

公民館お知らせ



公民館のお知らせは
こちらの二次元コー
ドからもご覧いた
けます。

《問合せ》南畑公民館

(TEL 251・5663)

なんばた学級

なんばた学級開講式

日時 5月21日 (水)

午前10時～正午

会場 南畑公民館多目的ホール

公民館の利用について

＜7月分の利用受付＞

- ①予約システム抽選申し込み期間
4月15日 (火)～30日 (水)
- ②抽選日 (自動抽選)
5月1日 (木)
- ③抽選結果の確認期間
5月1日 (木)～6日 (火)
- ④窓口受付開始日
(抽選当選分の本申請と新規受付)
5月7日 (水) 午前9時から
- ⑤予約システム仮予約受付開始日
5月8日 (木)

◇仮予約には有効期限 (15日間) が
あります。有効期限を過ぎると
仮予約が自動的に削除されますので
ご注意ください。

＜休館日＞

4月21日 (月)

子育てサロン

「ちびっこあおむし」

親と子が楽しく遊んで、おしゃ
べりできる場です。

日時 4月17日 (木)

午前10時30分～11時20分

会場 南畑公民館多目的ホール

内容 あおむしティータイム

対象 未就園児とその保護者

「ちびっこあおむし」では、参
加者を募集しています。みんな
で交流の輪をひろげましょう。

詳細は、チラシやホームペ
ジをご覧ください。



公民館の利用に関する 団体届について

公民館など市内の公共施設を
利用する際に必要となる「市内
目的内団体届」または「使用料
免除団体登録申請書」の受付を
行っています。

ご協力をお願いします

「南畑公民館だより」は、地域
の皆様が執筆をお願いします。ま
す。編集委員がお訪ねしました
らご協力をお願いいたします。

一部出張所に昼の休業時間 を導入いたします。

4月1日 (火) から、南畑出
張所を含む一部の出張所に昼の
休業時間を導入します。

【昼の休業時間】

正午～午後1時

この時間は業務の取り扱いが
出来ませんので、ご理解とご協
力をお願いします。
(※公民館はこれま
で通りです)



編集後記

4月、今年もびん沼川沿いの
桜並木がきれいに咲き、人々を
楽しませてくれました。菜の花
も一緒に咲いてピンクと黄色の
共演に心が癒されます。
毎日元気に過ごすためには、
良い眠りの習慣を身につけるこ
とだそうです。夜更かしを続け
て朝寝坊し、朝の光を浴びない
ことが続くと、慢性的な時差ぼけ
状態になり、食欲はなくなり疲
れやすくやる気もなくなってい
ます。

良い眠りを得たら、「一日頑
張るぞ!」とやる気にさせてく
れるホルモンやストレスにさら
されるのを守ってくれるホルモ
ンが目覚めと同時に出てくるそ
うです。成長ホルモンは夜10時
を頂点にたくさん出るホルモン
ですから早寝はとても大事とい
うことですね。

新年度のスタートが活気であ
ふれ、元気に笑顔で過ごせます
ように。

平塚 嘉代子

