

上里東公民館だより

第192号 令和5年12月1日発行

電話/FAX 34-1041

早いもので師走になりました。ほんの数ヶ月前に新年の挨拶を交わし、おせち料理を食べていたような感覚ですが、“光陰矢の如し”を実感しています。

この1年、大勢の方のご協力により、ここまで予定した行事は滞りなく実施することができました。厚く御礼申し上げます。来年も引き続きよろしく願いいたします。どうぞ良いお年をお迎えください。

館長 山城

サルビア学級 料理教室 『炭酸まんじゅう作り』

日時：令和6年1月31日（水）午後1時30分～

場所：七本木公民館 調理室

講師：SALA 七本木 様

材料費：500円 定員：16名

持ち物：飲料・頭布・マスク・持ち帰り用の容器

申込み：申込書に材料費を添えて上里東公民館までお申込みください。



炭酸まんじゅう作り申込書 (No.)

氏名

電話

行政区

炭酸まんじゅう作り領収書 (No.)

材料費 500 円を領収致しました。

令和 年 月 日

上里東公民館 印

主催事業・サルビア学級合同閉級式 「健康講座」

「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

眠りたくてもなかなか眠れない

年齢とともに眠りが浅くなったなどのお悩みはありませんか？

眠りと健康の意外な関係を紹介しします。

日時：令和6年2月9日（金）午後1時30分～

場所：上里東公民館 学習室

講師：明治安田生命 熊谷支社 本庄営業所

チーフ・コンシェルジュ 木元 美和 様

参加費：無料 持ち物：飲料

申込：上里東公民館まで直接または電話でお申込みください。



希望者を対象に
血管年齢・野菜摂取量の
測定も実施します。

資源ごみ回収について

いつも資源ごみにご協力頂き誠にありがとうございます。公民館休館中の12月29日(金)より1月3日(水)の間は、空き缶以外の資源ごみの回収を停止します。ご協力よろしくお願いします。

また、防犯上の問題で夜間、土日、祭日は、空き缶（アルミ・スチール）以外の資源ごみの回収は中止とさせていただきますので、ご理解いただきますようお願いいたします。



〈交通安全〉

“目指せ! 交通事故ゼロのまち”



— 年末年始 —

12月29日(金)～1月3日(水)
まで休館となります。