

## フライングディスク教室 を開催します!



昨年度の体験会やスポレクフェスタ2022でも好評だったフライングディスク教室を開催します。未経験者や初級者大歓迎の教室です。競技ごとでも、両方でも申し込めますので、お気軽にご参加ください。

**日時** 3月18日(土)  
 ①ディスクゴルフ教室 午前9時～正午  
 ②アルティメット教室 午後1時～4時  
**会場** 若泉運動公園多目的グラウンド  
**講師** 埼玉県フライングディスク協会スタッフ  
**対象** どなたでも  
**内容** 基礎練習、ルール講座、ゲーム形式の練習など

**定員** 各20名(先着順)  
**費用** 100円  
 ※①②両方への参加でも100円。  
**用意** 運動靴、運動できる服装、飲み物など  
**申込** 2月8日(水)から3月10日(金)までに電話またはメールで下記へ  
 ※メールの場合は、教室参加希望の旨と、参加する方の『①氏名②住所③年齢④連絡先』を記載してください。  
 ★スポーツ推進課 ☎25-1152・  
 ✉sports@city.honjo.lg.jp



## 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ぼんチャレンジ対象事業

**仁手公民館 ☎22・3538**  
**◆楽しい・おもしろい3B体操体験教室**  
 初心者にもおもしろく、楽しく学べる3B体操体験教室です。  
**日時** 3月13日(月)・20日(月)・27日(月) 全3回 午後1時30分～3時  
**講師** 飯島 春枝 先生(日本3B体操協会公認指導員)  
**定員** 10名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 運動する服装、汗拭きタオル、室内用運動靴



※用具は講師が用意します。  
**申込** 2月13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)

**本庄公民館 ☎24・7383**

**◆パッチワーク教室**  
 プリントメッシュでこれからの季節にぴったりのトートバッグを作ります。  
 ※公民館に見本があります。  
**日時** 2月22日から3月15日までの毎週水曜日 全4回 午前9時30分～正午  
**講師** 湯本 晴枝 先生  
**定員** 10名(先着順)  
**費用** 2500円  
**用意** 裁縫道具  
**申込** 2月7日(火)から電話または直接公民館へ(土・日・休日は連絡不可)



**本庄西公民館 ☎21・8786**

**◆初心者太極拳教室**  
 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** 2月22日(水)・3月1日(水)・8日(水) 全3回 午後2時～3時30分  
**講師** 栗田 美恵子 先生  
**定員** 10名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 底が低い上履き、運動する服装、汗拭きタオル  
**申込** 2月10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)

**◆リンパマッサージ教室**  
 自分好みのアロマでクリームを作り、血行促進方法を学びます。足のつり等を効果的に解消します。  
**日時** 2月27日(月) 午前10時～11時30分  
**講師** 谷川 千江美 先生  
**定員** 10名(先着順)  
**費用** 500円  
**用意** 汗拭きタオル、膝下が出る服装、ヨガマット(バスタオル)  
**申込** 2月13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)

**本庄南公民館 ☎21・8785**

**◆本庄の歴史講座**  
 身近な郷土の歴史を知り、興味や関心を広げましょう。  
**日時** 2月24日(金)・28日(火)・3月3日(金) 全3回 午後1時30分～3時  
**講師** 柴崎 起三雄 先生  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 筆記用具  
**申込** 2月13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)

**◆自彊術入門教室**  
 自然治癒力を高める運動療法である自彊術を体験しましょう。  
**日時** 3月6日(月)・13日(月) 全2回 午後3時～4時30分  
**講師** 堀口 緑 先生  
**定員** 12名(先着順)  
**費用** 100円(資料代)  
**用意** 運動する服装、5本指靴下、ヨガマット(バスタオル)  
**申込** 2月20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)

**旭公民館 ☎22・5940**

**◆骨盤調整ストレッチ教室**  
 身体の要となつている骨盤を調整して、慢性腰痛の予防や改善に効果のある体操を体験します。  
**日時** 2月21日(火)・28日(火)・3月7日(火) 全3回 午前10時～11時30分  
**講師** 染谷 信子 先生  
**定員** 12名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 汗拭きタオル、ヨガマット(バスタオル)  
**申込** 2月13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)

**◆ゼロから始めるフランス語会話**  
 アルファベットの読み方、つづりと発音の仕組み、文法の初歩を学び、あいさつ、自己紹介、ミニ会話等を行います。フランス人の生活や社会文化にも触れていきます。  
**日時** 3月2日から30日までの毎週木曜日 全5回 午後1時30分～3時  
**講師** 鈴木 智子 先生



**◆ピーターラビット「のねずみチウチウおくさんのおはなし」を英文で読む会**  
 多くの人々に親しまれているお話を英文表現で楽しみ、作者の生き方や時代背景等も学びます。  
**日時** 3月2日(木)・9日(木)・16日(木) 全3回 午前10時～11時30分  
**講師** 橋元 美恵 先生  
**定員** 8名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 辞書(お持ちの方)、筆記用具  
**申込** 2月16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)

**◆ゼロから始めるフランス語会話**  
 アルファベットの読み方、つづりと発音の仕組み、文法の初歩を学び、あいさつ、自己紹介、ミニ会話等を行います。フランス人の生活や社会文化にも触れていきます。  
**日時** 3月2日から30日までの毎週木曜日 全5回 午後1時30分～3時  
**講師** 鈴木 智子 先生

### — 今月の納税納付 —

**納期限 2月28日(火)**

- 固定資産税 4期
- 国民健康保険税 8期
- 下水道負担金 4期
- 介護保険料 8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。

### — 市税夜間・休日収納窓口のお知らせ —

**○夜間収納窓口**  
**日時** 2月6日(月)、3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(アスパアこだま1階) ☎72-1333

**○休日収納窓口**  
**日時** 2月26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/>