

明るく・楽しく・学びあう 12月号 令和7年12月1日発行

南箇公民館だより



さいたま市浦和区領家3-15-10 ☎・FAX 048-882-1721

歴史講座 戦国の英傑たち その虚像と実像

戦国時代を統一へ導いた英傑たち、その虚像と実像とは。

「豊臣兄弟！」の豊臣秀長は、いかに兄秀吉を支えたかにも迫ります。

回	日 時	内 容
1	1月14日(水)	10:00 織田信長、その虚像と実像
2	1月21日(水)	
3	1月28日(水)	12:00 豊臣秀吉、その虚像と実像

会 場：南箇公民館 2階 体育室

対 象：どなたでも

定 員：63人（申込み人数が定員を超えた場合は抽選となります。）

費 用：無料

講 師：大江戸歴史散策研究会 主宰 瓜生 和徳 氏

持ち物：筆記用具

申込み：12月16日(火)～25日(木)

WEB 申込み→



公民館窓口・電話<9:00～17:00>またはWEB<24時間受付>

抽選結果：1月6日(火)～11日(日) 9:00～17:00

窓口・電話でお申込みの方・・窓口または電話でご確認ください。

WEBでお申込みの方・・メールでお知らせします。

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

うらわ学園作品展 in 南箇

社会福祉法人うらわ学園の利用者の皆さん、余暇活動の中で制作した作品を展示します。

ぜひ、ご覧ください！



日 時：12月2日(火)～12月21日(日)

9:00～17:00

会 場：南箇公民館 1階 ロビー

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

さいたま市 ますます元気教室(3コース目)

筋力アップの効果が期待できるいきいき百歳体操や、口腔ケア、栄養改善、認知症予防などを学びます。

いつまでも元気で過ごせる身体を作りましょう。

日 時：1月16日・23日・30日・2月13日・20日・27日の
金曜日（全6回）13:30～15:30

会 場：南箇公民館 1階 講座室

対 象：市内在住の65歳以上の方

定 員：15人（定員を超えた場合は抽選）

費 用：無 料

申込方法：募集案内にある申込書に必要事項を記入し、公民館または浦和区役所高齢介護課窓口に提出してください。来所が難しい場合は、浦和区役所高齢介護課へ郵送してください。募集案内は浦和区役所高齢介護課、区内各公民館等で配布します。

申込期間：12月1日(月)～15日(月) 9:00～17:00

※浦和区役所高齢介護課は平日、公民館は開館日のみ受付可能です。

そ の 他：申込者全員に受講の可否について、郵送でお知らせします。

問 合 せ：浦和区役所 高齢介護課 介護保険係

〒330-9586 さいたま市浦和区常盤 6-4-4

☎ 048-829-6153 FAX 048-829-6238



サークル会員募集

スポーツウェルネス ナンガ S W 吹矢

「あなたは深呼吸をしていますか。」
スポーツウェルネス吹矢呼吸法で、横隔膜を大きく動かす深呼吸を身につけましょう。

活動日：火曜日または水曜日
活動時間：13:00～15:00または
18:00～21:00

会費：500円／月
対象：どなたでも
会場：南箇公民館 2階 体育室
連絡先：鈴木 090-5820-6862



南箇子育てサロン

乳幼児と保護者の方の交流の場です。
ボランティアのみなさんによる絵本の読み聞かせや手遊びの時間
もあります。
お気軽にご参加ください！

日 時：1月20日（火） 10:00～11:30

会 場：南箇公民館 2階 体育室

対 象：0歳から3歳までのお子さんと保護者

定 員：20組（申込順） 費 用：無料

持ち物：室内履き（必要な方）

申込み：12月20日（土）～の9:00～17:00

公民館窓口または電話でお申込みください。

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721



申込み不要

外国人のための日本語教室

外国人の方にやさしい日本語を教えています。外国と日本の生活文化の相互理解を深める場です。

日 時：毎週火曜日 10:00～12:00

※12月30日（火）はお休みです。

毎週水曜日 18:30～20:00

※ボランティアによる夜間コース

※12月31日（水）はお休みです。

会 場：南箇公民館 1階 講座室

対 象：市内在住の外国人の方

費 用：無料

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

※ボランティア募集中！国際交流に興味のある方お待ちしております。



※諸事情により、事業の中止や内容の変更をする場合があります。

申込み不要

コスモス文庫

クリスマスの本を揃えています！楽しいクリスマスになるといいで
すね。

12月は、素敵なプレゼントがあります。
ぜひ来てください♪

日 時：12月3日（水）・10日（水）・17日（水）
15:30～17:00

※12月24日（水）・31日（水）はお休みです。

会 場：南箇公民館 1階 講座室

内 容：本の貸し出し

対 象：幼児と保護者・小学生 費 用：無料

問合せ：南箇公民館 ☎・FAX 048-882-1721

※ボランティア募集中！本や子どもに興味のある方お待ちしています。



休館日のお知らせ

＜12月の休館日＞12月8日（月）・18日（木）・27日（土）は、
特別清掃・ワックス清掃・年末特別点検のため終日休館
となります。

＜年末年始休館日＞12月29日（月）～1月3日（土）
佳き新年をお迎えください。

