日時 ①1月27日(金)、②2月2日(木) 午後1時30分～3時  
 ※①②のいずれかを選択。  
 講師 福本 敦子 先生(薬剤師・国際中医師)

定員 各10名(先着順)  
 費用 200円  
 用意 筆記用具  
 申込 1月12日(木)から電話ま

◆初めての手作り味噌教室  
 地場産大豆と米を使い発酵から仕込まで添加物を一切使わない味噌です(できあがり約5kg)。

## 本庄南公民館 ☎21・8785

◆仏の教え「親鸞聖人」講話  
 仏の教えから今年一年の生き方のヒントを学びましょう。

日時 1月31日(火) 午前10時～11時30分  
 講師 佐々木 義弘 先生(西広寺住職)

定員 20名(先着順)  
 費用 無料  
 用意 筆記用具  
 申込 1月16日(月)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

## 藤田公民館 ☎22・2332

◆初めての手作り味噌教室  
 地場産大豆と米を使い発酵から仕込まで添加物を一切使わない味噌です(できあがり約5kg)。

日時 2月6日(月) 午後1時～4時・7日(火) 午前10時～午後4時・8日(水) 午前8時～11時 全3回  
 講師 加藤 アサ子 先生、藤田味噌作りの会

定員 12名(先着順)  
 費用 2500円

たは直接公民館へ(土・日・休日は連絡不可)



## ◆NFLを楽しく話す会

スーパーボール直前に、NFLについて楽しく話しましょう。スーパーボールの勝敗予想も行います。  
 ※話す内容は自由です。特にテーマは決めていません。  
 ※参加者が楽しく交流することが目的です。発言しない方(聞くだけの方)も参加可。

日時 2月5日(日) 午後2時～3時30分  
 定員 10名(先着順)  
 費用 無料  
 用意 筆記用具  
 申込 1月17日(火)から電話または直接公民館へ(土・日・休日は連絡不可)

## ◆手前味噌作り教室

国産原料を使い安心安全な我が家の味噌を手作りしましょう。麹の種類を、米、麦、

## 本庄東公民館 ☎22・3404

◆手前味噌作り教室  
 国産原料を使い安心安全な我が家の味噌を手作りしましょう。麹の種類を、米、麦、

## 用意 エプロン、三角巾(バ

ンダナ)、手拭き用タオル、筆記用具、味噌用容器(10kg用)、使い捨て手袋  
 申込 1月10日(火)午後1時30分から電話または直接公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)  
 ※3日間出席できる方のみ申し込みください。



## ◆ハートフル音楽コミュニケーション

北海道での大自然奮闘記を映像と楽しいトークで紹介し、昔懐かしい童謡や唱歌を講師が歌います。参加者は心の中で歌ってください。

日時 ①1月25日(水)、②2月15日(水) 午後2時～3時30分  
 ※①②のいずれかを選択。  
 講師 松村 正 先生

定員 各15名(先着順)  
 費用 無料  
 申込 1月10日(火)午後1時30分から電話(1通話1名受付)で公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)

大豆から選び、申込時に伝えてください。(できあがり約5kg)

日時 1月26日(木) 午後1時30分～3時  
 講師 中澤 弘子 先生  
 定員 12名(先着順)  
 費用 ①米麹3975円、②麦麹3675円、③大豆麹3750円  
 ※大豆麹は上級者用です(熟成期間最低1年)

用意 エプロン、三角巾(バ  
 ンダナ)、手拭き用タオル、ビニール手袋、筆記用具、味噌容器(10kg用)  
 申込 1月13日(金)から電話または直接公民館へ(木・土・日・休日は連絡不可)

◆みんなで楽しく3B体操  
 3種類の用具を使い、楽しい音楽に合わせて無理なく楽しむ体操です。  
 日時 2月2日(木)・9日(木)・16日(木) 全3回 午後7時～8時30分  
 講師 清水 ふみ江 先生

## 本庄西公民館 ☎21・8786

◆健康エクササイズ教室  
 簡単なエクササイズを楽しみながら健康レベルを高めます。身体を調整するストレッチや筋トレを組み合わせ、一日の運動がバランス良く完結できます。  
 ※マットの上で裸足で行います。  
 日時 1月23日(月) 午後1時30分～2時30分  
 講師 柴崎 恵里 先生(アスレティックトレーナー)

## 北泉公民館 ☎22・2484

◆健康エクササイズ教室  
 簡単なエクササイズを楽しみながら健康レベルを高めます。身体を調整するストレッチや筋トレを組み合わせ、一日の運動がバランス良く完結できます。  
 ※マットの上で裸足で行います。  
 日時 1月23日(月) 午後1時30分～2時30分  
 講師 柴崎 恵里 先生(アスレティックトレーナー)

定員 10名(先着順)  
 費用 無料  
 用意 運動する服装、ヨガマット(バスタオル)、汗拭き用タオル  
 申込 1月11日(水)から電話または直接公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)

## 旭公民館 ☎22・5940

◆太極拳初心者体験教室  
 心身がリフレッシュできる太極拳のゆっくりとした動きを学びます。  
 日時 1月26日(木)・2月2日(木)

定員 10名(先着順)  
 ※女性のみ申込可。

用意 室内用運動靴、運動する服装、ヨガマット(バスタオル)、汗拭き用タオル  
 ※用具は講師が準備します。  
 申込 1月12日(木)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

◆桜のミニ盆栽教室  
 桜の盆栽を育て、家の中で外より早い桜のお花見を楽しみましょう。  
 日時 2月13日(月) 午前10時～11時  
 講師 岩崎 栄司 先生

定員 10名(先着順)  
 費用 2000円  
 用意 ゴム手袋、持ち帰り用のダンボール箱  
 申込 1月13日(金)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)



(木) 全2回 午前10時30分～正午  
 講師 渡辺 竹 先生  
 定員 7名(先着順)  
 費用 無料  
 用意 底が柔らかい靴(スニーカー不可)、運動する服装、汗拭き用タオル  
 申込 1月12日(木)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)



## 児玉中央公民館(セルデイ) ☎72・8851

◆すすきのほろり作り教室  
 軽くて使いやすい、すすきのほろりを作ってみませんか。  
 日時 1月23日(月) 午後1時30分～4時  
 講師 片桐 正富 先生

定員 15名(先着順)  
 費用 500円(材料代)  
 用意 はさみ、ラジオペンチ(ペンチ)  
 申込 1月12日(木)から電話または直接公民館へ

### ー今月の納税納付ー

納期限 **1月31日(火)**  
 ・市県民税 4期 ・国民健康保険税 7期  
 ・介護保険料 7期 ・後期高齢者医療保険料 7期  
 納め忘れをなくするため、便利な口座振替をぜひご利用ください。

### ー市税夜間・休日収納窓口のお知らせー

○夜間収納窓口  
 日時 1月5日(木)、2月6日(月) 午後5時15分～7時  
 場所 収納課(市役所1階) ☎25-1120  
 支所市民福祉課市民税務係(アスピアこだま1階) ☎72-1333  
 ○休日収納窓口  
 日時 1月29日(日) 午前8時30分～午後5時15分  
 場所 収納課(市役所1階) ☎25-1120

パート・内職さん募集中  
**(株)マルエム POP 本庄工場**  
 ◆お菓子や生活用品などの簡単な袋詰めやシール貼り・ピッキング・検品など  
 ◆9:00～17:00/週3日～  
 埼玉県本庄市児玉町吉田林 146-1  
**TEL: 0495-71-9905**

最高峰のシロアリ対策  
**安心・安全 ポロンdeガード**  
 ホウ酸劣化対策責任施工  
 数々の公的機関の賞を受賞  
 GOOD DESIGN AWARD 2018 JAPAN WOOD DESIGN AWARD 2018 KIDS DESIGN AWARD 2018 EcoPro Awards  
**0120-776-690**  
**大和装建**  
 埼玉県本庄市本庄3-4-2(本庄市役所から50m) <https://daiwasoken.jp/>