

館 報 しもわらび

下蔵公民館(〒335-0004 蔵市中央 7-41-1) ※6 月 1 日発行

☆Tel/Fax:048-441-1560 ☆Mail:swarabi@city.warabi.saitama.jp

<中央 7 丁目の人口>

男	1,328	-(7)
女	1,666	+-(0)
計	3,249	-(7)
世帯数	1,625	+(28)

☆令和 7 年 5 月現在 ☆単位:人

下蔵公民館



下蔵公民館連絡会役員のご紹介

下蔵公民館連絡会会長 森田 千鶴子 におかれましては、令和7年3月31日をもって会長職を退任されました。

森田千鶴子会長におかれましては、長期にわたり会長職をお引き受けいただき、誠にありがとうございました。

今年度の運営につきまして、4月25日におこなわれました役員会にて、令和8年3月31日までの間、稲葉純子副会長を会長代行として連絡会の運営を行うことといたしました。

皆様、どうぞよろしくお願い申し上げます。

副会長 稲葉 純子
幹 事 田中 修平
幹 事 安田 裕子
会 計 樋口 陽子
会 計 伊藤 久子
監 事 星野 晃子
監 事 新井 雅子

(任期:R7.4.1~R8.3.31)



—Profile—

竹部 ななは ソプラノ/ピアノ
田中 彩花 ソプラノ
高須 陽乃香 ピアノ/ソプラノ
長谷部 由美 ピアノ賛助



—Program—

- * La Serenata
- * 私のお父さん
- * エステ荘の噴水
- * トリトンの娘たち
- * ありのままで ほか



3月16日(日)午後1時30分から音楽を広める会と下蔵公民館主催の「さくらコンサート～音楽が繋ぐきせきの春～」が開催され、90名の皆様の来場がありました。コンサートは、ピアノとソプラノの素敵なハーモニーで、来場された皆様に心豊かなひと時をお過ごしいただけたものと思います。今後も地域に音楽の輪を広めていけたら幸いです。

次回は、今年の12月頃に「ピアノとトロンボーンと歌」のコンサートを予定しております。皆様のお越しをお待ちしております。

ぷちトマトくらぶ ～畑でやさいをつくろう～

5月11日(日)、今期のぷちトマトくらぶの活動がスタートしました。この日は、ナスやミニトマト、サツマイモ、スイカなどの植え付けをしました。野菜の成長過程を観察し、収穫体験をすることで子どもの学びを促進するお手伝いが出来ればと思っています。1年間よろしくお願いいたします。今期も実り多き1年となるように願っています!!



下蔵公民館 事業案内

下蔵学園

新たな出会い、学び、発見!
今からでも遅くありません!

地域の人と交流を深め、
楽しく、有意義にいきいきと
活動しませんか?

この学園は「自主運営を心
かけ、地域に根づいた活動を
しよう!」を 目的とします。

今期は16名での活動とな
りました。1年間どうぞ
よろしくお願いいたします。



回	日 程	テーマ	内 容	講 師
1	6月 6日(金)	防犯	開講式&インターネットセキュリティ	埼玉県警察本部生活安全 部サイバー対策課
2	6月27日(金)	健康 アップ	～大人のリトミック～ 歌とリズムで脳トレ 	笹倉 ゆかり 氏 和久 智子 氏
3	7月11日(金)	創作	デコパージュ時計を作ろう! ※別途、材料費1,000円	インクルージブル講師 関 羅夢 氏
4	9月 5日(金)	創作	ジェルキャンドルを作ろう! ※別途、材料費1,000円 	インクルージブル講師 関 羅夢 氏
5	10月 3日(金)	健康 アップ	～運動不足解消～ 音楽に合わせて楽しみながらストレッチ体操	治公益社団法人日本3B体操協会 小椋 輝子 氏
6	11月 7日(金)	教養	スマートフォン教室 	スマホアドバイザー
7	11月21日(金)	健康 アップ	～やさしい筋トレ体操講座～ 生涯寝たきりにならないたった一つの体操とは?	76才 整体師 体操のおじいちゃん
8	12月 5日(金)	創作	押し花カレンダー&ハガキ作り ※別途、材料費500円 	島田 敷 氏
9	2月13日(金)	合唱	閉講式&懐かしい歌 	小島 晶子 氏

下蔵公民館利用団体活動紹介

～ シリーズ 仲間になりませんか? ～

団体名 囲碁クラブ遊棋会

・活動内容の紹介

囲碁愛好会員により構成され会員の親睦を図り、心身健康の充実を高めることを目的とする



年間行事

総当たりリーグ戦(年2回)

A、Bクラス別総当たり戦(年2回)

他囲碁クラブ親善交流戦(年2回)

会員により親睦会の実施

・詳細

活動場所 下蔵公民館 2階 和室

活動日 月4回(月曜日)

時 間 13:00 ～ 16:00

会 費 入会費 0円 年 3,000 円

対 象 成人

入会資格 無

・活動の様子



団体名 蔵太極拳クラブ

・活動内容の紹介

・準備運動

(しっかり身体をほぐします)

・太極拳 演舞の練習

・整理運動

★正しい姿勢を保ち、転倒予防にもなります。

・活動の様子



活動場所 下蔵公民館 3階 集会室

活動日 月3回(月曜日)

時 間 10:00 ～ 12:00

会 費 入会費 1,000 円 年 2,300 円

対 象 女性

入会資格 無

団体名 ひまわりストレッチクラブ

・活動内容の紹介

- ・腰痛、肩こりの予防
- ・軽度の筋力アップ運動ができます
- ・主に寝ながら行う運動が多いので、腰や膝に負担がかかりにくくなっています
- ・筋肉はいくつになっても増やすことができます
- ・一緒に筋活をしましょう!

・詳細

活動場所 下蔵公民館 3階 集会室

活動日 月3回(火曜日)

時 間 12:00 ～ 13:30

会 費 入会費 1,000 円 年 2,000 円

対 象 女性

入会資格 無

・活動の様子



団体名 健自サークル

・活動内容の紹介

・自彊術を行う

・合身を2時間かけて、
血流が廻るようにおこなう



・詳細

・活動の様子



活動場所 下蔵公民館 2階 和室

活動日 月4回(水曜日)

時 間 10:00 ～ 12:00

会 費 入会費 1,000 円 年 2,000 円

対 象 成人

入会資格 無

1・2・3歳ちゃん集まれ～!

しもわらび SAKURA パーク

日にち 7月7日(月) 10:00～11:00

内容 リトミック♪(テーマ:星に願いを…七夕)

申込 6月16日(月)～6月30日(月)

下蔵公民館の窓口へ費用を添えてお申し込みください 電話申し込み不可

講師 長谷部 由美 先生

会場 3階集会室

対象 1～3歳児親子 先着18組程度

材料費 100 円

持物 ハサミ、ノリ、サインペン、水筒



0さいママのための...

しもわらびベビーパーク

日にち 7月4日(金) 10:00～11:30

内容 おしゃべり会

寝相アート撮影会 テーマ:「七夕」など

申込 6月13日(金)～定員まで

下蔵公民館の窓口にてお申し込みください

電話申し込み可

講師 NPO 法人 ふうせん

会場 2階和室

対象 0歳児親子 先着12組程度 無料

持物 赤ちゃんの下に敷くバスタオル



1・2・3歳ちゃん集まれ～!

親子の絆を深めるための子育て講座

うさちゃん学級【前期】

日にち 6月17日(火)、6月26日(木)

7月1日(火)、7月17日(木)

7月29日(火) 全5回 10:00～11:00

※ただし7月29日(火) 11:00～

内容 じゃがいも掘り、工作、運動会等

申込 5月15日(木)～定員まで

下蔵公民館の窓口へ費用を添えてお申し込みください 電話申し込み不可

会場 3階集会室ほか

対象 1～3歳児親子 先着18組程度

材料費 1,200 円(全5回分)



おもちゃの病院

おもちゃを修理・再生します(部品代は実費)

※傘の修理は終了しました

日時 7月6日(日)

◆13:30～15:00

【おもちゃドクター募集中】詳細は下蔵公民館まで



ほっ!と、スペース すまいるぱーく

子どもから大人まで、どなたでも気軽に利用できるお部屋です。宿題や読書、おしゃべりでもOKです!

日時 6月2日(月)・9日(月)・20日(金)27日(金)

◆15:00～17:00

会場 1階講座室 対象 どなたでも 定員 24名



雑詠

「サクラサク」親は金策駆け回り
 ボロ靴で転倒防止しやれけなし
 若さに挑戦散歩コースを変えてみる
 全力で夕日のように燃えて生き
 子供らは夫婦の姿見ているよ

鼻歌で家事を済ませる心地良さ
 低い鼻愛敬あつて人気者

市郎 孝男 節夫 すみ子 照男

題詠「鼻」

下蔵川柳 作／下蔵川柳クラブ

鼻先で笑い飛ばそう老いのウツ

お互いに鼻であしらう老夫婦

おねだりにつつい延びる鼻の下

鼻歌で家事を済ませる心地良さ

低い鼻愛敬あつて人気者

会員募集中

毎月第二火曜日 午前9時半～正午

お申し込み、お問い合わせは下蔵公民館まで

市郎 孝男 節夫 すみ子 照男

外展示室

【5月】蔵市市民協働課
「男女共同参画パネル展」【6月】蔵デジタルフォトクラブ
「写真作品」