

大滝公民館だより

秩父市大滝公民館 秩父市大滝4058

Tel 55-0033 Fax 55-0911

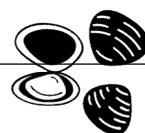
令和7年7月1日現在の太滝地域の人口

人口			世帯数
男	女	合計	
223	260	483	283



8月

しじみ … しじみは、江戸時代の薬学・健康書「本草綱目」(ほんぞうこうもく)に薬効ある食材として紹介されるほど、昔から体にいい食べ物です。カルシウムや鉄分、ビタミンAやB群など栄養価が高く、肝臓にもいいそうです。その栄養価の高さから、健康を気遣う人から長く愛されている食材です。旬は8月ごろの土用しじみと、1月～2月の寒しじみ。おいしい味噌汁で暑い夏を乗り切りましょう。



『枳餅作り教室(全3回)』

参加者募集

大滝公民館で「枳餅作り」に挑戦してみませんか。
昔からの作り方を継承していくのも私たちです。
作り方をすることだけでも良い経験になると思います。

- 【日 時】 第1回 9月26日(金) 午前9時30分～正午
第2回 11月4日(火) 午前9時30分～正午
第3回 11月11日(火) 午前9時～正午

- 【場 所】 第1回 大滝総合支所川側奥駐車場 (不明な時にはお電話ください)
第2回・第3回 大滝公民館 1 階 調理室

【講 師】 小河 敏夫先生

【定 員】 12名 (原則3回参加できる方・定員になり次第締め切り)

【参加費】 1,300円 (材料代・講座初日に集金します)

※ 枳の実を入手できる方は、お持ちいただけると大変助かります。

【申し込み】 8月18日(月)午前9時から受け付けます。

※ 先着順で、定員になり次第締め切ります。

大滝公民館にお電話または、直接申し込みしてください。

電話55-0033



汗をかく前に、私も、飲んでるわよ。

公民館活動中에서도熱中症に気を付けて!!
まだまだ、油断禁物!

水分はしっかりとりましょう。



『夕暮れキャンプ場でパン作り』を 体験してみませんか

キャンプ場でパン作り、自然の中で、わいわいがやがやと楽しくパンを作りましょう。
どんなパンができるか楽しみ！

【日時】令和7年9月5日(金) 午前9時00分～正午

【場所】夕暮れキャンプ場 現地集合8時50分

【講師】黒澤 晴美先生 山本 初代先生

【参加費】2,000円

【定員】10名

【持ち物】エプロン・三角巾・マスク・各自飲み物と手拭きタオル
持ち帰り容器など

【注意】天候不順により中止になる場合があります。ご理解ご協力お願い
いたします。

【申し込み】大滝公民館にお電話又は、直接お申し込みしてください。
電話 55-0033



「寸劇」と「笑いヨガ」

【詐欺に役立つ消費者被害防止寸劇】

「くらしの会の皆様」の寸劇で、詐欺等合わないように、楽しく学びましょう。また「笑いヨガ」でストレス解消・免疫力向上・血行促進など、すっきりした気分になりましょう。
どなたでも歓迎！ぜひ、ご参加ください。

【日時】令和7年9月2日(火) 午前10時00分～正午

【場所】大滝公民館 3階 活動室 2

【出演者】くらしの会の皆様

【笑いヨガ講師】黒澤 しげ子先生



不明な点等ございましたらご連絡ください。
大滝公民館 電話 55-0033

参加費無料！
遊びに来てください

