

第203号 令和5年8月8日発行
久那公民館だより

発行 秩父市久那公民館
 秩父市久那2183-1 (TEL 22-1495)

熱中症に気を付けて！



主催講座参加者募集

久那の世帯数及び人口(令和5年8月1日現在)

町会名	世帯数	男	女	合計
上久那	59	73	73	146
中久那	306	377	376	753
巴川	122	138	151	289
合計	487	588	600	1,188

マクラメ講座 (全2回)
 フクロウのタオル掛け作り

皆で楽しく

はじめての方も

ゆっくり丁寧に

- ✿ 日 程 ①9月22日(金) ②9月29日(金)
- ✿ 時 間 13:30~15:30
- ✿ 会 場 久那公民館会議室
- ✿ 材料費 700円
- ✿ 講 師 中嶋 トシコ先生
- ✿ 定 員 10人
- ✿ 持ち物 マクラメ用ボード・ッピン・はさみ



♡初めての方 ……ボード&ピンを公民館でもご用意できます。
 その場合は別途料金を頂戴します。(2,000円程度)
 申し込みの際、ご希望を伺います。

✿ 申し込み 8月21日~9月15日 (先着順)

七宝焼き講座

◇純銀を使った**主役級**のネックレス作り



作品例
 (講師デザイン)

- 日 程 9月15日(金)
- 時 間 13:30~16:30
- 会 場 久那公民館会議室
- 材料費 1,700円
- 講 師 濱田 登代子先生
- 定 員 12名
- 持ち物 細筆・はさみ
- 申し込み 8月22日~9月4日 (先着順)

講座申込みの流れ

- ①久那公民館にお電話ください ☎22-1495 (平日8:30~17:15)
- ②参加したい講座・氏名・住所・電話番号をお伝えください。
- ③申し込み完了です。材料費は当日に集金となります。

今年の参加賞は
 家庭用ゴミ袋5枚！

文化祭出品募集

~文化祭のご案内~
 10月15日(日)10:00~15:30 開催予定

絵画・写真・手芸・工芸・書道・・・等々皆様の素敵な作品を、
 一般出品としてひろく募集いたします。(久那在住の方優先)

出品方法は電話や窓口へお尋ねください。

受付期間 9月末まで

7月16日健康講演会を行いました

段差のつまづき、しゃがむのがツライ・・・

そんなお悩み解決な「ポテくまくん体操」!



第一病院理学療法士の山中先生、包括支援センターの桜本さん、久那地区で活動されているサポーターの皆さんにお越しいただき、「ポテくまくん体操」を講演していただきました。簡単な動きなのに筋肉にしっかり効いて、体が軽くなりました。久那公民館でも毎週木曜午前に活動しています。



公民館だよりは秩父市のホームページでもご覧になれます

まちの施設→公民館・文化施設など→公民館→(「各公民館など」の中の一番下の)
 公民館だより→令和5年〇月号久那公民館だより