



尾田蒔

公民館だより10月号

第45号

令和5年10月6日発行
尾田蒔公民館 ☎23-9010

尾田蒔の世帯数及び人口 令和5年9月1日現在

町会名	世帯数	人口		
		男	女	計
上寺尾	399	416	462	878
中寺尾	731	788	794	1,582
下寺尾	241	280	259	539
上蒔田	111	128	126	254
中蒔田	254	176	243	419
下蒔田	194	235	237	472
田村	127	130	131	261
計	2,057	2,153	2,252	4,405



11月の主催講座参加者募集

今年もやります～

初心者ピラティス教室(全5回)

姿勢の矯正と筋力をつけることで基礎代謝をあげます

- 日時
- ①令和5年11月30日(木) 午前10:00～11:30
 - ②令和5年12月14日(木) 午前10:00～11:30
 - ③令和5年12月21日(木) 午後 1:30～ 3:00
 - ④令和6年 1月21日(木) 午前10:00～11:30
 - ⑤令和6年 1月18日(木) 午後 1:30～ 3:00

… すべて木曜日の開催です …

※午前の日と午後の日がありますので、ご注意ください！

場所 尾田蒔公民館 集会室

講師 陽遊 佳代子 先生

参加費 なし

定員 15名

持ち物 ヨガマット+バスタオル(クッション性を高めるため)
飲み物・スポーツタオル
軽い運動ができる服装で来てください

申込み 10月23日(月) 午前9時～
尾田蒔公民館窓口、または電話で受け付けます
定員になり次第締め切ります

尾田蒔公民館 ☎23-9010



12月の講座のお知らせ

★ 第2回お花の寄せ植え教室 12月 5日(火) 午前



★ 正月飾り講習会 12月13日(水) 午後



★ 焼きチーズケーキ作り教室 12月21日(木)・22日(金) 午前 2回開催



裏面もご覧ください





尾田蒔公民館 秋の健康づくりハイキング

～ 長瀬アルプス・宝登山を歩く！（軽登山）～



1. 日 時 令和5年11月11日（土） 午前8時50分集合
※雨天中止 午前6時30分判定（中止の場合のみ公民館より連絡します）

2. 集合場所 秩父鉄道 野上駅

3. 講 師 青木 隆人 先生（黒谷在住）

4. 参加費 なし（交通費等は各自負担）

5. 定 員 25名

6. 持ち物 弁当、飲み物、敷物、雨具等

7. ハイキングの行程

(1) 開講式：野上駅 8：50

(2) ハイキングコース

野上駅（9：00）⇒ 万福寺 ⇒ ⇒ 長瀬アルプス万福寺コース ⇒

山頂まで200段の階段 = 宝登山山頂 昼食休憩（12：00～12：40）⇒

宝登山ハイキングコース ⇒ 長瀬駅



※行程は変更になる場合があります

(3) 閉講式：長瀬駅 14：45

※参 考

秩父鉄道時刻表	上り お花畑駅	8：14	秩父駅	8：16
	和銅黒谷駅	8：25	野上駅	8：40着

駅周辺駐車場	秩父駅前駐車場	1,000円 /日
	秩父神社横（元秩父病院）駐車場	500円/日
	お花畑駅（札所13番前）駐車場	500円/日

 申込み  10月24日（火）午前9時～

尾田蒔公民館窓口、または電話で受け付けます

定員になり次第締め切ります

尾田蒔公民館 ☎23-9010

