



尾田蒔

公民館だより 8月号

第55号

令和6年8月7日発行
尾田蒔公民館 ☎23-9010



尾田蒔の世帯数及び人口 令和6年7月1日現在

町会名	世帯数	人口		
		男	女	計
上寺尾	393	411	452	863
中寺尾	729	766	777	1,543
下寺尾	241	275	255	530
上蒔田	108	130	120	250
中蒔田	258	184	239	423
下蒔田	192	233	233	466
田村	124	125	128	253
計	2,045	2,124	2,204	4,328

9月開講の主催講座参加者募集



ピラティスは身体の柔軟性を高め、強化し、
バランスを整えるためのメソッドです。

姿勢改善

初心者ピラティス教室 (全10回)

インナーマッスル
の強化

免疫力を
高める

ストレス
の解消

睡眠の質
向上

- 日時
- | | | |
|----------|-------------------|----------|
| ① 9月19日 | ② 9月26日 | ③ 10月17日 |
| ④ 10月24日 | ⑤ 10月31日 | ⑥ 11月 7日 |
| ⑦ 11月21日 | ⑧ 11月28日 | ⑨ 12月 5日 |
| ⑩ 12月19日 | … すべて木曜日午後の開催です … | |

13:30~15:00 (90分間のエクササイズ)

場所 尾田蒔公民館 集会室

講師 陽遊 佳代子 先生

参加費 1,000円 (受講料)

定員 15人

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・タオル



軽い運動ができる
服装で来てください!



申し込み 8月19日 (月) 9:00~

受付初日 (8/19) は電話でお申込みください。
翌日 (8/20) 以降は窓口または電話で受付します。
先着順で定員になり次第締め切ります。



尾田蒔公民館 ☎23-9010



裏面は文化祭一般公募のご案内です! ご覧ください



令和6年度 尾田蒔公民館文化祭 一般作品募集！（募集要項）



- ◎文化祭日程 令和6年 10月26日(土)～27日(日)
- 応募者 尾田蒔地区在住の方（学生は除く）
- 応募期間 **令和6年 8月19日(月)～9月24日(火)**
- 応募方法 応募期間内に、出品申込書を公民館に提出（原則1人1点）
出品申込書のコピーをお渡しするので、搬入時に添付する。
- 作品搬入 令和6年 10月23日(水)～10月25日(金)
午前9時～午後4時
- 作品搬出 令和6年 10月28日(月)～10月30日(水)
午前9時～午後4時
- 出品要領 ※ 額縁・パネル等にはひも等を付けて、ただちに展示できる
状態で搬入する。
※ 規格については、特に制限はしませんが、高価値のある
作品や大きなサイズの作品等は、展示が不可能な場合が
あります。
※ 作品搬入時に、申込手続きで渡された出品申込書のコピー
を添付する。
- 出品種目 書画、絵画、写真
陶芸、彫刻
手芸、工芸
その他の作品
- その他 出品物については、できる範囲で保護しますが、不可抗力等
の事情により損傷を生じた場合は、責任を負えませんのでご
了承ください。



【問い合わせ】 秩父市尾田蒔公民館 秩父市寺尾1941番地1

☎ 23-9010 FAX 23-0983

募集要項・出品申込書は、公民館窓口に置いてあります。
ご不明な点は、お気軽に公民館事務局におたずねください。



皆さまの力作を心よりお待ちしております