

記載のないものは、費用/無料 対象/どなたでも 申込方法/当日直接会場へ  
 ※市外局番のない電話番号等の市外局番は(048)です。

## 行事案内

### 第46回朝霞市吟剣詩舞道納涼大会

日時/7月10日(日) 午前9時～午後4時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/1,000円 対象/連盟会員および市民 申込方法/電話またはFAX その他/一人2分以内。漢詩、和歌、俳句、近代、現代詩の吟詠、剣舞、詩舞ほか。応募多数の場合は抽選。申込締切は4月30日(土) 主催/朝霞市吟剣詩舞道連盟  
 問・問/武笠 ☎・☎463-6309

### 大正琴見学会・体験レッスン

日時/4月21日(木) 午後2時30分～4時 会場/宮戸市民センター 申込方法/電話で その他/大正琴は貸し出しできますので、お問い合わせください。 主催/たんぽぽ会  
 問・問/安藤 ☎090-5496-9502

### 鐘撞堂山と温泉めぐり

日時/5月1日(日) 午前7時50分集合(延期の場合は8日(日)) 集合場所/志木駅改札口 費用/参加費200円、入泉料800円、交通費実費 対象/40歳以上の単身者 申込方法/電話で 持ち物/飲みもの、昼食、帽子、雨具 その他/歩きやすい服装で参加しましょう。 主催/NPO法人ボレロ中高年いきいき会 問・問/山上 ☎080-6565-0681

### モダンバレエ アラベスク 第14回発表会

日時/4月17日(日) 午後5時～ 会場/ゆめばれす(市民会館) 主催/グループアラベスク ※会員募集中。毎週火または金曜日 午後4時30分～ 南朝霞公民館で活動 入会金:2,500円 会費:月4,000円 対象:幼稚園年少～ その他:振付家、ダンサーとして活躍中の先生方がやさしく指導してくれます。体験・見学とともに随時受け付け。  
 問/高橋 ☎090-4949-9760

### 朝霞混声合唱団・アンサンブル・バカラコーラスフェスティバル in 和光に参加

日時/4月10日(日) 午後1時30分～4時30分 会場/サンアゼリア(和光市民文

化センター) その他/混声合唱「LOVE」よりゴンドラの唄、東京ブギウギ、瀬戸の花嫁、バカラ「さくら、ハナミズキ」 主催/コーラスフェスティバル in 和光実行委員会 問/小川 ☎467-3573

### 朝霞リトル体験会

日時/5月5日(木・祝) 午前9時30分～午後1時 会場/上野荒川運動公園野球場 対象/幼稚園年長～小学生 申込方法/電話で その他/野球体験です。バット、グローブ貸し出し可。動きやすい服装(長ズボン)で。お昼の軽食やお土産用意しています。女の子も大歓迎 主催/朝霞リトルリーグ  
 問・問/内田 ☎090-1618-9310

### ファミリーベビー・キッズバランスボール

日時/4月24日(日) ①キッズクラス:午前10時～10時50分、②ベビークラス:午前11時10分～正午 会場/仲町市民センター 費用/1組1,000円 対象/①:しっかりあんだよ～3歳の子どもと保護者(兄弟はご相談ください) ②:4か月～あんだよ前の子どもと保護者 申込方法/電話またはメールで その他/バランスボールを使って、親子で身体をいっぱい動かしてみませんか? 主催/ベビーママ 問・問/小澤 ☎090-8840-0645  
 ✉michiko\_ozawa\_702@yahoo.co.jp

## 会 員 募 集

### ピッピサークル(幼児サークル)

日時/毎週木曜日 午前10時～正午 会場/内間木公民館 会費/月300円 対象/歩きはじめ～4歳(未就園児)とその親 その他/親子で工作、運動、手遊び、季節の行事などを楽しむサークルです(随時募集)。4月14日(木)に体験あり  
 問/筑紫 ☎090-6223-6091

### 星のリズムリトミック

日時/毎週月曜日と月1回土・日曜日、祝日にあり ①午前10時～正午 ②午後2時～4時 会場/膝折市民センター 会費/1回1,000円(体験レッスン500円) 対象/6か月(腰座り)～未就学児 その他/パーカッション主催のリトミック、珍しい楽器にふれあえます。  
 問/柏原 ✉rindapandero@yahoo.co.jp

### NORDIC あさが(ノルディックウォークサークル)

日時/月3回水曜日 午前9時30分～11時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンターほか 入会金/1,000円 会費/月1,200円 その他/心身の健康増進に最適!なサークルです。  
 問/河内 ☎090-1257-9986

### かよう会(和紙絵サークル)

日時/毎週火曜日 午前10時～正午 会場/西朝霞公民館 入会金/2,000円 会費/月2,000円 その他/和紙を使い絵を作ります。 問/橋本 ☎461-6207

### エアロビクス楽脳

日時/毎月第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分 会場/内間木公民館 会費/年2,000円(そのほか研修資料、発表会諸費) 対象/50歳以上の方(先着5人) その他/有酸素運動と楽脳体操で認知症予防を行います。  
 問/浅川 ☎090-8041-1795

### やさしいヨガ

日時/毎週水曜日 午前10時～11時 会場/膝折市民センター 会費/1回700円、6回チケット4,000円(期限なし) 対象/成人 その他/無料体験あり。運動は苦手、体が硬いという方も大丈夫。ゆったり、のんびり初心者向けのリラクゼーションヨガです。  
 問/青谷 ☎090-8103-5769

### 霞謡会(観世流謡曲)

日時/毎月第2・4木曜日 午前10時～正午 会場/西朝霞公民館 会費/月3,000円 対象/古典芸能である謡曲に興味のある方。初心者歓迎 その他/竹内好夫先生の親切な指導が受けられます。会員の稽古教室はいつも開放しています。  
 問/富永 ☎465-3433

### 脳細胞増の楽脳

日時/月2回月曜日 午後1時30分～3時30分 会場/南朝霞公民館 会費/年2,000円(そのほか研修資料代および発表会諸費) 対象/50歳以上の市民 その他/脳細胞が新たに増加する楽脳体操を実修します。 問/松山 ☎464-2717

### 優しいヨガ

日時/毎週木曜日 午前9時30分～10時30分、午前10時50分～11時50分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 入会金/500円 会費/月1,500円(体験500円) 問/佐々木 ☎090-3809-5746

### ゴスペルサークル寿限無

日時/毎週金曜日 午前10時～正午 会場/内間木公民館または中央公民館・コミュニティセンター 会費/月2,000円 対象/女性 その他/2003年に発足したパワフルゴスペルサークル。ゴスペルを中心としたさまざまなジャンルの曲を楽しみ、ハードにレッスンしています。  
 問/渋谷 ✉gc-jyugemu@yahoo.co.jp