

# 『育パパ講座』参加者大募集

普段、お子さんと遊んでいるパパも、普段、忙しくてなかなか遊べないパパも、  
お子さんと一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか？



- 【日 時】①2月7日(土) ②2月21日(土) 全2回 午後1時30分～3時  
 【対 象】3歳以上の未就学児とその父親(母親や家族の参加もOK)  
 【会 場】南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール 【参加費】 無料  
 【内 容】①「おもちゃインストラクターと作ってあそぼう」  
 ②「笑顔を育む親子時間 ～たっぷりふれあいあそび～」  
 【講 師】NPO 法人子育てサポーター・チャオ  
 【持ち物】工作セット(クレヨン、のり、セロテープ、はさみ)、レジャーシート、汗拭きタオル、  
 上履き(かかとのあるもの、お子さんと親の分)、水分補給のための飲み物  
 【申込み】1月8日(木)午前9時から電話または電子申請にて申込み  
 【問合せ】南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200

【二次元コード】



## そば打ち体験講座

手作りそばの楽しさ、美味しさを実感しましょう！  
そば打ちに興味がある方・挑戦してみたい方を大募集！ぜひご参加ください！



- 【日 時】2月15日(日)、2月22日(日) 全2回 午前10時～午後2時  
 【会 場】南越谷地区センター・公民館 1階 調理室  
 【対 象】市内在住の成人の方 12名(先着順)  
 【参加費】2,200 円(材料費・保険料) 【講 師】しらこぼと蕎麦打ち会  
 【持ち物】エプロン、三角巾、タオル2枚、食器用ふきん、マスク、自分で打ったそばを持ち帰る容器  
 【申込み】1月13日(火)午前9時30分から参加費を添えて公民館窓口にお越しください  
 【問合せ】南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200

## サークル体験講座 2月の参加者募集！

申込み 1月6日(火) 9時～ 窓口・電話にて(先着順)  
南越谷地区センター・公民館 TEL:990-1200

新しいことにチャレンジしたい気持ち、応援します！サークル活動を体験してみませんか？  
南越谷公民館では、実際に活動しているサークルさんと協力して、サークル体験講座を開催しています。講座を通して、気になるサークルを見つけたら、そのまま入会することも可能です。みなさんの参加をお待ちしております！

サークル名・体験内容	日時・場所	対象	内容	募集人数	持ち物・他	申込期限
自彊術はつらつ会 自彊術	2月12日(木) 午前10時～11時30分 1階 和室1、2、3	成人男女	自彊術	10名	タオル、バスタオル 飲み物	2月5日(木)
	●31の動作により全身の調整を行う、万病克服の日本で最初と言われる健康体操です。					
コスモス自彊術 健康体操	2月18日(水) 午前10時～11時30分 1階 和室1、2、3	成人男女	自彊術	20名	タオル、バスタオル 飲み物	2月10日(火)
	●老若男女問わず、全身の筋肉を無理なく動かす体操です。椅子でも参加できますので、一度見学・体験にお越しください。					
越谷ジュニア ユースオーケストラ 初心者楽器体験	2月22日(日) 午前9時～16時 2階 多目的ホール	小学生～高校生	楽器演奏	15名程度	参加費:500円※ (テキスト代・楽器レンタル代)	2月15日(日)
	●弦楽器は午前、管打楽器は午後、各1時間半程度の体験です。詳細はお問い合わせください。					
自彊術くらぶ かんたん体操自彊術で 全身を整えて健康に なりましょう！	2月27日(金) 午前10時～11時30分 1階 和室1、2、3	成人どなたでも	自彊術	5名	動きやすい服、 バスタオル	2月20日(金)
	●自彊術体操は、呼吸法と号令だけで全身の血流を良くし、健康増進・体調維持を目指していきます。明るく楽しいサークルです。					

※費用については事前に集金します。窓口での申込の場合は受付時、電話での申込の場合は申込期限までに公民館窓口にお持ちください。