

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、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

◆健康講座「春ならではの体の変化を知ろう」
 中医学（中国の伝統医学）を学び、免疫力を上げて、ウイルスにかかりにくい生活を送りたい。

日時 ①3月22日(月)、②25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 各回8名(先着順)
 費用 無料
 用意 筆記用具

本庄西公民館 ☎21-8786

◆女性学級会員募集「新しい仲間と学びの時間を」
 開講式 4月19日(月) 午前9時45分

記念講演 午前10時～11時30分
 ※講師である松村正先生自身の北海道での大自然生活を自作映像でリアルに紹介するほか、懐かしい童謡曲などの弾き語りでもらえる90分です。

内容 一般講座(おおむね2か月に1回程度の開催)
 費用 無料
 ※内容により実費負担あり。

定員 25名(先着順)
 申込 本庄西公民館にある申込書に記入し3月12日(金)から30日(火)までに直接公民館長へ(水・土・日休日は連絡不可)
 ※電話での申込やポストへの投函は不可。

本庄南公民館 ☎21-8785

◆おとなの社会見学教室
 市内の消防署を見学して、防災意識を高めましょう。本

申込 3月8日(月)から電話又は直接公民館へ(土・日・休日は連絡不可)



本庄東公民館 ☎22-3404

◆香りdeリンパマッサージ教室
 自分好みの5種類のアロマでクリームを作り、リンパと血行促進方法を学びます。足のつりやむくみを効果的に解消します。

日時 3月24日(水) 午後1時30分～3時
 講師 谷川 千江美 先生
 定員 12名(先着順)
 費用 500円
 用意 汗拭き用タオル、膝下が出せる服装、ヨガマット(バスタオル)

申込 3月12日(金)から電話又は直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)



庄南公民館から徒歩で行きます。
 日時 4月6日(火) 午前9時30分～11時30分
 ※小雨決行。

講師 新井 宏昌 先生
 定員 20名(先着順)
 費用 200円
 用意 歩きやすい服装、雨具
 申込 3月8日(月)から電話又は直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)



仁手公民館 ☎22-3538

◆いきいきリズム&ストレッチ体操教室
 中高年者のためのゆるやかなストレッチ、筋トレ、リズム体操を行います。

日時 4月2日から23日まで 毎週金曜日 全4回 午後1時30分～3時
 講師 関根 葉子 先生(JFA公認インストラクター)

交通安全ニュース マナーを守って自転車に乗りましょう

- ▷自転車は左側通行
 右側通行すると、左側通行をしている他の車両と正面衝突する危険性が高くなります。
- ▷自転車は車道が原則
 自転車は車両と同じです。歩道と車道の区別のある道路では、車道を通行しましょう。ただし、道路標識で指定された場合や、13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者等は歩道を通行できます。その場合は、すぐに止まれる速度で走らなければなりません。



※本庄市は11月末時点 人口1千人当たりの人身交通事故発生件数3.2件で県内ワースト1位。
 ★危機管理課 ☎25-1184

老人福祉センターつきみ荘の休館日 ☎22-3696

3月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月) 4月5日(月)

余熱利用施設湯かっこの休館日 ☎22-8126

3月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月) 4月5日(月)

ボートレース戸田(埼玉県都市競艇組合主催)開催日程

3月16日(火)～21日(日)
 ※本庄市は埼玉県都市競艇組合の配分金をさまざまな事業に活用しています。

— 今月の納税納付【納期限：3月31日(水)】 —

- ・市県民税 随時
- ・国民健康保険税 随時
- ・介護保険料 随時
- ・後期高齢者医療保険料 随時

— 市税夜間・休日収納窓口のお知らせ —

日時 3月5日(金)・4月5日(月) 午後5時15分～7時
 3月28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
 支所市民福祉課市民税務係(アスパアこだま内) ☎72-1333

藤田公民館 ☎22-2332

◆歩いて発見健康づくり～ミステリーウォーキング～
 史跡の再発見で脳も体も活性化するウォーキングです。コースは当日発表します。

日時 3月18日(木)・25日(木) 全2回 午前8時30分～正午
 ※小雨決行。一回のみの参加もできます。

集合場所

3月18日(木) アスパアこだま第二駐車場
 3月25日(木) シルクドーム駐車場
 講師 新井 光夫 先生、町田 喜久雄 先生
 定員 20名(先着順)
 費用 各回150円(保険代込・拝観料は別)
 用意 歩きやすい服装、運動靴、帽子、雨具

◆ハートフル音楽コミュニケーション～密を避けて、心は密に～

北海道での大自然奮闘記の映像美を楽しいトークで紹介するほか、昔懐かしい童謡や唱歌を講師が歌います。参加のみなさんは心の中で歌いましょう。
 日時 ①4月6日(火) 午前10時～11時30分、②22日(木) 午後1時30分～3時
 ※①②のいずれかを選択。
 講師 松村 正 先生
 定員 各回15名(先着順)
 申込 3月11日(木)から電話又は直接公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)



弥生 やよい の和菓子

- さくら餅(こしあん)
- 草餅(つぶあん)
- 四色おはぎ(つぶ、こし、きなこ、ごま)

3/17(水), 18(木), 19(金), 20(土)限り
 ◎初彼岸用のお菓子のご注文も承っております。
 せきね
 TEL: 0495-22-2315
 定休日: 水曜日(3/17(水)は営業します)

必要な対策を、手軽にレンタル

【セミナーに】 【イベントに】 【試験会場に】
※表面温度分布を測定する機器です。体温計等の医療機器ではありません。

ライブネットのサーマルカメラ
レンタル 始めました

お問い合わせ ☎0495-27-2277
 営業時間 9:00～18:00
 ライブネット株式会社 〒367-0044 本庄市見福 2-8-11 ライブネットビル3F

しみじゆく 企業のICT活用のプロが運営する学習塾が、通塾+在宅を最適化。

ニューノーマル 塾の新しい普通 を始めました。

タブレット学習、遠隔ウェブ授業化、映像教材頼み etc. コロナ禍を理由に中途半端なICT活用が横行しています。そこで「いい感じに」デジタルとアナログを融合させたら、家でも通塾に負けない学習効果と、ICTx人のチカラ 塾では個人指導の新たなカタチ。

銀座2-9-8(北口駅前通り沿い) ☎71-4148

しののめ信用金庫

本庄支店 本庄市駅南 1-13-10 TEL: 0495-21-2222