

## 木曜こどもひろば【申込み不要】



戸坂公民館では、毎週木曜日の午後、一緒に楽しく過ごせる広場を提供しています。宿題や読書、静かにももの作りやおしゃべりもOK。行き先をきちんとお家の人に伝えて、公民館へ来てね。

日時 1月12日、19日、26日いずれも(木)  
14:00~16:30

場所 戸坂公民館 1階 会議室1

対象 主に小学生 10人程度

主催 ヘさかっ子クラブ、戸坂公民館

その他 水分補給のための飲み物(お茶など)を持って来てください。行き帰りについては保護者の方とよく話し合ってください。感染対策は十分にしていますが、体調不良の時は参加を見合わせ、必ずマスクをしてご参加ください。



## おはなし会【申込み不要】

“サークルあめんぼ”のみなさんが、絵本の読み聞かせをします。子どもさんと一緒に絵本の中で時間を過ごしてみませんか。

日時 1月21日(土) 11:00~12:00

場所 戸坂公民館 2階 研修室1

対象 乳幼児と保護者及び小学生

内容 絵本「いちばんたかいのだあれ？」

絵本「そののきっさてん」ほか

持参物 飲み物(お茶など)

協力 「サークルあめんぼ」のみなさん



## 子育てオープンスペース「すくすく」【申込み不要】

ごろごろ赤ちゃん、ハイハイ赤ちゃん、よちよち赤ちゃんいらっしゃい！保育士経験者のスタッフが、手作りおもちゃを広げてお待ちしています。お散歩の途中にお気軽にお立ち寄りください。

日時 1月18日(水) 10:00~11:30

場所 戸坂公民館 3階 和室

対象 乳幼児とその保護者

内容 オープンスペース、育児相談など



## へさかっ子広場(健康相談室)

予約制の健康相談室です。東区地域支えあい課にお申し込みください。オープンスペースも開催しています。

日時 2月1日(水)前半 9:30~10:15 後半 10:15~11:00 各5組

場所 戸坂公民館

対象 乳幼児と保護者、成人

持参物 母子健康手帳、バスタオル

申込み 東区地域支えあい課へ ☎082-568-7735

共催 東保健センター



## いきいき百歳体操

2つのグループに分けて実施しています。「百歳体操」と「カミカミ体操」とし、「笑いヨガ」は実施しません。ご了承のうえ、ご参加ください。

グループ	時間	お住まいの地域
A	10:00~10:45	戸坂くるめ木、戸坂千足、戸坂出江、戸坂惣田、戸坂桜東、戸坂桜西、戸坂桜上
B	10:50~11:35	Aグループ以外

日時 1月11日、18日、25日いずれも(水) ※時間は上記のとおり

場所 戸坂公民館 3階 大集会室

持参物 タオル、飲み物

主催 戸坂学区公衆衛生推進協議会、戸坂地域包括支援センター、戸坂公民館



## ことぶき大学

楽しく歌おう！ 明るく 元気に 歌おう 笑おう♪

日時 1月27日(金) 13:30~15:30

場所 戸坂公民館 3階 大集会室

対象 おおむね60歳以上の方

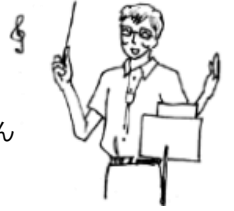
定員 48人(申込み順)

講師 元エリザベト音楽大学 教授 竹本 建治さん

申込み 戸坂公民館へ電話または窓口で

講座の受講申し込みをされていないと受講できません。

受講申し込みは、公民館へ電話または窓口で



## 歌のひろば

楽譜が読めなくても、少しくらい音程が違っていても大丈夫。楽しい時間を過ごしましょう。

日時 1月27日(金) 10:00~11:30

場所 東浄集会所(戸坂新町2-37-5)

定員 30人(申込み順 定員になりしだい締切り)

指導 大下 純三さん、神谷 文女さん

持参物 飲み物、スリッパ

申込み 戸坂公民館へ電話または窓口で。



## 暮らしのパソコン何でも相談室

パソコンを上手に使うって、日々の生活をもっと楽しみましょう！

日時 1月12日、26日いずれも(木) 13:30~15:30

場所 戸坂公民館 2階 研修室1

対象 どなたでも

定員 8人(申込み順 定員になり次第締切り)

内容 ワードやエクセル、インターネットなどに関する基本操作

持参物 ノートパソコン(OSはWindowsのみ)

\*貸出しできるパソコン(Windows10)があります。

申込み 戸坂公民館へ電話または窓口で

\*お申込みの際、持ち込まれるパソコンのOSをお知らせください。

協力 ICTまちづくりボランティアのみなさん



## みんなで楽しく スマッシュ&リフレッシュ

みんなで楽しく卓球をしましょう。ワンポイントレッスン付！

日時 1月15日(日) 10:00~12:00

場所 戸坂公民館 3階 大集会室

対象 どなたでも

定員 12人(申込み順 定員になり次第締切り)

持参物 ラケット(貸出もあります)、タオル、飲み物

申込み 1/13(金)までに戸坂公民館へ電話または窓口で

協力 戸坂学区体育協会卓球部のみなさん



## 行政相談&介護相談【申込み不要】

行政相談委員と戸坂地域包括支援センター介護相談員が担当します。秘密厳守、相談無料です。(原則第1木曜日)

日時 1月5日(木) 13:00~16:00

場所 戸坂公民館 1階 会議室1

おめでとうございます！

この度、行政相談をしていただいている東浄学区社会福祉協議会の

新 時高 会長が、令和4年秋の叙勲で「瑞宝双光章」を受章されました。

## 図書室からのお知らせ

わくわく図書展【期間内に貸し出します】

「お正月のおはなし」※絵本を中心に展示・貸し出します。

期間 1月6日(金)~1月30日(月)

場所 戸坂公民館 2階 図書室

## 図書の入替

図書室の本は、図書ボランティアさんの協力で、毎月100冊(こども用50冊・大人用50冊)入れ替えています。

今月は1月19日(木)に入れ替えます。



## ロビー展

### 戸坂わくわくギャラリー「連鶴」

期間 1月4日(水)~1月30日(月)

場所 戸坂公民館 2階 ロビー



## 新型コロナウイルス感染拡大防止策にご協力をお願い

- 諸室の利用にあたっては、感染防止策を講じた上での活動をお願いします。詳しくは、公民館へお問い合わせください。
- 発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある方、健康や体調に不安のある方は、主催事業への参加(公民館の利用)は、控えてください。
- 主催事業等への参加(公民館の利用)にあたっては、必ずマスクを着用してください。
- 実施予定となっている主催事業が中止・変更になる場合があります。