

# ふじの里

発行：幸松地区公民館 春日部市牛島 667-1 (☎ 752-6065)  
 幸松第二公民館 春日部市小淵 73-1 (☎ 761-5510)

幸松地区の人口・世帯数  
 人口 22,069 (+10)  
 男 11,071 (-5)  
 女 10,998 (+15)  
 世帯数 9,801 (+17)  
 【1月1日現在 ( )は前月比】



幼児家庭教育学級

## 子どもがよろこぶ！栄養満点ご飯

3/11(水)

託児有

10:30~12:30



離乳食期から食べられる優しい甘みとシンプルな材料の手作りメニュー。  
 手軽に作れて、好き嫌いがあっても食べやすい料理を作ります！  
 作った料理はその場でお子さんと一緒に試食ができます♪

- 会場 幸松地区公民館 実習室
- 定員 未就学児の保護者12名
- 持ち物 エプロン・ふきん2枚(手拭き・皿拭き用)・筆記用具
- 参加費 1,000円
- 講師 調理師 助産院ごはん作り担当 ikura氏
- 申込み 2/5(水)9時から3/4(水)17時まで、幸松地区公民館窓口へ参加費を添えて申込み(先着順)
- メニュー 米粉の簡単カップケーキ・人参とカボチャの豆乳ポタージュ
- その他 調理中は託児が有ります。ご希望の方は申込と合わせてお伝えください。

## 膝の動きを中心にした測定会 & 体力低下予防ストレッチ講演会

## 移動プラネタリウム

公民館にプラネタリウムがやってくる！  
 真っ暗にならないので、暗いところが苦手なお子さん  
 がいっしょに楽しめる方にもおすすめです♪

前半

膝の曲げ伸ばし、  
歩行などを測定



後半

測定結果説明  
ストレッチ解説



3/4(水) 10:00~12:00

3/19(木)

膝の筋力、曲げ伸ばし、歩き方など膝についての測定会です。後半は測定結果の説明や体力低下予防のストレッチ、靴の選び方などの講演会です。

①10:00~10:30 ②10:40~11:10  
 ③11:20~11:50 ④12:00~12:30

- 会場 幸松地区公民館 講堂
- 定員 おおむね60才以上の方 20名
- 持ち物 動きやすい服装・普段よく履いている靴
- 参加費 無料
- 講師 埼玉県立大学 小栢進也准教授
- 申込み 2/12(水)9時から幸松地区公民館へ直接または電話(752-6065)で申込み(先着順)

- 内容 プラネタリウム上映と解説
- 会場 幸松地区公民館 プレイルーム
- 対象 ①③一般 ②④子ども連れ
- 定員 各10名
- 参加費 無料
- 解説 星と宇宙のミニ博物館 青星
- 申込み 2/20(木)9時から幸松地区公民館へ直接または電話(752-6065)で申込み(先着順)



# 子育てサロン

(第3水曜日)

子育てサロンは、小さなお子さんとその保護者の  
方々が、簡単な遊びをしながら交流できる場です。  
初参加の方も大歓迎ですので、気軽に遊びにきて  
くださいね。

日時：2/19(水)・3/18(水)・4/15(水)  
10:00～11:30(入退場自由)

会場：幸松地区公民館 講堂  
対象：未就学児とその保護者  
協力：幸松地区民生委員・児童委員協議会  
内容：2月 作って食べよう! さくらもち  
3月 楽しくお茶会

毎月 申込不要  
無料 開催

3月は家庭児童相談員も来ます。子どもの発達や  
性格など気になることにもお答えします。

## 第20回春日部市16公民館合同フェスティバル

本フェスティバルは、市内公民館利用サークルの学  
習成果発表の場を提供するとともに、サークルの相互  
交流の機会を設けることで、市民の学習・交流事業を  
一層推進することを目的に開催されます。  
※要申込のプログラムもあります。詳細は、各公民館  
等で配布されるプログラムをご覧ください。

2月29日(土)・3月1日(日)  
3月7日(土)・3月8日(日)

会場 中央公民館  
【ステージ部門】音楽系・ダンス系サークルの発表、  
八木崎小・春日部中・豊野中のアトラクション、  
あえか Special Live など  
【体験部門】サークル体験、「人と人をつなぐ公民  
館事業の実際」  
【展示部門】絵画、工芸などの作品展示



## 腰痛持ちのための

### ストレッチ&ウォーキング

日時 2月29日(土) 10:00～12:00  
会場 中央公民館 大会議室  
定員 成人 20名  
持ち物 下に敷く用のヨガマット又はバスタオル  
動きやすい服装・水分補給用の飲み物  
参加費 無料  
講師 すっきり整骨院 高橋 洸氏  
申込み 2/22(土)までに下記問合せ先へ  
直接または電話で申込み(先着順)

会場・問合せ：中央公民館 (☎752-3080)

# スポーツ広場

(第2土曜日、第1・3日曜日)

寒い時期こそスポーツを! 皆さんで卓球やバ  
ドミントンはいかがですか。ぜひお誘い合わせ  
てお越しください!\*

会場：幸松地区公民館 体育室

※会場は皆さまで譲り合ってください。

持ち物：うわばき

2/8(土) 3/14(土) 4/11(土)	卓球 8:30～12:30	
2/2・16(日) 3/1・15(日) 4/5・19(日)	バドミントン 8:30～10:00	卓球 10:00～12:30

## 第40回盆栽作品展

2月15日(土)・2月16日(日)  
9:00～17:00(16日は16:00まで)

内容 盆栽・水石の展示会  
会場 幸松地区公民館 ロビー  
連絡 一樹会 岡部(752-4544)

## 認知症予防 ふまねっと運動

注意力・集中力・記憶力を鍛え脳のトレーニング  
効果のある運動をします

日時 毎月 第2水曜日 14:30～15:30  
会場 幸松地区公民館  
対象 50代～シニア  
持ち物 飲み物  
講師 社会福祉法人孝楽会 岡庭純子氏  
その他 参加無料・申込不要  
連絡 つながるサポート 渡邊(050-7130-7220)

社会教育課生涯学習推進担当主催

## 生涯学習市民塾(後期)

### 楽しい大正琴

日時 3月11日・25日(水)  
9:30～11:30 <<全2回>>  
会場 幸松地区公民館 会議室A  
定員 10名(20歳以上)  
持ち物 筆記用具・大正琴(お持ちの方)  
※大正琴無料貸出可能  
参加費 100円(資料代)  
講師 琴生流師範 舟波園江氏  
申込み 2/7(金)から下記問合せ先へ直接ま  
たは電話で申込み(先着順)

問合せ：視聴覚センター (☎763-2425)