

「スマートフォンを持っているけれど、使い方がよくわからない！」という方を対象に、インターネットの使い方の基礎と、インターネットを利用した特殊詐欺についての講座です。人気により9月に実施した講座を再度行います。

とき 1/16(木) 14:00~15:30

ところ 粕壁南公民館 1階 コミュニティホール

対象 65歳以上の方（※9/5に実施した回に参加された方は申込みできません）

定員 15名（先着順・参加費無料）

持ち物 普段お使いのスマートフォン

講師 春日部市行政デジタル改革課・
くらしの安全課職員

申込み 12/12(木) から直接または電話で粕壁南公民館(738-0088)へ



サークル
からの
お知らせ

春日部歌声広場「藍の会」
歌の好きな方なら、どなたでも
ご参加いただけます。ジャンル
を問わずピアノ伴奏で皆
一緒に歌います。

ストレス発散 元気になりますよ
とき：12/20(金)・1/10(金)13:00~15:00
(受付12:40~)

ところ：粕壁南公民館 1階
コミュニティホール
参加費：1回 500円 先着70名
講師：今村 明美 氏
問合せ：田口(TEL 090-9852-5947)

公民館で『人権ポスター展
(映像展示)』を実施します！

児童・生徒が「人権」をテーマに想いを込めた
79点の作品をご紹介！今年度から新たに公民館
での映像展示も実施しますので、ぜひご覧ください！
とき…12/1(日)~25(水)9:00~17:00
問合せ…社会教育課(739-6807)

生涯学習市民塾(後期)

受付開始日①…12/6(金) 9:00~ ②③…1/8(水) 9:00~
申込み・問合せ 視聴覚センター(763-2425)
他市民センターや公民館、教育センターで実施する
講座もございます。詳しくは公共施設にあるパンフ
レット、または市公式HPをご覧ください。

①『ヨガでカラダが変わる・
ヨガ入門プログラム』
日時 1/15(水)・22(水)・29(水)
9:30~11:30
場所 粕壁南公民館 2階和室
定員 10人
費用 各回 500円
持ち物 飲み物、ヨガマット(バス
タオル可)、汗拭きタオル

②『腸元気な認知症予防ブレイン
(脳活性)体操』
日時 2/13(木)・20(木) 10:00~11:00
場所 粕壁市民センター 3階 和室ふじ
定員 おおむね 60歳前後 10人
費用 無料
持ち物 筆記用具、飲み物、ヨガマット
(バスマット可)、動きやすい服装、タオル

③『足つぼセルフケア 足裏から健康
生活を～自分の健康は自分で守る～』
日時 2/13(木)・3/13(木) 13:30~15:30
場所 粕壁市民センター 3階 和室ふじ
定員 5人
費用 1,000円
持ち物 飲み物、フェイスタオル、クリ
ーム(ハンドクリームなど)

お手玉やカードめくりなど素朴な昔の遊びを楽しんでみませんか。どなたでも参加できます。ぜひお申込みください。

とき 2/6(木) 14:00~15:30

ところ 粕壁南公民館 1階 コミュニティホール

対象 年齢不問

定員 30名(先着順・参加費無料)

持ち物 飲み物(水分補給用)

講師 春日部市レクリエーション研究会

申込み 1/11(土) から直接または電話で

粕壁南公民館(738-0088)へ



くすくひう
る母ヨガ
「パパママヨガ」

日頃子育てに励むお父さま、お母さまへ。

自分を感じていたわり時間を

とき 1/24(金) 10:00~11:00

ところ 粕壁南公民館 1階 コミュニティホール

対象 未就学児とその保護者

定員 10組(先着順・参加費無料)

持ち物 動きやすい服装、ヨガマットもしくは
バスタオル、飲み物、汗拭きタオル

講師 ヨガインストラクター 山本 由紀 氏

協力 粕壁西地区民生委員・児童委員(託児)

申込み 1/2/7(土) から直接または電話

で粕壁南公民館(738-0088)へ



第11回春日部市民俗芸能公開事業
～伝える、つなげる、獅子舞の未来～

★限られた日時にしか公開されない市指定無形
民俗文化財を舞台上で公演します。



とき 2/9(日) 開場 12:50 開演 13:10~15:20

ところ 粕壁市民センター(中央公民館)【入場無料】

出演 銚子口獅子舞保存会、赤沼民俗文化財保存会

問合せ 文化財課(739-6811)