

北公民館だより

2026年4月号

▼ホームページ



【お問い合わせ】

三郷市立北公民館(瑞沼市民センター内2階)

〒341-0004 三郷市上彦名870

TEL:048-957-0253 FAX:048-959-5896



新年度も宜しくお願ひいたします

皆様方には、日頃より北公民館の運営・活動に対しまして多大なるご支援ご協力を賜っておりますこと、厚く御礼申し上げます。

令和8年度の北公民館の職員体制をお知らせします。職員の異動はなく、室伏・山下・鈴木の3名で運営してまいります。北公民館は今年度も、素敵な出会いと幸せな笑顔があり、豊かな学び合いのある公民館でありたいと思います。

職員一同、皆様方のご来館を心からお待ちしております。

参加者募集!

協働(コラボ)講座

明治安田協働事業

『わたしと家族の「そうぞく」講座』



①②どちらかのみでの参加も可能です

●とき：①6月2日(火) 午前10時から11時30分

②6月9日(火) 午前10時から11時30分

●ところ：北公民館 研修室(瑞沼市民センター2階)

●対象・定員：16歳以上のかた・各日30名(申し込み順)

●内容：①6月2日：「相続」と「争族」のはなし

②6月9日：笑顔を運ぶ「遺言」のお話

●講師：明治安田 派遣講師

●申し込み：4月25日(土) 午前9時～5月19日(火) 午後5時までに

電話または直接北公民館事務室まで



★ページの見開きにも、募集案内を掲載しております。

協働(コラボ)講座

埼玉みさと総合リハビリテーション病院協働事業

『リハビリ病院の先生から学ぼう』

①②どちらかのみでの参加も可能です

- とき：①6月13日(土) 午前10時から11時
②6月27日(土) 午前10時から11時30分
- ところ：北公民館 研修室(瑞沼市民センター2階)
- 対象・定員：16歳以上のかた・各日30名(申し込み順)
- 内容：①6月13日：介護保険・包括について
②6月27日：膝痛予防について
- 講師：埼玉みさと総合リハビリテーション病院 派遣講師
- 申し込み：4月28日(火) 午前9時～6月5日(金) 午後5時までに
電話または市ホームページ申し込みフォームから



成人向けの講座

『歌声ひろば(5月)』

4・8月を除く第2木曜日

- とき：5月14日(木) 午前10時から正午
- ところ：瑞沼市民センター4階 音楽室
- 対象・定員：16歳以上のかた・40名(当日先着順)



※当日は、直接会場までお越しください。
 ※受付は午前9時30分からです。早すぎるご到着や、まだ来ていないご友人の分の席を確保するといった行為はご遠慮ください。



その他の催し

『北公民館で16ミリフィルムを見て』

4・8月を除く第3火曜日

- とき：5月19日(火) 午前10時から11時30分 お喋りしっちゃおう(5月)』
- ところ：北公民館 研修室(瑞沼市民センター2階)
- 対象・定員：どなたでも(申し込み不要)
- 内容：16ミリフィルムによる昔の貴重な映像を視聴し、その後に映画を振り返るなどして、自由にお話を楽しめます。



【タイトル】アニメーション『ひろしまのエノキ 1989制作』

※本事業は気軽にお喋りを楽しむ場です。
 特定の政治的・宗教的な話題もしくは他の参加者様が不快に思われる話題はご遠慮ください。



子育て関連の講座

『前期赤ちゃんひろば(5月)』

第1・3水曜日(8月を除く、4・5月は第3水曜日のみ)

- とき：5月20日(水) 午前10時15分から11時30分
 - ところ：北公民館 研修室(瑞沼市民センター2階)
 - 対象・定員：3か月からおおむね2歳のお子さんと保護者
 - 内容：ママさんのためのストレッチ
計測(身長・体重)・絵本の読み聞かせ・手遊び
赤ちゃん体操など
 - スタッフ：子育てアドバイザー、主任児童委員、児童委員、
民生委員など
- ※当日は、直接会場までお越しください。



高齢者向けの講座

『ウエルネス操体法(6月)』

- とき：6月19日(金) 午前10時から正午
- ところ：瑞沼市民センター 体育館
- 対象・定員：おおむね50歳以上のかた・50名(申し込み順)
- 内容：骨盤のゆがみを正し、腰痛などの軽減や予防を図ります
11時30分からは「すこやかみさと健康体操」を行います
- 講師：ウエルネス操体法マスターインストラクター 戸張 道夫氏
- 申し込み：4月28日(火) 午前9時～6月17日(水) 午後5時までに
電話または市ホームページ申し込みフォームから

4・8月を除く第3金曜日



デジタル『きたe公民館』



ウエルネス操体法をはじめ、YouTube動画
などのコンテンツを通じて、北公民館の事業
について発信しております。

詳しくはこちら ▶



活動報告(3月)

人権教育事業「マスメディアの今」



3月1日(日)埼玉新聞社編集委員の佐藤氏をお招きし、現代のマスメディアに関連した問題などのお話を聞き、その後参加者どうしてディスカッションを行いました。

『ウエルネス操体法』で三郷市民を元気にしよう(後期)

3月13日(金)昨年10月に引き続き、東京学芸大学名誉教授の池田克紀先生が考案し、北公民館職員が製作したウエルネス操体法の動画に合わせて体を動かし、参加者皆さんで健康意識を高めました。



後期シニア書道講座



3月27日(金)令和7年度最後のシニア書道教室が行われました。先生の机に集まり、皆さん和気あいあいとした様子で書道の様子を見て学び、その後は集中して各々の書道と向き合っていました。

北公民館行事予定(4・5月)

4/15(水)	赤ちゃんひろば	北公民館 研修室 (瑞沼市民センター2階)	10:15~11:30
5/14(木)	歌声ひろば	瑞沼市民センター 4階音楽室	10:00~12:00
	初歩からの油絵教室①(要申し込み)	北公民館 研修室 (瑞沼市民センター2階)	13:30~15:30
5/15(金)	ウエルネス操体法(要申し込み)	瑞沼市民センター 体育館	10:00~12:00
5/19(火)	16ミリフィルムを見てお喋りしちゃう	北公民館 研修室 (瑞沼市民センター2階)	10:00~11:30
5/20(水)	赤ちゃんひろば	北公民館 研修室 (瑞沼市民センター2階)	10:15~11:30
5/21(木)	初歩からの油絵教室②(要申し込み)	北公民館 研修室 (瑞沼市民センター2階)	13:30~15:30
5/28(木)	初歩からの油絵教室③(要申し込み)	北公民館 研修室 (瑞沼市民センター2階)	13:30~15:30

北公民館カレンダー(4・5月)

4月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

北公民館休館日 ※状況の変化により、変更になる場合もあります。

開館時間:午前9時から午後5時15分