



# 広瀬公民館だより

★ 手洗い、うがい、睡眠で風邪もインフルエンザも撲滅！

平成27年  
2月号

(平成27年2月10日発行)

狭山市立広瀬公民館 〒350-1320 狭山市広瀬東3-34-1 (「つつじ野団地東」バス停徒歩1分)  
TEL&FAX:04-2953-6500 休館日:祝祭日&第3月曜日(2月は11日と16日が休館です。)  
ホームページURL:http://sayama-kominkan.net/hirose/ 電子メールアドレス:hiro-kom@biscuit.ocn.ne.jp  
※広瀬公民館には「市民サービスコーナー(TEL:04-2953-5746)」が併設されています。土・日・祝祭日はお休みです。



たのしく学んで、もっと輝く女性になる

## ひろせ女性講座 3/7、3/14、3/28…全て土曜日

参加無料。1回又は2回の参加も可。2歳～未就学児の保育サービスあり。

回	日時	タイトル	講座内容	持ち物	講師
1	3月7日(土) 14時～16時	筆ペン美人になる <b>筆ペン講座</b>	慶弔や季節の節目で使うことの多い筆ペン。書くのが楽しくなる基本、人前での記帳も自信をもって書けるようになるコツを習得します。	ふだんお使いの筆ペン	書道講師 田中桃香さん
2	3月14日(土) 15時～17時	からだにやさしい <b>ヨガ体験講座</b>	深い呼吸に合わせてゆっくり身体を動かしながら、ヨガの優しいリラクゼーション効果を体験します。動きやすい服装でご参加ください。	ヨガマット 又は 大きめの バスタオル	ヨガ・ピラティス 講師 豊田純子さん
3	3月28日(土) 14時～16時	自分の心を愛して <b>自尊心を育む 女性の幸せ講座</b>	幸せに生きるキーワードは自尊心。健全な自己愛を育みながら、より無理なく幸せに生きることが出来るワークを楽しむ講座です。	筆記用具	カウンセリング ルーム 心愛(ここあ) 野口房子さん



★参加資格…女性 ★定員…各回15名程度(先着順) ★2歳～未就学児の無料保育あり(6名まで)  
★お申込は…2月17日(火)8時30分から受付(来館又は☎2953-6500)



人はよく「埼玉は、狭山は大丈夫」と言うけれど…備えあれば憂いなし!安心して暮らせるまちにするために、そして自分と大切な人のいのちを守れる存在になるために。

## 防災セミナー 3/13(金)、3/24(火)の2回

参加無料。いずれか一方の参加も可。2歳～未就学児の保育サービスあり。

回	日時	テーマと内容	講師・協力機関
1	3月13日(金) 14時～16時	あなたはこのセミナーで巨大地震の現実を知る! <b>巨大地震に立ち向かう</b> 首都直下地震や南海トラフ地震など巨大地震の切迫性が指摘される中、地域防災力の強化が喫緊の課題です。講座では、まず地域でどのような被害が想定されるのかを知ることはじめ、「個の防災力を高める」「地域の防災力を高める」の2つの観点から地域防災力を強化するための対策について学びます。 筆記用具をもってご参加ください。	工学院人学 建築学部まちづくり学科 准教授 村上 正浩 氏 
2	3月24日(火) 13時～17時	あなたは大切な人の命を救うことができますか? <b>いざという時に役立つ人命救助法</b> 今年度、広瀬公民館では職員研修で全員がこの講習を受講しました。「正しい知識を学んで安心した」「いざという時に役に立てる自信がついた」と好評でした。 動きやすい服装でご参加ください。受講された方には埼玉西部消防組合から「修了証」が発行されます。	埼玉西部消防組合 狭山消防署広瀬分署の 職員のみなさん 

★参加資格…どなたでも可 ★定員…各回30名程度(先着順) ★2歳～未就学児の無料保育あり(6名まで)  
★お申込は…2月18日(水)8時30分から受付(来館又は☎2953-6500)

## ◆手打ちうどん講座 3月15日(日) 9時30分～13時

広瀬男性料理サークルの皆さんの協力で実施する恒例・好評の講座です。サークルの皆さんが打ったうどんを試食し、ご自分が打ったうどん約5人前をお持ち帰りいただきます。(お二人参加でも同量。)



- 日 時…3月15日(日) 9時30分～13時
- 持参物…エプロン、三角巾、ハンドタオル、うどん持ち帰り用蓋付き容器  
※その他、10kgのビニール米袋がある方は持参していただけると助かります。
- 定員…14名(お二人一組も可・お子さんは小4以上で保護者と一緒に)
- 参加費用…材料費及び試食代500円(お二人の場合はプラス200円)

★申込受付 2月19日(木) 9時から公民館に参加費をもって申込み(9時で定員超の場合は抽選)

## ◆初心者パソコン教室 受講生募集



### 狭山パソコン支援の会による4月開講の通年教室

広瀬公民館と共催で、パソコンの基礎から「ゆっくり」、「確かに」を基本に学習を進めるパソコンの初心者教室です。初回は4月17日(金)です。

- 対象…これからパソコンを覚えたい方、初心者の方
- 期間…平成27年4月～平成28年2月
- 回数…全27回
- 学習日…金曜日(月2～3回)
- 学習時間…13時30分～15時45分
- 募集人員…16名(先着順)
- 学習内容…ワード、エクセル、インターネットなど
- 募集条件…ノートパソコンを持参できる方
- 受講料…全27回分20,000円(テキスト代別)

★申込受付 2月16日(月)から ☎2959-4892(狭山パソコン支援の会・井口)

## ◆主にご高齢者様向けの自由参加ルーム (無料! 申込不要)

実施事業(事業名称と内容等)	日時	共催のご協力
<b>青空の会さんによる…ひろせ青空サロン</b> 楽しいおしゃべりやゲーム、合唱、心と体と頭の体操等々による、心・体・頭の元気アップルームです。健康寿命を伸ばしましょう。	2月18日(水) 3月4日(水)&18日(水) すべて13時30分～15時 <第1&第3水曜日>	青空の会 の皆さん
<b>行政書士さんによる…ひろせ生活よろず相談室</b> 遺言、相続、成年後見、その他の日常生活に関する悩みを解消するための相談室で、親切と好評です。ご相談の秘密は厳守されます。	2月25日(水) 10時～11時30分 <毎月第4水曜日>	行政書士 齋藤有弘さん 北川暉基さん

### 絵画 ロビー展

### つつじ野イーゼル会展 開催期間 2月21日(土)～3月3日(火)

設立31年目を迎える絵画サークルの、油絵、水彩画、版画等の多彩な作品展です。

●問い合わせ…つつじ野イーゼル会・上田侑嗣さん ☎2959-5857



### 会員募集

初心者の方も大歓迎…気軽に見学体験を!

### 茶道裏千家サークル なごみ会

お抹茶と季節感のあるお菓子を頂きながら、和気あいあいと楽しく作法を学んでいます。市民文化祭ではお茶席で参加し、小学校の茶道体験授業や公民館の子ども講座への協力等で地域貢献のお手伝いもしています。

- 活動日…月2回 第1&第3火曜日 9時30分～12時30分
- 費用…入会金1,000円、月会費2,300円
- 問合せ…清水愛子さん ☎2954-5064



### 会員募集

将棋サークル

### 狭山と金クラブ

将棋の棋力向上と会員の親睦を深めることを目的に活動しています。まずは気軽にお電話ください。見学大歓迎です。

- 活動日…毎週日曜日 13時～17時
- 費用…入会金なし、月会費200円
- 問合せ…井崎征治さん ☎2953-0109



### From ひろせ こうみんかん (広瀬公民館 インフォメーション)

★利用者懇談会は3月27日(金)14時～16時または3月28日(土)10時～12時のいずれかにご出席ください。各サークルや団体さんの連絡用レターケースには既にご案内をお入れしていますが、代表の方には全員ご出席いただきたいので、2回開催します。両日とも同じ内容なので、どちらか一方にご出席ください。代表者の出席が無理な場合は、代理の方のご出席をお願いします。

★登録サークルや団体さんは、来館時に必ず連絡用レターケースをご確認ください。

★ひろせ寿大学の2月の講座は19日(木)の13時30分からです。

※公民館だよりに掲載の個人の連絡先電話番号については目的外的利用は控えください。

広瀬公民館だより 平成27年2月号