



# 下戸田公民館・東部福祉センターだより 1月号

〒335-0016 戸田市下前1丁目2番20号 TEL 048-443-1021 FAX 048-443-1020

## 下戸田公民館からのお知らせ



(R6 健康増進・ラジオ体操セミナー 講師: 鈴木大輔さん)

## ●開催講座のご案内

テーマ	とき	対象・定員	費用	申込期日
【市民大学・公民館人生100年応援コース】 ライフプラン・ラジオ体操セミナー	1/30(金)、2/7(土)、21(土)、 28(土) 全4回 10:00～11:30	市内在住・ 在勤・在学 者 20人	200円 (保険代)	1月6日 (火) 午前10時 先着順

①講義「世界の珍しいお金を見ながら、世界を旅しよう！」

②講義「あなたの健康寿命、あと何年？生活習慣病は防げる！今日からできることを学びませんか？」

③④講義・実践「本気のラジオ体操」 **NHKテレビ・ラジオ体操指導者 鈴木 大輔 さん**

※修了者は、今年度の館外学習に参加できます。



テーマ	とき	対象・定員	費用	申込期日
断捨離®講座 -断捨離で住まいと心をすっきりと-	2月5日(木) 午後2時～ 4時	市内在住・在勤・在学者 ・会場受講者24人 ・オンデマンド受講者20人	無料 ※オンデマンドの通信料は各自の負担	1月7日 (水) 午前10時 先着順

断捨離を実施することで、住まいと心をすっきりとさせ人生を豊かにします。  
オンデマンド併用講座として実施します。



テーマ	とき	対象・定員	費用	申込期日
【市民大学講座】 地元人気店のシェフが教える冬の イタリア料理 ～季節の食材を使ったメニュー～	2月17日(火) 午前10時～午後1時 料理講座の後、試食、 片付け	市内在住者 8人 ※過去の講座 参加者は除く	2,000円 (材料費+ 保険代)	1月16日 (金) 午前10時 申込開始



大人気講座の今年度2回目を実施します。

地元の人気店「ピッツェリア オオサキ本店」(下戸田2丁目)のシェフから、  
肉料理、スパゲッティ及びデザート作り方を学びます。託児も応相談です。

※応募多数の場合は、抽選




※お申込みは、市ホームページの申込フォーム、電話または窓口でお願いします。

テーマ	とき	対象・定員	費用	申込開始
スマホ・パソコン質問コーナー	1月10日、2月14日 各土曜日、午後1時～4時	市内在住・在勤・在学者	無料	当日随時受付
スマートフォン・タブレット・パソコンなどの使い方がわからなくて困ったときに、 お気軽に相談にきてください。				
<b>※2月14日は、ミニ講座「スマホを活用して日帰り旅行」も併せて実施します。</b>				
テーマ	とき	対象・定員	費用	申込開始
絵本の読み聞かせ広場	1月27日、2月24日 各火曜日、午前10時30分～11時30分	乳幼児・保護者 (学校が休みの際は、小学生の参加も可)	無料	当日随時受付
幼児と小学生の親子を対象にした絵本の読み聞かせです。手遊びや紙芝居もあります。 当日自由に参加でき、途中参加もできます。親子でお気軽にご参加ください。				

## 東部福祉センターからのお知らせ

### ●多世代交流事業

テーマ	とき	対象・定員	費用	申込開始
プロ棋士に学ぼう！ 初めての将棋講座	2月22日(日) 午後1時30分～4時	市内在住・在勤・在学者 ・小・中学生10人 ・大人10人	無料	1月8日(木) 午前10時～ 申込順
将棋の基礎を学び、参加者同士での対局やプロ棋士との多面指しを行い、 みんなで将棋を楽しむ講座です。 <b>【申込方法】市ホームページの申込フォーム、電話または窓口でお願いします。</b> 右側の二次元コードからご確認ください。				

### ●1月のお風呂お休みの日

1日(木)・2日(金)・3日(土)・5日(月)・11日(日)

12日(月：祝)・19日(月)・25日(日)・26日(月)



### ●1月の休館日

1日(木)・2日(金)・3日(土)・26日(月)

