

みんなすこやか



4月7日は世界健康デーです。
今年のテーマは「健やかなはじまり、希望のある未来へ」



乳幼児と保護者の方へ

| 内 容 | 日 時 | 会 場 | 対 象 | そ の 他 |
|--------------|--|--------|---------------------------|---|
| 離乳食ステップアップ教室 | 5月22日(木) 午前10時～11時45分 | 保健センター | 令和6年6月～10月生まれの第1子の保護者 | 申／4月10日㈭から電話で (先着20組) |
| マタニティ教室 | 6月14日(土) 午前10時～正午または 午後1時30分～3時30分 | 保健センター | 令和7年9月～11月出産予定の初妊婦・パパになる方 | 内容／もく浴・妊婦体験、DVD上映 申／4月10日㈭から電話で (先着32組) |
| 乳幼児健康診査 | 詳しい日程は、個別通知または市ホームページをご確認ください。 | | | |



成人の方へ

申・問／健康づくり課 ☎423-4362

| 内 容 | 日 時 | 会 場 | 対 象 | そ の 他 |
|----------|---------------------------|--------|----------------------------------|-----------------|
| こころの健康相談 | 4月25日(金) 午後1時15分～2時15分 | 保健センター | 精神面の健康に心配のある方や、認知症や精神障害のある方とその家族 | 申／相談日の3日前までに電話で |

市民伝言板

市内の公共施設で定期的に活動している団体の行事案内・会員募集を掲載しています。掲載を希望される方は市ホームページをご確認ください。

問／シティ・プロモーション課
☎463-3059



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

行 事案内

朝霞市吟剣詩舞道連盟納涼大会

日時／6月29日(日) 正午～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／出演料1,000円 申込方法／4月20日(日)までに電話で その他／剣舞・詩舞・詩吟で一般の方の参加を受け付けています。 主催／朝霞市吟剣詩舞道連盟 問／武笠 ☎090-5813-2238

トロンボーンフェスティバル in埼玉 2025

日時／5月11日(日) 午後1時30分～3時30分 会場／ゆめぱれす(市民会館) 費用／一般2,000円、中高生・65歳以上1,000円、小学生500円(当日券は一般・中高生・65歳以上は500円増し)

申込方法／ゆめぱれす窓口

または右のコードで



主催／ジャパン・トロンボーン・オーケストラ埼玉

問／伊藤 ☎jtokanto2023@gmail.com

朝霞中央公園フリーマーケット

日時／5月3日(土・祝) 午前10時～午後3時 会場／朝霞中央公園陸上競技場前石置 費用／2,200円(出店料) 対象／家庭の不用品を販売する方 主催／NPO法人フリーマーケット推進ネットワークリサイクルマン 問／リサイクルマン事務局 ☎090-9326-0016

会員募集

空手道一武会朝霞道場

日時／毎週木曜日 午後5時20分～8時30分、毎週土曜日 午前9時10分～午後0時30分 会場／膝折市民センター 費用／月3,600円～ 対象／年少～大人 問／寺田 ☎050-7119-5885

朝霞中国語の会

日時／毎月2回土曜日 午後1時～4時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／月3,500円 対象／中国語に興味のある方(初心者から) その他／中国人講師による発音練習中心に文法・会話・歌を歌ったりして楽しい時間を過ごしています。 問／小川 ☎090-4222-1257

スマホ教室「できたあ！スマホ」

日時／毎週火曜日 午後1時30分～3時30分 会場／溝沼市民センター 入会金／1,000円 費用／月1,000円 対象／スマホ操作を学びたい方 その他／「ライン」や「ペイペイ」も習得できます。 問／大塚 ☎090-4545-8527

楽絵教室

日時／毎月第1・3水曜日 午後1時～2時30分 会場／膝折市民センター 費用／月3,500円 対象／初心者・絵心ない方どなたでも その他／ちぎり絵・はがき絵など楽しく絵を描きます。 問／佳陽 ☎080-5417-8342

TFA 朝霞かすみ太極拳クラブ

日時／毎週木曜日 午後3時～4時30分 会場／武道館 入会金／1,000円 費用／月3,000円 対象／成人 その他／無料体験を行っています。お問い合わせください。 問／伊藤 ☎464-6142

はじめてのバレエ

日時／①大人クラス 毎週木曜日 午前10時30分～正午 ②子どもクラス 毎週水曜日 午後3時40分～4時30分、午後4時30分～5時30分

③親子クラス 毎週木曜日 午前9時45分～10時30分 会場／栄町市民センター 費用／月5,000円～(4回分)

対象／未就学児～成人 その他／初心者大歓迎。初回体験無料 問／スタジオ・エトワ・プチ ☎studio.ettoi.petit@gmail.com

たんぽぽクラブ

日時／毎月第3月曜日 午前10時～正午 会場／西朝霞公民館 費用／100円(材料費等) 対象／未就学児とその保護者 その他／子どもたちが自由に遊べる広場を提供しています。お好きな日時で自由に参加できます。 問／谷田貝 ☎080-4295-8328

Brilliant ヨガ&ピラティス(楽しいヨガ レディース)

日時／毎週水曜日 午後3時～4時 会場／膝折市民センター 費用／1回700円(6回分まとめて購入の場合、4,000円) 対象／女性 その他／固くなった体をほぐしリラックスしましょう。 問／黒木 ☎080-3579-1593

行事案内・会員募集のポスターを市掲示板に掲示できます

行事案内・会員募集のポスターを、市内に設置している市掲示板に掲示できます。詳しくは、シティ・プロモーション課へお問い合わせください。

みんなすこやか

市民伝言板