



朝霞市

令和7年度 生涯学習ガイドブック 2025

# COMPASS

コンパス



# いくつになっても学び続けられる生涯学習 ～ これからの人生を充実させるために ～

生涯学習とは、人が生涯に行うあらゆる学習活動であり、家庭、学校、職場、地域社会などで実践されていくすべての学びです。

学びは自分の成長をもたらすだけではありません。学びの場には、知識や技能だけではなく新たな出会いや、多様な交流が溢れています。小さな出会いから人と人とが繋がり、輪が生まれ、その輪が大きなコミュニティへ広がっていくことで、地域の発展、ひいては市の発展へと繋がっていくものだと思います。



「人生100年時代」と言われる現代、100年にも及ぶ時間をいかに豊かなものにするかということが、充実した人生を送る上で大切な要素の一つとなります。

人と人との繋がりが希薄になりやすい現代社会ですが、生涯学習を通じて新しい居場所を見つけてみませんか。

このたび発行しました「生涯学習ガイドブック『コンパス』」は、「団体・サークル情報」をはじめ、「講座・教室・催し物情報」、「あさか学習おとどけ講座」、「生涯学習ボランティアバンク」、「学習支援制度」など、皆さんの自主的な学習あるいは人との学び合いを支援する、たくさんの学習情報を掲載しています。

生涯学習を始めようと検討されている方、何を学べばよいか迷っている方は、充実した人生を送る居場所づくりに、ぜひ、この「コンパス」を活用していただきたいと思います。

この冊子が「学びの羅針盤（コンパス）」として多くの方にご活用いただき、皆さんが充実した豊かな人生を送る一助となることを願ひまして、発行のあいさつとさせていただきます。

令和7年5月

朝霞市長 松下 昌代

も く じ

# CONTENTS

## ◆団体・サークル情報……2

公民館利用サークル  
図書館利用サークル・リサイクルプラザ企画運営協議会・あさか環境市民会議  
朝霞市文化協会・朝霞市スポーツ協会・朝霞市青少年育成市民会議

## ◆講座・教室・催し物情報……12

### (1) 趣味・教養……13

全般  
展示・展覧会  
コンサート・舞台  
自然

### (2) くらし……17

まつり・催し  
育児・教育  
消費生活  
健康・福祉  
人権教育  
防災  
環境  
その他

### (3) 子ども・親子……26

子ども  
親子  
青少年

### (4) スポーツ・レクリエーション……32

教室・講習  
大会  
その他

### (5) 体育・スポーツ大会……37

### (6) 近隣市の催し……40

### (7) 近隣大学の開放講座……41

十文字学園女子大学  
跡見学園女子大学  
立教大学

## ◆学習支援制度……42

家庭教育学級補助金制度  
家庭教育学級事業補助金制度  
市民企画講座事業補助金制度  
朝霞市市民体育振興奨励補助金

## ◆あさか学習おとどけ講座……44

申込方法  
メニュー一覧

## ◆生涯学習ボランティアバンク……50

利用方法  
登録リスト

## ◆施設ガイド……54

朝霞市の公共施設

詳しい講座の内容等については、「広報あさか」【毎月1日発行】や市ホームページでご確認ください。

※このコンパスは、令和7年4月現在の情報を掲載しています。発行後に変更される場合もありますので、ご了承ください。

# レッツ スタート 生涯学習!

あなたの隣には、いつでも学びの扉が開いています。特別な鍵はいりません！新たな発見と輝く自分を探しに、一歩を踏み出してみませんか。

## 団体・サークルに加入する (→ 2~11 ページ)

公民館や図書館では、さまざまな分野の団体やサークルが活動しています。興味・関心をお持ちになった団体やサークルの連絡先等は、活動をしている各公民館・図書館に直接お問い合わせください。

## 市の主催事業や講座等に参加する (→ 13~49 ページ)

朝霞市や朝霞市教育委員会等の主催事業は、「広報あさか」(毎月1日発行)や、市のホームページ等でご案内しています。詳細は、それぞれの担当部局に直接お問い合わせください。

## 講師・指導者を探して学習する (→ 50~53 ページ)

「朝霞市生涯学習ボランティアバンク」には、さまざまな分野の講師・指導者が登録をしています。学びたい方、ボランティアで教えたい方を結び、学習をサポートします。

※「コンパス」では、希望された方のみ掲載しています。

## ホームページもご活用ください (URL <https://www.city.asaka.lg.jp/>)

ご覧の生涯学習ガイドブック「コンパス」や「広報あさか」などに掲載している情報は、最新情報が満載の市ホームページからも閲覧できます。

## 朝霞市公式ホームページの全景

「よく利用される分類からさがす」のうち、「**教育・文化**」「**スポーツ**」には、生涯学習情報が満載!

問い合わせ先がわかっている場合は、「**組織でさがす**」が便利です

「今週末、何かイベントはあるかな?」といったときは、「**カレンダーでさがす**」をご活用ください!

市の **X、Facebook** でも、多くの情報が配信されています!

生涯学習の推進役「生涯学習部」は、教育委員会の組織です!

「広報あさか」は、こちらから

# 団体・サークル情報 ~公民館利用サークル~

※サークルの連絡先は、活動している公民館へお問い合わせください。  
 ※活動日・時間は、変更される場合があります。  
 ※中央公民館は令和7年9月~8年8月まで工事のため休館予定です。  
 ※南朝霞公民館は令和7年8月(予定)まで工事のため休館です。

## ■スポーツ・レクリエーション

種目	サークル名	活動館	活動日	活動時間
合気道	朝霞市合気道部瑞峰館	中	金(1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:30
エアロビクス	美ボディエクササイズサークル JUNE	中	水(1・2・3)	10:00 ~ 12:00
	エアロビサークル KZ	東	月(1・3)	9:30 ~ 12:00
	ND ワークアウト	東	水(不定期)	9:00 ~ 12:00
	MC クレヨン体操	南	木(1・2・3・4・5)	10:00 ~ 11:30
グラウンドゴルフ	朝霞グラウンドゴルフ連合	中	不定期	不定
四半的弓道	朝霞市四半的弓道連盟	東	木(不定期)	18:00 ~ 21:30
		南	木(不定期)	13:00 ~ 16:30
弓道	朝霞市弓道連盟	全館	不定期	不定
剣道	L.C.天狼会	内	土(不定期)	17:00 ~ 21:30
ジョギング	朝霞ジョギングクラブ	中	不定期	不定
ストレッチ・体操	らくらく健康体操	中	火(1・2・3・4・5)	10:00 ~ 11:30
	楽脳口コモ健幸	中	金(1・2・3・4・5)	9:00 ~ 12:00
	いきいき健康体操自彊術	中	不定期	10:00 ~ 11:30
	きらりんエクササイズクラブ	中	水(1・2・3・4・5)	14:00 ~ 15:30
	マイ体操	中	水(1・2・3・4・5)	9:00 ~ 11:00
	優美体操	中	木(1・2・3・4・5)	10:00 ~ 11:30
	楽。コンディショニング	中	水(1)	13:30 ~ 15:00
	健幸寿命の楽脳	東	土(1・2・3・4・5)	9:00 ~ 12:00
	健康体操「自彊術」和	東	土(2・4)	10:00 ~ 11:30
	自彊術クラブ	東	火(1・3)	13:00 ~ 16:00
	ストレッチ体操たんぽぽ	東	金(2・4)	13:00 ~ 16:00
	背骨まっすぐ Life	東	月(1・3・5)	9:30 ~ 11:30
			金(1・2・3・4・5)	13:30 ~ 16:30
	グッパ体操	東	月(1・3)	9:00 ~ 12:00
	ひなた体操クラブ	東	火(2・4)	13:00 ~ 15:00
	フィジカルトレーニングサークル	東	木(1・2・3・4・5)	10:00 ~ 12:00
	婦人健康体操クラブ	東	土(1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:00
	自彊術かがやき	西	月(1・3・5)	10:00 ~ 11:30
		南	月(2・4)	10:00 ~ 11:30
	キャロットストレッチクラブ	西	水(1・2・4・5)	13:00 ~ 16:30
	クレヨン健康体操	西	火(1・3・4・5)	10:00 ~ 11:30
	3B 体操	西	木(1・2・4)	19:30 ~ 21:00
	土曜会(自彊術)	西	土(2・4)	10:00 ~ 11:30
	バランスボールクラブ	西	木(2・4)	13:30 ~ 15:00
	プラズマローゲン楽脳	西	月(1・3・5)	13:00 ~ 16:00
			金(2・4)	13:00 ~ 16:00
	フレイル楽楽	西	木(1・2・3・4・5)	9:00 ~ 12:00
	リズム倶楽部	西	水(3)	13:30 ~ 15:00
	レク体操クラブ	西	金(1・3・4・5)	10:00 ~ 11:30
	足裏美人会	南	日(3)	13:00 ~ 16:00
	E-box	南	金(4)	10:00 ~ 11:30
	自彊術体操	南	木(1・2・3・4・5)	9:30 ~ 12:00
	sue ストレッチ	南	火(1・2・3・4・5)	9:30 ~ 12:00
	脳細胞増の楽脳	南	月(2・4)	13:00 ~ 16:00
			木(1・3・5)	13:00 ~ 16:00
	のびのび体操	南	水(1・2・3・4)	10:00 ~ 11:00
	南っ娘リンパ	南	火(3)	10:00 ~ 12:00
	3B 体操サークル	南	火(1・2・4)	13:00 ~ 15:00
	骨盤美活	北	月(1・3・5)	10:00 ~ 11:00
	サンデーストレッチクラブ	北	日(2)	9:30 ~ 12:00
	スマイルナイトストレッチ	北	土(1)	18:30 ~ 20:30
	パドル体操サークル	北	土(2・4)	10:00 ~ 11:30
	リズム・ジャズ体操	北	木(1・2・4)	14:00 ~ 16:00
	内間木バランスボール	内	水(2・4)	13:30 ~ 14:40
	踊る体操 楽脳	内	水	9:00 ~ 12:00
	健康体操自彊術	内	火(1・2・3・4)	9:30 ~ 12:00
	光齢者の体操	内	火(1・3・5)	13:00 ~ 16:00
スタイル	内	水	9:00 ~ 12:00	

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
ストレッチ・体操	リンパデトックス	内	水(2・4)	13:00～16:30
		内	金(3)	13:00～16:30
ソフトボール	朝霞市ソフトボール協会	中	土(不定期)	不定
		中	日(不定期)	不定
太 極 拳	楊名時太極拳和乃会	中	水(1・2・3・4)	15:00～16:15
	朝霞太極拳クラブ	中	日(不定期)	9:00～12:00
		東	日(不定期)	9:00～12:00
		南	日(不定期)	9:00～12:00
	あすなる会	東	火(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	さわやか気功太極拳	西	金(1・2・3・4)	13:00～15:00
金曜太極拳	南	金(1・2・3・4・5)	10:00～12:00	
卓 球	折卓クラブ	東	土(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
	霞クラブ	東	月(2・4)	17:00～21:30
		東	木(1・3・5)	13:00～16:30
	火曜クラブ	東	火(不定期)	13:00～16:30
	サクラ草クラブ	東	金(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	ジョーカーズ	東	水(1・2・4)	9:30～12:00
	みやたま	東	土(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	年金者組合「卓球を楽しむ会」	東	金(不定期)	13:00～16:30
	朝霞ラージ愛好会	西	不定期	13:00～16:30
	朝霞ラージ愛好会	西	日(2)	9:00～12:00
	朝霞ラブオール	西	日(2・4)	13:00～16:30
	西卓クラブ	内	日(1・3・5)	13:00～16:30
	朝霞市卓球協会	西	火・土(1・2・3・4・5)	17:00～21:30
	朝霞卓球練習会	北	水(1・2・3・4・5)	17:00～21:30
	朝霞卓球練習会	東・西・北・内	不定期	不定
	スマイル卓球クラブ	北	水(1)	13:00～16:30
		東・内	金(3)	13:00～16:30
	卓遊会	北	不定期	13:00～16:30
			土(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
	卓悠クラブ	北	金(2・4・5)	9:00～12:00
金(1・3)			9:00～12:00	
朝卓会	東・北・内	土(1・3)	9:00～12:00	
		土(不定期)	13:00～16:30	
ザ・ローズ	内	土	9:00～12:00	
殺 陣	朝霞殺陣の会ジョイ	内	木(1・3・5)	13:00～16:30
登山・ハイキング	朝霞市歩こう会	中	日(不定期)	14:00～16:00
	山遊会	中	火(3)	18:30～20:00
ノルディックウォーク	NPO 法人 NORDIC あさか	中	水(1・2・3)	9:00～12:00
バドミントン	HONE の会	東	火(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	バドミントン同好会	西	木(1・2・3・4・5)	9:00～11:00
バレーボール	アサカスリー	内	不定期	不定
ピラティス体操	あかつきピラティスサークル	中	ピラテス・ソリ・チュード	10:00～11:30
		東	火(2・4)	10:30～12:00
		西・南	月(1・3・5)	10:30～12:00
			不定期	10:30～12:00
吹 き 矢	あさか健康吹矢サークル	内	月(2・4)	10:30～12:00
		東	月(1・3)	13:30～15:00
ミ ニ テ ニ ス	サンフラワー	東	不定期	不定
	あざみ	西	水(2・4)	9:00～12:00
			金(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	キューティーズ	内	金	9:00～12:00
	ワイエスクラブ	内	水(1・3)	9:00～12:00
ユ ニ カ ー ル	朝霞ユニカール愛好会	内	土	13:00～16:30
		中	水(不定期)	13:00～16:30
		西	火(1・3・5)	13:00～16:30
	あさかユニカール同好会	南	木(2・4)	13:00～16:30
		東	土(1)	9:00～12:00
		東	不定期	13:00～16:30
		北	金(1・2)	13:00～16:30
		内	火(2)	9:00～12:00
内	不定期	13:00～16:30		
ヨ ー ガ	APPLE YOGA	中	火(1・2・3・4・5)	10:00～12:00
		中	日(1・2・3・4・5)	10:00～12:00
		中	不定期	不定
ヨ ー ガ	タイ式ヨガアルン	中	火(1・2・3・4・5)	10:00～12:00
		中	日(1・2・3・4・5)	10:00～12:00

サークルの連絡先は、活動している公民館へお問い合わせください。

中央公民館 : 048-465-7272 東朝霞公民館 : 048-463-9211 西朝霞公民館 : 048-462-1411  
 南朝霞公民館 : 048-461-0163 北朝霞公民館 : 048-473-0558 内間木公民館 : 048-456-1055

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
ヨ ー ガ	健康増進リフレッシュヨガ	東	水 (1・2・3・4・5)	9:00 ~ 12:00
	ヨガ・サークル	東	火 (1・2・3・4・5)	14:00 ~ 15:30
	ヨガクラス	西	土 (1・2・3・4)	9:00 ~ 12:00
	ヨガサークルモロッコ	西	金 (2・4)	10:00 ~ 11:00
	ヨガいずみ会	南	金 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 11:30
	ASUHI YOGA	南	不定期	10:00 ~ 12:00
	ハート & ボディ	内	水	10:00 ~ 12:00
	ヨガ	内	金	9:30 ~ 12:00
レクリエーション	朝霞ほのぼの会	東	日 (2)	10:00 ~ 12:00
	ピックルボール 朝霞	東	日 (1・3・5)	不定
	ピックルボール 朝霞	西	日 (2・4)	不定
	フレッシュアップ体操	西	水 (1・3・5)	10:00 ~ 11:30
野 球	朝霞市野球連盟	中	火 (4)	13:30 ~ 15:00
			金 (2)	10:00 ~ 12:00
野 球	朝霞市野球連盟	中	不定期	不定

## ■ダンス・バレエ

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
クラシックバレエ	ピリエット	北	火 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 14:45
社 交 ダ ンス	ウイング. ダンス. クラブ	中	土 (1・2・3・4・5)	9:30 ~ 12:00
	社交ダンス愛好会	中	土 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:30
	ダンスサークル「ピーチ」	北	火 (1・2・3・4・5)	14:45 ~ 16:30
	水曜ダンスクラブ	北	水 (1・3・5)	13:00 ~ 14:00
	朝霞ソーシャルダンスクラブ	南	水	17:00 ~ 21:00
ジャズダンス	A・D・A	中	木 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:30
ス ポ ー ツ ダ ンス	朝霞市SDクラブ	内	火	13:00 ~ 16:30
		中	水	13:00 ~ 16:30
		南	金	13:00 ~ 16:30
鳴 子	遊人	中・東・南・内	不定期	不定
	遊人	西	土曜日	不定
	askaka 華撃団	中	日 (1・2・3・4)	17:00 ~ 21:30
	朝霞鳴子一族め組	中・東・南	不定期	不定
	朝霞和楽	全館	不定期	不定
	夏舞徒	全館	不定期	不定
	若櫂	中	不定期	不定
	朝霞いぶき	東・西・南・内	不定期	不定
	陵 一RYO一	南・内	木 (不定期)	19:00 ~ 20:30
ヒップホップダンス	キッズ Dancepop	中	土 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 21:30
			金 (1・2・3・4・5)	19:30 ~ 21:30
		東	火 (1)	10:00 ~ 12:00
フ ォ ー ク ダ ンス	ワールド サークル	北	火 (3)	10:00 ~ 12:00
		北	木 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 12:00
		北	土 (2・4)	17:30 ~ 21:30
フ ラ ダ ンス	フラ・オハナ・カムケアII	中	金 (1・2・3・4)	14:15 ~ 16:00
	フラ・オハナ・モキハナ	中	金 (1・2・3)	13:00 ~ 14:30
	フラ・オハナ・レファ	中	火 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:00
	Makani.Malie	中	金 (1・2・3・4・5)	15:00 ~ 16:30
	ホクレア	中	日 (2・4)	9:00 ~ 12:00
	ホクレア	東	不定期	不定
	フラサークル ナーブア オ カラニ	中	金 (4)	10:00 ~ 12:00
	フラサークル ナーブア オ カラニ	東	金 (2)	10:00 ~ 12:00
	フラ・オハナ・カムケアI	東	水 (1・2・3・4)	13:00 ~ 16:00
	レイモキハナ	中・東・南・北・内	不定期	不定
ベ リ ー ダ ンス	タナカヤ	西	土 (2・4)	9:30 ~ 11:30
		北	金 (1・2・3・4・5)	18:00 ~ 21:00
		東	不定期	不定
ベ リ ー ダ ンス	タナカヤ	南	不定期	不定

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
ベリーダンス	ベリーベリー	東	月(1・3・5)	10:00～12:00
モダンバレエ	モダンバレエ アラベスク	南	金(1・2・3・4・5)	17:00～21:30
	モダンバレエ ソレイユ	南 西	日(1・3・5) 日(2・4)	17:00～21:30 17:00～21:30
民族ダンス	Aisayaw	南	金(1・2・3・4・5)	14:00～16:30
			水(不定期)	14:00～16:30

## ■音楽

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
オカリナ	オカリナたんぽぽ	南	木(2)	9:30～12:00
	オカリナ風恋土	内	火(2) 土(1・3・4)	13:00～16:30 13:00～16:30
オーケストラ	ジャパン・トロンボーンオーケストラ	中	不定期	不定
カラオケ	霞カラオケ教室	中	金(1・2・3・4・5)	13:00～16:00
	カラオケ愛好会	中	水(2・3・4)	13:00～16:30
	コスモス歌謡サークル	中	火(1・3)	17:30～19:30
	さくら歌謡クラブ朝霞	中	木(1・2・3)	13:30～16:30
	さざんかの会	中	木(1・3)	13:00～16:00
	新声会	西	金(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
ギタ－	ブリランテ・デ・ラ・ギターラ	中	火(1・2・3・4・5)	9:00～16:30
	ギターサークル カデンツァ	内	土	9:00～12:00
コーラス・合唱	朝霞市合唱連盟	中	不定期	不定
	あさか女声コーラス	中	火(1・3)	10:00～12:00
	合唱団 絆	中	土(2)	9:00～11:30
	コール・アモーレ	中	金(1・2・3・4)	13:00～16:30
	クリスタルハーツ	中 南	土(1・3) 土(4・5)	10:00～12:00 10:00～12:00
	フェアビアンカ	中	金(1・2・3・4・5)	9:30～12:00
	予防療法ばげない合唱団	中	日(1・3)	9:00～12:00
	童謡を歌う会 赤い靴	西	木(1・3)	13:00～16:30
	マロニエ	西	水(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
	白百合ママさんコーラス	南	水(不定期)	10:30～12:00
	マンマ ヴォーチェ	南	水(不定期)	14:00～16:30
三味線・唄 箏	邑水会	西	土(1・2・4)	13:30～15:30
	華時計の会	東	水(1・3)	9:00～12:00
吹奏楽	朝霞市民吹奏楽団	中	土(2・4)	17:00～21:30
		内	不定期	不定
大正琴	コミセン かくれんぼ	中	木(2・4)	10:00～12:00
	コミセンわらべ	中	土(2・4)	9:30～12:00
童謡	うたの広場	西	火(1・3)	13:00～16:00
	童謡を歌う会かなりや	南	土(1・3)	13:30～16:30
ハーモニカ	年金者組合 ハーモニカの会	東	火(1・3)	13:00～15:00
ピアノ	たんぽぽの会	中	不定期	不定
	やさしいピアノの会	中	金(2・4)	9:00～12:00
フルート	朝霞フルートクラブ	内	水	19:00～21:30
邦楽	朝霞市邦楽連盟	中	不定期	不定
		南	木(1)	13:30～16:00
平家琵琶	平家琵琶友の会	中	日(1・3)	17:00～20:00
	朝霞マンドリンアンサンブル	中	水(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
	マンドリン奏	中	木(2・4)	9:00～12:00
マンドリン	マンドリン・サルビア	東	金(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	リコーダーサークル クレッシェンド	東	火(1・2・3・4・5)	18:30～20:30

## ■芸能

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
詩 吟	朝霞吟詠サロン	中	火(2・4)	13:00～16:00
	吟成会	中	土(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	朝霞岳欽会東教場	東	木(1・2・3・4・5)	13:00～16:00
	心萌会	東	不定期	不定
	東邦吟詠同好会	東	木(1・2・3・4・5)	17:30～21:00
	西吟会	西	水(1・2・4)	13:00～16:30

サークルの連絡先は、活動している公民館へお問い合わせください。

中央公民館 : 048-465-7272 東朝霞公民館 : 048-463-9211 西朝霞公民館 : 048-462-1411  
 南朝霞公民館 : 048-461-0163 北朝霞公民館 : 048-473-0558 内間木公民館 : 048-456-1055

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
詩 吟	吟月会	南	月 (2・4)	13:00 ~ 16:00
	朝志ヶ丘詩吟クラブ	北	金 (1・2・3・4)	13:00 ~ 16:00
人 形 劇	人形劇サークルたんぼぼ	南	水 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 16:00
舞 踊	能楽を楽しむ会朝霞教室	中	火 (1・2・3)	15:00 ~ 16:30
	ちのりの会	東	水 (1・2・3・4)	9:00 ~ 12:00
	若穂会	東	木 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:30
民 踊	わかば会	南	木 (2・4)	13:00 ~ 16:00
	民友会	北	水 (1・2・3・4・5)	9:00 ~ 12:00
	朝霞市あおば民踊会	内	金 (1・2・3・4)	13:00 ~ 15:30
謡 曲	青葉会	中	金 (1・3)	13:00 ~ 16:30
	霞諷会	南	不定期	不定
		西	木 (2・4)	10:00 ~ 12:00
落 語	あけぼの会 (あさか落語研究会)	中	金 (1)	17:00 ~ 21:30
			土 (3)	13:00 ~ 16:30
和 太 鼓	峯流朝霞太鼓	内	日 (1・3)	9:00 ~ 12:00

## ■芸術・文化

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
油 絵 ・ 水 彩 画	デッサン二流会	西	土 (1・3)	13:00 ~ 16:00
	西彩会	西	木 (1・2・3)	9:00 ~ 16:00
絵 画	絵の会「くちなし」	中	水 (1・3)	13:00 ~ 16:30
	ナヴァ会	中	木 (1・2)	13:00 ~ 16:30
			木 (3)	17:00 ~ 20:00
	芳美会	中	火 (1)	13:00 ~ 16:30
			火 (3)	10:00 ~ 16:30
	アートサークルえかきやさん	内	土 (1・2・4・5)	13:30 ~ 16:30
華 道	古流生け花サークル	中	土 (3)	9:00 ~ 12:00
	若葉会	南	月 (2・4)	9:00 ~ 12:00
	花宝会	内	木 (1・3)	10:00 ~ 12:00
茶 道	五葉会 (裏千家)	南	木 (2・4)	10:00 ~ 15:00
写 真	朝霞市写真連盟	中	土 (2)	18:00 ~ 21:00
	朝霞市写真同好会	中	土 (2)	18:00 ~ 21:00
書 道	書道秋桜会	中	土 (1)	13:00 ~ 16:30
	つくし書道会	中	金 (1・2・3)	13:00 ~ 16:00
			水 (1・2・3)	18:00 ~ 21:00
	游墨会	中	金 (2)	10:00 ~ 12:00
	東筆会	東	金 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 12:00
	筆と遊ぶ会	西	水 (1・2・4)	10:00 ~ 12:00
	煌風会	北	日 (2・4)	9:00 ~ 12:00
	書道の会	内	水 (1・2・3)	13:00 ~ 16:00
	かなの会	内	木 (2・4)	13:00 ~ 16:00
南書道会	南	火 (1・2・3)	9:00 ~ 12:00	
水 墨 画	游々会東	東	土 (2)	13:00 ~ 16:30
	西墨会	西	月 (1・3)	13:00 ~ 15:30
日 本 画	日本画愛好会	東	土 (2・4)	13:00 ~ 16:30

## ■趣味・教養

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
囲 碁	朝霞市囲碁連盟	中	木 (3)	9:00 ~ 16:30
		東	日 (2)	9:00 ~ 16:30
		西	火 (2・4)	9:00 ~ 16:30
		南	日 (1・5)	9:00 ~ 16:30
		北	日 (4)	9:00 ~ 16:30
		内	日 (3)	9:00 ~ 16:30
	日本棋院朝霞支部	中	土 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:00
		南	水 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:00
			金 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 16:00
		囲碁サロン・彩霞	東	火 (2・4)
北	月 (1)		9:30 ~ 12:00	
か る た	朝霞かるた会	中	月 (3)	13:00 ~ 16:00
			土 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 21:30

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
着 付 け	和み(きものサークル)	中	水(1・3)	9:00～12:00
	藤の会	中	土(2・4)	13:00～15:30
	着付 つゆくさ	東	火(1・2・3・4・5)	13:00～16:00
	襟紗会	西	水(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
	きものぐるーぷ	南	水(1・3)	13:00～16:30
		金(1・3)	13:00～16:30	
	ちりめんの会	北	不定期	13:00～16:30
将 棋	朝霞市将棋愛好会	北	土(1・2・3・4・5)	13:00～16:30
			日(2・4)	13:00～16:30
釣 り	東埼ヘラ研	南	日(1・3・5)	13:00～16:30
		中	不定期	17:00～20:00
手 品	朝霞マジックサークル	南	土(1・4)	14:00～16:00
		中	金(1・3)	13:00～16:30
パ ソ コ ン	朝霞市中央パソコンサークルひだまり	中	金(1・3)	13:00～16:30
	よちよちパソコンサークル	中	日(1・2・3・4・5)	9:00～12:00
	東朝霞パソコンクラブ	東	火(1・3)	9:00～12:00
フラワーアレンジメント	フラワーバスケット	中	木(2)	13:00～16:00
	フローラルエンジェル	中	火(2)	10:00～12:00
	Ohana 親子フラワーサークル	西	日(不定期)	10:00～12:00
包 丁 研 ぎ	包丁を知る会	中・内	不定期	9:30～15:30
麻 雀	朝霞麻雀愛好会	中	日(不定期)	13:00～16:30
	雀の会	東	月(1・3)	13:00～16:30
料 理	キッチン友の会	西	土(2)	11:00～16:00
	ヘルシークッキング	内	不定期	不定
	わくわく広場	内	水(3)	10:00～13:00

## ■手工芸

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
編 み 物	まくらめを編む会	中	水(2・4)	10:00～12:00
	ハンドメイドの会	東	月(3)	13:00～16:30
	手編同好会	西	土(2・4)	10:00～15:00
	毛糸あそび	南	金(2・4)	13:00～16:00
	手編み仲間	北	金(2・4)	9:00～12:00
	手編みクローバー	内	木(2・4)	10:00～12:00
絵 手 紙	新日本婦人の会 絵手紙小組	東	金(3)	13:30～16:30
	絵手紙クラブ 楽描	西	水(3)	10:00～16:30
	絵手紙どんぐりの会	西	木(1)	9:00～12:00
	こでまりの会	北	金(2)	13:00～16:30
紙 粘 土 人 形	紙粘土クラブ さくら	東	土(1・3)	13:00～16:00
切 り 絵	朝霞市レク協楽しみ発見友の会	中	水(1・3)	9:30～11:30
	かすみ切り絵同好会	中	木(1・3)	13:00～16:30
	創作切り絵	中	火(1・3)	9:00～12:00
	内間木切り絵同好会	内	木(4)	13:00～16:00
ク ラ フ ト	カルトナーージュを楽しむ会	中	金(3)	9:00～12:00
七 宝 焼	朝霞七宝クラブ	中	火(1・2・3・4)	13:30～16:30
ス テ ン ド グ ラ ス	ステンドグラスの会	東	水(1・2・3・4・5)	9:00～15:30
染 色	藍の会	中	金(2)	9:30～16:00
テ ディ ベ ア 製 作	ぶちテディ	東	日(2)	13:00～16:30
陶 芸	楽陶会	東	水(2・4)	13:00～16:00
	陶遊会	東	水(1・3)	13:00～16:30
	耀陶会 1 班	内	金(3)	9:00～16:30
	耀陶会 2 班	内	金(2)	9:30～16:30
	耀陶会 3 班	内	金(4)・他	9:00～16:30
トールペイント	ペインティングクラブ	西	金(1・2・3・4・5)	10:00～12:00
	トールペイント ペパーミントの会	内	木(1・3)	13:00～16:30
パ ッ チ ワ ーク	はまなすの会	中	日(2)	13:00～16:30
	パッチワーク和	西	火(2・4)	9:00～12:00
ビ ー ズ 製 作	Cherry Beads Club	南	金(不定期)	10:00～12:00
フ ラ ワ ー ク ラ フ ト	ハビネスフラワー	南	水(3)	10:00～12:00
ポ ー セ リ ン ペ イ ン ト	ポーセリンアーティスト	西	不定期	10:00～15:00
レ ザ ー ク ラ フ ト	レザークラフト 薔薇の会	西	火(不定期)	13:00～16:30

サークルの連絡先は、活動している公民館へお問い合わせください。

中央公民館 : 048-465-7272 東朝霞公民館 : 048-463-9211 西朝霞公民館 : 048-462-1411  
 南朝霞公民館 : 048-461-0163 北朝霞公民館 : 048-473-0558 内間木公民館 : 048-456-1055

## 語学・文学

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
英 語	グリーンクラブ	中	木 (1・2・3・4)	9:30 ~ 13:40
	シードEC	中	火 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 12:00
	シュガーケイン	中	火 (1・2・3・4・5)	18:45 ~ 21:00
	With you	南	木 (1・2・3)	9:30 ~ 12:00
	フレンドリー	北	火 (1・2・3・4・5)	9:00 ~ 11:00
韓国語・ハングル語	コッタバル	中	水 (不定期)	10:00 ~ 12:00
	マンナム	中	水 (2) 金 (3)	13:00 ~ 16:30 13:00 ~ 16:30
古 典 文 学	源氏物語の会	中	金 (2・4)	10:00 ~ 12:00
中 国 語	朝霞中国語の会	中	土 (1・2・3・5)	13:00 ~ 16:30
読 書	川の会	西	火 (1・3)	9:00 ~ 12:00
俳 句	句会「こころ」	中	日 (2)	13:00 ~ 16:00
	篠の子句会	南	火 (1)	13:00 ~ 16:30
	やよひ句会	北	土 (3)	9:00 ~ 12:00
朗 読	朗読 あさか	中	不定期	不定
		東	土 (2・4)	10:00 ~ 12:00
	朗読会ゆきばんご すまいる 朗読クレヨン	北	不定期	不定
		東	水 (1・3)	13:00 ~ 16:00
朗 読 ・ 音 読	虹の花	西	土 (1)	13:00 ~ 15:30
		東	木 (1・3)	9:30 ~ 12:00

## 社会・地域活動

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
家庭教育・子育て支援	あさか多文化子育ての会ばんびーに	中	金 (1)	10:30 ~ 12:00
	ひまわりの会 (保育)	南	月 (2・4)	10:00 ~ 12:00
健康・栄養学	素食研究会	中	水 (2)	13:00 ~ 16:30
高 齢 者 交 流	あ・さかつなぎスマホサロン	中	木 (4)	13:30 ~ 15:00
	プラムの会	中	日 (2・4)	10:00 ~ 11:00
	年金者組合朝霞支部	中	水 (1・3・4)	13:00 ~ 16:00
		南	金 (2・4)	13:30 ~ 16:30
	サロン・おたっしゃくらぶ	内・北	不定期	不定
国 際 交 流	AIS 朝霞地区インタナショナルソサエティ	中	金 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 12:00
手 話	あさか手話サークル (あじさい)	中	木 (1・2・3・4・5)	10:00 ~ 12:00
		中	金 (2・4)	19:00 ~ 21:00
	あさか手彩の会	中	火 (1・3) 日 (不定期)	9:00 ~ 12:00 9:00 ~ 12:00
障害者支援・交流	朝霞市聴覚障害者協会	中	土 (不定期)	不定
	劇団キラキラ	中	土 (3)	13:00 ~ 16:30
	たんぼぼリズム	中	不定期	9:30 ~ 12:00
	ライゼの会	中	日 (4)	13:00 ~ 16:00
地域活動・交流・支援・情報交換	朝霞いきいきネットワーク	中	火 (4)	13:00 ~ 16:00
	朝霞基地跡地の自然を守る会	中	日 (3)	9:30 ~ 12:00
	あさか・九条の会	中	不定期	不定
		南	土 (2)	9:30 ~ 12:00
	あさか憲法カフェ	中	火 (4)	9:00 ~ 12:00
	朝霞生活と健康を守る会	中	土 (3)	13:00 ~ 16:00
	朝霞稲門会	中	土 (1)	10:00 ~ 12:00
	朝霞の森秋まつり実行委員会	中	日 (不定期)	9:30 ~ 12:00
	NPO 法人あさかプレパークの会	中	不定期	不定
	NPO 法人朝霞ぐらんぱの会	中	不定期	不定
	おもちゃ病院あさか	中	金 (3)	13:00 ~ 16:00
	親業ルーム	中	不定期	不定
	基地跡地利用市民連絡会	中	日 (1)	9:30 ~ 12:00
	さようなら原発 4 市連絡会・朝霞	中	土 (不定期)	9:30 ~ 12:00
	市民が野党をつなぐ埼玉 4 区の会	中	不定期	不定
	まめっちょ	中	水 (2・3)	18:30 ~ 20:30
	特定非営利活動法人あさか市民大学	中・東・南	不定期	不定
	朝霞市地域活動支援センターれすと	西	木 (1)	13:00 ~ 16:00
	新日本婦人の会朝霞支部	東	不定期	不定
	生活クラブ生協朝霞支部 根岸台栄町地区	東	不定期	不定
	あ・さかつなぎ	南	火 (3)	13:00 ~ 16:00
	朝霞地区分譲マンション管理組合員交流会	南	土 (2)	14:00 ~ 16:30

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
点 訳	点訳グループ あさかアオリア会	東	木 (2・4)	10:00 ~ 12:00

## 子ども対象

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
生 け 花	こどもいけばな	東	土 (1)	10:00 ~ 11:30
	こどもいけばな花の輪	北	土 (2)	9:30 ~ 12:00
囲 碁	朝霞市囲碁子ども教室	中	土 (1・2・3・4・5)	9:00 ~ 12:00
英 語	こえど kids	中	木 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 21:00
	スパークリング Kids	東	水 (1・2・3・4・5)	16:00 ~ 18:30
華 道・茶 道	福の会	中	土 (1・2)	13:00 ~ 16:30
空 手 道	アサカキッズカラテ	東	日 (2・4)	9:00 ~ 12:00
	青少年空手クラブー友会 (東)	東	水 (1・2・3・4・5)	13:00 ~ 21:00
	青少年空手道クラブ (西)	西	木 (不定期)	18:30 ~ 20:30
	青少年空手道クラブ (南)	南	水 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 18:30
クラシックバレエ	プチバレリーナ	東	火 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 21:30
			土 (不定期)	19:00 ~ 21:30
	ローズクラシックバレエ	北	月 (1・3・5)	15:00 ~ 21:30
			木 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 21:30
			日 (不定期)	不定
ジャズダンス	Sweet Berry	東	水 (1・2・3・4・5)	17:00 ~ 19:00
新 体 操	ピクシー新体操クラブ	西	月 (1・3・5)	17:00 ~ 19:30
		南	月 (2・4)	17:00 ~ 19:30
造 形 絵 画	アートのかがやままんぶく SUN	中	不定期	不定
チ ア ダ ンス	R.D.K チアダンス Pink Diamante	南	火 (2・3・4)	18:00 ~ 21:00
テーマパークダンス	D & B	内	日 (1・3)	17:00 ~ 19:00
		東・北	日 (2・4)	17:00 ~ 19:00
ヒップホップダンス	キッズ Dance pop	中	金 (不定期)	19:30 ~ 21:30
		中	土 (不定期)	17:00 ~ 21:30
		内	不定期	不定
モダンバレエ	モダンバレエコスモス	西	木 (1・2・3・4)	17:00 ~ 19:30
	モダンバレエ シエル	南	火 (1・2・3・4・5)	18:00 ~ 19:30
野 球	朝霞ストロングス	中	不定期	不定
	ガッツナイン	西	不定期	不定
	朝霞ホーネッツ	全館	不定期	不定
	朝霞田島イーグルス	内	不定期	不定

## 親 子

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
親 子 レ ク	木馬クラブ	中	水 (1・2・3・4・5)	10:30 ~ 11:30
	ぴーす♡	中	不定期	不定
	ハローフレンズ	東	月 (1・3・5)	9:00 ~ 12:00
	たんぼぼクラブ	西	月 (3)	9:30 ~ 12:00
親 子 交 流	朝霞おやこ劇場	中	不定期	不定
親 子 体 操	Growing~ままのためのフィットネス	東	不定期	9:00 ~ 10:30
		中	不定期	9:00 ~ 12:00
		南	不定期	9:00 ~ 12:00

## その他

種 目	サークル名	活動館	活 動 日	活動時間
文 化 協 会	朝霞市文化協会	中	不定期	不定
自 主 研 究	デマンドタクシーを考える会	東	火 (2)	10:00 ~ 12:00
	野っ原詩の会	東	不定期	不定

# 団体・サークル情報

## 図書館利用サークル

サークルの連絡先は、活動している図書館へお問い合わせください。

図書館本館 : 048-466-8686

※サークルの連絡先は、活動している図書館へお問い合わせください。

図書館北朝霞分館 : 048-470-6011

※活動日・時間は、変更される場合があります。

種目	サークル名	活動日	活動時間	活動館
絵本の読み聞かせ	おはなしくらぶ	金(3)	11:30～12:00	図書館本館
絵本の読み聞かせと語り	朝霞おはなしの会	火(1・または3)	10:00～12:00	図書館本館
読書会	松の木読書会	金(2)	10:00～12:00	図書館本館
布絵本製作	ひよこの会	火(1・3)	13:00～15:00	図書館本館
絵本の読み聞かせ	おはなしの木	火(3)	4月～10月 15:30～16:00 11月～3月 15:00～15:30	図書館北朝霞分館

※団体・サークルの希望により、連絡先をお教えできない場合もあります。

## リサイクルプラザ企画運営協議会

### 【リサイクルプラザ企画運営協議会】

リサイクルプラザを拠点として、ゴミの減量化、5Rの啓発に取り組んでおり、「もったいない」を合言葉にスクールグッズシェアリングや各種講座を企画・運営しています。

市（行政）と市民とのパートナーシップ（協働）を実践し、ごみ減量化の一端を担い環境改善を目指しています。皆さんも一緒に活動しませんか。（※規約による謝礼があります。）

担当：資源リサイクル課 リサイクルプラザ

#### ◆対象◆

市内在住の18歳以上の方

#### ◆申込み・問い合わせ◆

リサイクルプラザ ☎048-486-0222（直通）

## あさか環境市民会議

### 【あさか環境市民会議】

活動内容：市内の自然環境の積極的な保全活動（里山の整備）や、「黒目川エコ探検」、「里山観察会」等のイベントを通して環境全般への理解など、普及啓発を行っております。

#### ◆対象◆

どなたでも

#### ◆会費◆

個人：1,000円 団体：3,000円 事業者：5,000円

#### ◆申込み・問い合わせ◆

環境推進課 ☎048-463-1504（直通）

#### ◆あさか環境市民会議ホームページ◆

<https://asaka-kankyo.1web.jp>



© むさしのフロントあさか

# 団体・サークル情報

## 朝霞市文化協会

担当：生涯学習・スポーツ課  
生涯学習係 ☎048-463-2920 (直通)

朝霞市書道連盟	朝霞市囲碁連盟
朝霞市華道連盟	朝霞市民吹奏楽団
朝霞市水墨画連盟	朝霞市民謡連盟
朝霞市切り絵連盟	朝霞市舞踊連盟
朝霞市写真連盟	朝霞市吟剣詩舞道連盟
朝霞市盆栽連盟	朝霞市合唱連盟
朝霞市日本画愛好会	朝霞市マンドリン連盟
朝霞市茶道連盟	朝霞市歌謡連盟
朝霞市洋舞踊連盟	朝霞市将棋愛好会
朝霞市三曲連盟	朝霞市箏曲連盟
朝霞市フラダンス連盟	朝霞市演奏家連盟
T . S . O . A	

## 【朝霞市文化協会】

市内の芸術文化団体が集まり、朝霞の文化の振興と向上のために活動しています。各団体への加入や新規団体の立ち上げなど、お気軽にご相談ください。

また、加盟団体も随時募集しております。

### ◆活動内容◆

1. 各団体の強化発展と連絡調整
2. 各種展示会及び発表会の開催  
芸術文化祭 (5月～6月)  
市民芸能まつり (6月～7月)
3. 文化祭の開催 (10月～12月)
4. 会員の顕彰 など



芸術・文化のロゴマーク

### ◆問い合わせ◆

朝霞市文化協会事務局  
(生涯学習・スポーツ課 生涯学習係内)

## 【朝霞市スポーツ協会】

スポーツとレクリエーションを広め、発展させることで、市民の体力の向上を図り、健康で明るい市民生活の振興に貢献するために活動しています。

市内のスポーツ・レクリエーション団体が加盟しています。

### ◆事業内容◆

1. 朝霞市民スポーツ大会(10月12日)の開催
2. 朝霞市ロードレース大会(11月23日)の開催

### ◆問い合わせ◆

朝霞市スポーツ協会事務局  
〒351-0016 朝霞市青葉台 1-8-1 総合体育館内  
☎048-465-5337 (火・金 10:00～16:00)

## 朝霞市スポーツ協会

担当：生涯学習・スポーツ課  
スポーツ係 ☎048-463-2403 (直通)

朝霞市陸上競技協会	朝霞市スポーツ協会合気道部
朝霞市野球連盟	朝霞市テニス協会
朝霞市スポーツ協会柔道部	少林寺拳法部
朝霞市剣道連盟	朝霞市ゲートボール連盟
朝霞市スポーツ協会水泳部	朝霞市ソフトボール協会
朝霞市相撲連盟	朝霞市レクリエーション協会
朝霞市卓球協会	朝霞市スポーツ少年団
朝霞市ソフトテニス連盟	朝霞市中学校体育連盟
朝霞市なぎなた連盟	朝霞市小学校体育連盟
朝霞市スポーツ協会空手道部	朝霞市グラウンド・ゴルフ連合
朝霞市バドミントン連盟	朝霞市琉球古武道部(本部御殿手)
朝霞市バレーボール連盟	朝霞市弓道連盟
朝霞市スキー連盟	朝霞市ミニテニス連盟
朝霞市バスケットボール連盟	朝霞市エアロビック連盟

## 朝霞市青少年育成市民会議

担当：こども未来課 こども未来係☎048-463-2930 (直通)

次代を担う青少年の健全な育成を、市民総ぐるみで推進することを目的として、市内の各団体が加盟しています。

### ★ 一般会員 (142 団体)

○関係機関	9 団体
○自治会・町内会	56 団体
○PTA 等	11 団体
○文化団体	14 団体
○スポーツ団体	21 団体
○レクリエーション団体	4 団体
○スポーツ少年団	9 団体
○小・中学校	15 団体
○高等学校	2 団体
○大学	1 団体

### ★ 特別団体 (11 団体)

◇青少年育成推進員朝霞市連絡会
◇青少年相談員朝霞市協議会
◇少年非行防止ボランティア連絡会
◇ボーイスカウト朝霞第1団
◇交通安全協会
◇交通安全母の会
◇更生保護女性会朝霞支部
◇保護司会
◇民生委員児童委員協議会児童部会
◇認定特定非営利活動法人メイあさかセンター
◇社会教育委員

### ◆活動内容◆

1. 青少年健全育成啓発活動
2. 機関紙「ひまわり」の発行
3. 「青少年を守り育成する家」看板設置
4. 「家庭の日」PR 活動 など

### 「青少年を守り育成する家」看板設置

小学校区の通学路に面した家や店舗等を中心に、青少年が危険な状況や被害にあった時の緊急避難先として、また、健全な成長ができるよう地域で見守る制度です。  
※シンボルマークが掲示してあります。



「青少年を守り育成する家」のシンボルマーク

※令和7年4月1日現在の加盟団体

# 講座・教室・催し物 情報ページについて



次頁以降の事業等は、  
令和7年4月1日現在の情報です。  
内容の変更、延期または中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。

朝霞市役所 ☎048-463-1111

※中央公民館は令和7年9月～8年8月まで工事のため休館予定です。

※南朝霞公民館は令和7年8月(予定)まで工事のため休館です。

全 般

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
就職支援セミナー	面接のポイント、応募書類の書き方、ビジネスマナーなど就職活動に役立つ知識を習得するセミナーです。	年3回程度 ※詳細は広報・ホームページで	朝霞市在住・在勤・在学の方で就職を希望している方	産業文化センター	無料	産業振興課 内線 2243 ☎048-463-1903
起業家育成支援セミナー	将来、起業・創業を目指している方を対象に、起業にあたってのチェックポイントや、夢を実現するためのステップを習得するセミナーです。	年3回程度 ※詳細は広報・ホームページで	市民または市内で起業をお考えの方	産業文化センター	無料	産業振興課 内線 2243 ☎048-463-1903
生涯学習体験教室	生涯学習ボランティアバンクの登録者が講師を務め、さまざまな講座を行います。	8月～1月 (予定)	市民	市内公共施設	無料または材料費等実費	生涯学習・スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
旧高橋家住宅活用事業「体験学習」	畑を活用した農業体験や、地域に伝わる年中行事などに関連した体験学習を行います。	6月～1月 (年5回)	市民	旧高橋家住宅	無料	文化財課 ☎048-463-2927
旧高橋家住宅活用事業「綿育て隊」	綿の植え付けから収穫まで、およそ半年をかけて畑で和綿を育てます。	5月～12月 (年10回)	市民	旧高橋家住宅	無料	文化財課 ☎048-463-2927
旧高橋家住宅活用事業「郷土の伝統芸能鑑賞教室 根岸野謡」	根岸台地区に伝わる伝統芸能「根岸野謡」(市指定無形文化財)を、旧高橋家住宅で公演します。	11月	どなたでも	旧高橋家住宅	無料	文化財課 ☎048-463-2927
旧高橋家住宅ガイドツアー	建造物や周囲の自然環境、年中行事など、旧高橋家住宅の魅力をご案内します。(体験学習等事業開催時にあわせて実施します。)	6月～1月 (年6回)	どなたでも	旧高橋家住宅	無料	文化財課 ☎048-463-2927
歴史講座	朝霞や周辺地域における郷土史について学習します(連続3回)。	1月～3月	市民	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
古文書講座	朝霞市内に残る古文書を読み解き、古文書の読み方とともに地域の歴史を学びます(連続5回)。	1月～3月	市民	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
プラネタリウム一般投映	地上では簡単に見ることのできない宇宙の姿をご覧いただけます。季節に応じた番組を投映しています。(市主催事業開催時は除く)	毎週日曜日 ① 11:00～ ② 13:30～ ③ 15:00～ (各回45分程度) 4月～8月 (予定)	どなたでも	中央公民館・コミュニティセンター	おとな200円 こども100円 市外5割増	中央公民館 ☎048-465-7272
プラネタリウム特別投映	春・夏休み期間や大型連休などにおいて、一般投映と同じ番組の投映に加え、星座の神話解説、クイズなどの企画を実施します。	春・夏休み等、学校の長期休暇中 彩夏祭等のイベント開催時 4月～8月 (予定)	どなたでも	中央公民館・コミュニティセンター	おとな200円 こども100円 市外5割増	中央公民館 ☎048-465-7272
成人教養講座	くらしに役立つさまざまな文化について学習していきます。	6月(予定)	市民	中央公民館・コミュニティセンター	無料または材料費等実費	中央公民館 ☎048-465-7272

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
成人教養講座	自己の実現と生きがいある生活をも求めることを目的とし、日常生活の充実や地域社会への参加などについて学習します。	6月～2月 (予定)	市民	西朝霞公民館	材料費	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
伝統文化講座	日本の伝統文化を学び、体験することで、その良さを再認識するとともに、生きがいある生活を求める等を目的に学習します。	12月(予定)	児童・市民	西朝霞公民館	材料費	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
生活教養講座	多種多様な文化や教養を学び、体験することで、生涯学習を始める機会を提供するとともに、参加者同士のコミュニケーションを深める場を提供します。	5月～3月 (予定)	市民	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211
生活教養講座	ちょっと気になる、もっと知りたい生活情報や、日常に役立つさまざまな知識を学びます。	9月～3月 (予定)	市民 (保育あり)	南朝霞公民館	材料費	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
映画会	親子で楽しめる映画や幅広い年齢層の方楽しんでいただける懐かしい映画を上映します。	9月～3月 (予定)	どなたでも	南朝霞公民館	無料	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
教養講座	講義や実習を通して、学ぶことの大切さや楽しさを学ぶ講座です。日々の生活に役立つ学習の場を提供します。	6月～1月 (予定)	市民	北朝霞公民館	材料費	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
生活教養講座	豊かで潤いのある生活を送るため、さまざまな体験により、知識を深め、日々の暮らしに役立てることを目的として実施します。	5月～3月 (予定)	市民	内間木公民館	材料費	内間木公民館 ☎048-456-1055
一般向け講座	多様なテーマで講座を開催。講座を通じて本と人をつなげます。 【令和6年度の講座】 「覗いてみよう ちはやふるの世界～百人一首からかるたまで～」競技かるたの講義と実演、体験	年1回開催 (予定)	市民(大人)	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
児童文化講座	講演や講座を通して、子どもと読書について学びます。 【令和6年度の講座】 「子どもと読書」	年1回開催 (予定)	市民(大人)	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
シネマライブラリー	名作や話題になった映画等を上映します。	年6回開催 偶数月の 第2日曜日 (予定)	市民(大人)	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
書庫見学ツアー	一般の方は入ることのできない書庫を見学するツアー。図書館員が、知っているようで知らない図書館の使い方を解説しながら、図書館の裏側もお見せします。	開催時期未定	市民(大人)	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
本の福袋	ラッピングで内容がわからなくされた本を、テーマやヒントを参考に借りていただく、恒例の新春企画です。普段、自分では選ばないような本と出会うチャンスです。	令和8年 1月上旬 (予定)	どなたでも	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
名画 THE 分館	名作と言われる作品を、大画面で上映し、映画の醍醐味と楽しさを体験できます。	8/17 (日)	どなたでも	産業文化センター 多目的ホール	無料	図書館北朝霞分館 ☎048-470-6011
簿記 3 級講座	就職や実務に役立つ日商簿記 3 級試験対策講座です。	9月中旬から 全 15 回 (予定)	市内在住・ 在学・在勤 の方	産業文化センター	3,000 円 程度 (テ キスト代・ 受験料別)	産業文化センター ☎048-487-6222
外国人講師と学ぶ 英会話入門	中学校程度の英語から始める フリートーク形式の講座で す。気軽に話せるようになり たい! という方に人気の講座 です。	4月～6月 毎週金曜 (全 12 回)	どなたでも (義務教育 終了程度の 英語力)	ゆめぱれす (市民会館)	5,000 円	ゆめぱれす (市民会館) ☎048-466-2525

## 展示・展覧会

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
男女共同参画週間 パネル展示	男女共同参画週間 (6/23～ 29) を多くの方に知って もらうために、パネル展示を通 して啓発活動を行います。	6月	どなたでも	※詳細はホーム ページで	無料	それいゆぷらざ (女性センター) ☎048-463-2697
平和パネル展	平和に関するパネルの展示を 実施し、あらためて平和の大 切さを見つめなおす機会を 広く市民に提供します。	※詳細は広報・ ホームページで	どなたでも	※詳細は広報・ ホームページで	無料	人権庶務課 内線 2362 ☎048-463-1738
芸術文化展	朝霞市文化協会会員による作 品展のほか、囲碁・将棋大会 などを行います。	5/24 (土) ～25 (日)・ 6/8 (日)	どなたでも	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
あさか発掘調査 速報展	令和 6 年度に実施した市内 の発掘調査成果について、出 土した土器や発掘調査の写 真パネル等を中心に紹介・展 示します。	7月～8月	どなたでも	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
テーマ展示 「朝霞市県展作品展」	第 73 回埼玉県美術展覧会 (県展) において出品された 市内作家の入選作品等を 集めて紹介します。	9/13 (土) ～9/28 (日)	どなたでも	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
第 38 回企画展 「根岸古墳群と内間 木古墳群～朝霞の古 墳時代～」	根岸古墳群と内間木古墳群を 中心として、朝霞の古墳時 代について紹介します。	3/8 (土) ～5/6 (火)	どなたでも	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
第 39 回企画展 「旅と宿場～川越街道 膝折宿を中心に～」 (仮称)	朝霞の歴史や文化に関連した 事柄についての学芸員による 調査・研究の展示を します。	11月～12月 (予定)	どなたでも	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
冬のギャラリー展示	朝霞の歴史・民俗・美術に関 わるテーマで、写真パネルを 中心とした展示を行います。	令和 8 年 1月～6月	どなたでも	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
小学校 3 年生 博物館利用授業展示 「昔の道具」	博学連携事業で来館する市内 小学校 3 年生の授業プロ グラムに沿った「昔の道具」 を展示します。	令和 8 年 1月～3月	どなたでも	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
朝霞市小・中学校 図工美術展	市内各小・中学校から選ば れた児童・生徒の図工美術 の作品を展示します。	1/10 (土)・ 11 (日)	どなたでも	産業文化センター	無料	教育指導課 内線 2432 ☎048-463-2884
朝霞市小・中・高等 学校書きぞめ展覧会	市内各小・中・高等学校から 選ばれた児童・生徒の書き ぞめの作品を展示します。	2/7 (土)・ 8 (日)	どなたでも	産業文化センター	無料	教育指導課 内線 2434 ☎048-463-2884

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
なかよし発表会・作品展	市内特別支援学級児童・生徒の学習発表会と作品展を実施します。	【発表会】 2/13 (金) 【作品展】 2/21 (土)・ 22 (日)	どなたでも	【発表会】 ゆめばれす (市民会館)ホール 【作品展】 産業文化センター	無料	教育指導課 内線 2433 ☎048-463-2884

## コンサート・舞台

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
第23回 らいぶらりコンサート	市民による図書館で楽しむミニコンサート。たくさんの音楽に出会えるよう実行委員会を中心に企画、開催しています。	5/25 (日)	どなたでも	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
朝霞市民吹奏楽団 プリズムコンサート	朝霞市民吹奏楽団によるコンサート。楽器の様々な音色を大人から子どもまで、楽しんでいただけるコンサートです。	6/15 (日)	どなたでも (未就学児 はご遠慮 ください)	産業文化センター	無料 (要整理券)	産業文化センター ☎048-487-6222
カヴァレリア・ ルスティカーナ ／道化師	敷居の高いオペラを身近に楽しんでいただくイベントです。オペラ「カヴァレリア・ルスティカーナ／道化師」を公演します。	9/27 (土)、 9/28 (日)	どなたでも (未就学児 はご相談 ください)	ゆめばれす (市民会館)	一般 5,000 円 学生 1,000 円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
Asaka Swing Fellows Jazz Live	地域在住音楽愛好者ビッグバンド「Asaka Swing Fellows」のジャズライブ。ゲストに日本の名サクソプレーヤー田辺信男氏をお迎えします。	4/12 (土)	どなたでも (未就学児 はご遠慮 ください)	ゆめばれす (市民会館)	500 円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
おーけすとら・ ぴとれ座 コンサート	おーけすとら・ぴとれ座のフルオーケストラによる演奏を、新年にふさわしいプログラムでお楽しみいただけます。	令和8年 1/10 (土)	どなたでも (未就学児 膝上は無 料)	ゆめばれす (市民会館)	一般2,500 (当日 3,000) 円 学生1,500 (当日 2,000) 円 小学生以下 500 円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
あさか寄席	毎年恒例、あさか寄席の第30回。言い回し・表現方法など日本語の不思議な魅力を笑いに乗せてご堪能いただけます。	令和8年 1/24 (土)	どなたでも (未就学児 はご遠慮 ください)	ゆめばれす (市民会館)	2,000 円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
昭和歌謡コンサート	愛され続ける童謡や懐かしの名曲を楽しむコンサートです。昭和を堪能する音楽で、心も体も元気になりましょう。4月、10月開催は宴会室高砂にて食事付です。	4/15 (火)、 7/25 (金)、 10/8 (水)、 令和8年 2/11 (水・祝)	どなたでも (未就学児 はご遠慮 ください)	ゆめばれす (市民会館)	2,500 円 (当日 3,000 円)、 5,500 円 (4月、10月 開催のみ)	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525

## 自然

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
寄せ植え教室 ～多肉植物で作るミニ チュアワールド～	多肉植物の基礎知識と寄せ植えの基本を学びます。寄せ植えで楽しく独自の世界観を創りませんか。	未定	18 歳以上	青葉台公園 (雨天時：朝霞市 立総合体育館)	1,000 円	総合体育館 ☎048-465-9811

まつり・催し

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
第42回 朝霞市民まつり 「彩夏祭」	本州最古のよさこい鳴子踊りの祭典「関八州よさこいフェスタ」や夜空を彩る打ち上げ花火のほか、あさか商工まつりや都市間交流など、数々の催物があります。	8/1（金） ～3（日）	どなたでも （催物によっては、事前に申込等が必要な場合があります）	朝霞中央公園・ 青葉台公園及び 周辺道路・ 北朝霞公園・ 産業文化センター	無料 （一部有料）	朝霞市民まつり 実行委員会事務局 （地域づくり支援課内） 内線 2252/2253 ☎048-463-2645
北朝霞 どんぶり王選手権 （北朝霞商業振興会）	市内外の飲食店などが、味・アイデア自慢の「どんぶり」を持ち寄り、来場者の投票により「どんぶり王」を決定します。	※詳細は広報・ ホームページで	どなたでも	埼玉県朝霞 県土整備事務所	※詳細は 広報、ホーム ページで	産業振興課 内線 2243 ☎048-463-1903
朝霞市 ストリートライブ	市で認定したミュージシャンやパフォーマーが、個性あふれるパフォーマンスを披露します。	※詳細は広報・ ホームページで	どなたでも	東武東上線 朝霞駅南口広場 （雨天時は、朝霞 駅東口広場）	無料	産業振興課 内線 2243 ☎048-463-1903
農業祭	農業者と消費者の交流の祭り。市内の農業者が丹精込めて育てた農産物の品評会や地元野菜の販売、農業団体による模擬店などの催しを行います。	11/30（日）	どなたでも	産業文化センター	入場無料	産業振興課 内線 2242 ☎048-463-1904
成人の日 記念式典	20歳の方を対象にお祝いのお式典を開催します。 ※該当の方には、10月上旬頃に案内状を送付します。	令和8年 1/12（月・祝） 成人の日	H17.4.2～ H18.4.1に 生まれた方	ゆめばれす （市民会館）	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
市民芸能まつり	歌あり、踊りあり、演奏あり！朝霞市文化協会会員をはじめ、市民による舞台発表会です。	6/8（日） 10:00～16:00 （予定）	出演：市内 在住・在勤・ 在学の方 観覧：どなた でも	ゆめばれす （市民会館）	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
第64回 朝霞市文化祭	朝霞市最大の文化イベントです。多くの市民が多彩な芸術、文化、芸能に参加し、朝霞の秋を彩ります。		出演：8月 頃に配布する 募集要項による 観覧：どなた でも	ゆめばれす （市民会館）	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
	歌謡発表会	10/ 5（日）				
	芸能のつどい	10/19（日）				
	将棋大会	10/26（日）				
	合唱演奏会	11/ 1（土）				
	吟剣詩舞道大会	11/ 2（日）				
	囲碁大会	11/ 2（日）				
	音楽祭	11/ 9（日）				
	吹奏楽演奏会	11/16（日）				
	マンドリン連盟発表会	11/23（日）				
	TSOA 発表会	11/30（日）				
サマー フェスティバル	公民館利用団体が日ごろの学習成果を発表し、相互の親睦を深めるとともに、地域の方々との交流を図ります。	8月（予定）	どなたでも	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	中央公民館 ☎048-465-7272
東朝霞公民館まつり	公民館利用団体が日ごろの学習成果を発表し、相互の親睦を深めるとともに、地域の方々との交流を図ります。	11月（予定）	どなたでも	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
西朝霞公民館まつり	公民館利用団体が日ごろの学習成果を発表し、相互の親睦を深めるとともに、地域の方々との交流を図ります。	10月(予定)	どなたでも	西朝霞公民館	無料	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
南朝霞公民館まつり	公民館利用団体が日ごろの学習成果を発表し、相互の親睦を深めるとともに、地域の方々との交流を図ります。	11月(予定)	どなたでも	南朝霞公民館	無料	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
北朝霞公民館まつり	公民館利用団体が日ごろの学習成果を発表し、相互の親睦を深めるとともに、地域の方々との交流を図ります。	10月(予定)	どなたでも	北朝霞公民館	無料	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
内間木公民館まつり	公民館利用団体が日ごろの学習成果を発表し、相互の親睦を深めるとともに、地域の方々との交流を図ります。	11月(予定)	どなたでも	内間木公民館	無料	内間木公民館 ☎048-456-1055
第39回図書館まつり	図書館の楽しさを再発見するお祭りです。さまざまな団体が、本を通じた展示や催し物を行います。	6/28(土)・ 29(日)	どなたでも	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
第48回あさか商工まつり	彩夏祭と同時開催するお祭りです。市内商工業者の出店やステージイベントなど、夏を盛り上げるイベントを実施します。	8/1(金)・ 2(土)・ 3(日)	どなたでも	朝霞市役所駐車場 陸上競技場前石畳 (予定)	一部参加 有料	朝霞市商工会 ☎048-470-5959
朝霞アートマルシェ2025	「アート」をテーマにした「市」を開催し、手づくり作品の展示と販売、親子によるアート作品づくり体験やミニコンサートなど多彩なイベントを実施します。	11月上旬 (予定)	どなたでも	朝霞駅周辺	一部参加 有料	朝霞市商工会 ☎048-470-5959
第19回あさか産業フェア	市内商工業の商品・製品の展示販売コーナー・ものづくり体験イベントなどのさまざまなイベントを開催します。	2/1(日) (予定)	どなたでも	産業文化センター	一部参加 有料	朝霞市商工会 ☎048-470-5959
第20回黒目川花まつり	黒目川流域を中心に、ステージイベントや模擬店など楽しいイベントが盛り沢山で開催します。	3月下旬 (予定)	どなたでも	黒目川および 桜並木・ 浜崎黒目花広場・ 産業文化センター他	一部参加 有料	朝霞市商工会 ☎048-470-5959
健康まつり	参加者が楽しみながら健康への気づきや関心を深めていただくイベントです。	11/23(日・祝) (予定)	どなたでも	わくわくどーむ (健康増進センター)	無料	健康づくり課 ☎048-423-4362
ASAKA 健康ラウンジ	健康づくりに関する講座や体験、意見交換を行っています。朝霞市の健康づくりを一緒にすすめますか？	年4回程度 ※詳細はホームページで	市民 どなたでも	保健センター他 ※詳細はホームページで	無料	健康づくり課 ☎048-423-4362
はあとぴあふれあい祭り	子供から高齢者まで、障害の有無に関わらず、だれもが気軽に交流ができるイベントです。	11/23(日・祝)	どなたでも	朝霞市 総合福祉センター	無料	朝霞市総合福祉 センター ☎048-486-2475
朝霞市障害者ふれあいセンターまつり『ふれあいマルシェ』	障害福祉への理解を促進するため、子どもから高齢者まで、障害の有無に関わらず、だれもが気軽に交流ができるイベントです。	10/25(土)	どなたでも	朝霞市障害者 ふれあいセンター	無料	朝霞市障害者 ふれあいセンター ☎048-456-1402
朝霞中央公園イルミネーション	多種多様なLEDで中央公園陸上競技場前石畳部分を彩ります。輝きを放つ公園内を歩き、ツリーの前で写真を撮り、冬の思い出を作りませんか。	11/29(土) ～1月末(予定) 16:30～21:00 (予定)	どなたでも	朝霞中央公園 陸上競技場前	無料	総合体育館 ☎048-465-9811

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
クラフト GARDEN	青葉台公園の中にある、ゲートボール場 (Cocoiroaoba) にワークショップやクラフト雑貨、飲食品等のブースが並び、五感で楽しめるイベントを開催します。	5/25 (日) 10:30~15:00 ※雨天中止	どなたでも	青葉台公園	出店者 1 ブース 2,000 円 入場: 無料	総合体育館 ☎048-465-9811
Soranomori (共催: チーム Soranomori)	青葉台公園の中にあるゲートボール場 (Cocoiroaoba) にて、ハンドメイド物販やワークショップ、飲食販売を行い、大人から子どもまで楽しめるマルシェを開催します。	10/19 (日) 10:30~15:00 ※雨天中止	どなたでも	青葉台公園	出店者 1 ブース 2,000 円 (予定) 入場: 無料	総合体育館 ☎048-465-9811
朝霞市 ふれあい推進事業	学校・家庭・地域がさまざまな取り組みを通して連携を深め、心豊かな青少年の育成を目指す事業です。5つの中学校区で実施します。	未定 (例年 10月・ 11月の土曜日 を中心に開催)	どなたでも	未定	無料	教育指導課 内線 2434 ☎048-463-2884

## 育児・教育

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
ファミリー・ サポート・センター 入会説明会	子育ての援助を受けたい方と子育ての援助ができる方が会員となり、お互い助け合っていく会員組織です。利用方法等をご案内します。	年 3 回 (土曜日) 10:00~11:00 ※個別対応あり (平日のみ)	ファミリー・ サポート・ センター 入会希望者 (保育あり)	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	ファミリー・ サポート・センター ☎048-483-4501
ファミリー・ サポート・センター サポート会員 養成講習会	子育ての援助をして下さる会員希望の方を対象に、活動に必要な知識や技術を身につけていただくための講座です。	年 2 回 3 日間 3 時間/日 9:00~12:00	ファミリー・ サポート・ センター、 援助会員 入会希望者 (保育あり)	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	ファミリー・ サポート・センター ☎048-483-4501
さくら 子育て支援センター	親子のふれあいの場としてご利用ください。子育てに不安や悩みを持っている方、サークルや仲間づくりをしたい方の相談もお受けします。	月~土曜日 (祝日を除く) 9:00~12:00 13:00~17:00	子育て中 (対象は小 学校就学 前) の方	さくら 子育て支援センター	無料	さくら 子育て支援センター ☎048-469-7065
きたはら 子育て支援センター	親子のふれあいの場としてご利用ください。子育てに不安や悩みを持っている方、サークルや仲間づくりをしたい方の相談もお受けします。	月~木・土・ 日曜日 (祝日を除く) 9:30~12:00 13:00~17:30		きたはら 子育て支援センター	無料	きたはら 子育て支援センター ☎048-476-8686
離乳食スタート教室	離乳食の開始時期やすすめ方、調理の方法などを学びます。 ※申し込み不要	4 か月児健 診の開催日	4 か月児と その保護者	保健センター	無料	子ども家庭センター ☎048-423-4369
離乳食 ステップアップ教室	赤ちゃんのいる家族の食生活に関する講座です。家族の食事から離乳食を取り分ける方法を紹介します。	月 1 回 10:00~11:45	7~11 か月 児 (第 1 子) の保護者	保健センター	無料	子ども家庭センター ☎048-423-4369
ひまわり教室	スキンシップをとりながら、楽しく体を動かす教室です。	月 1 回 10:00~11:30	からだの発 達に心配の あるお子さ んとその保 護者	保健センター	無料	子ども家庭センター ☎048-423-4369

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
マタニティ教室	安心して出産・育児が迎えられるように正しい知識・技術を学びます。	2回コース (奇数月) 1日目 13:30～15:30 2日目 10:00～12:00 または 13:30～15:30 1回コース (偶数月) 10:00～12:00 または 13:30～15:30 ※詳細は広報で	妊娠5～7 か月の初妊 婦とパート ナー	保健センター	無料	子ども家庭センター ☎048-423-4369
こぼんだ	親子で遊ぶことを通して、お子さんへの関わりを一緒に考えていく教室です。	月2回 10:00～11:30	ことば等、 精神発達面 に気がかり のあるおお むね2歳代 のお子さん とその保護 者	保健センター	無料	子ども家庭センター ☎048-423-4369
家庭教育学級 合同講演会	親や保護者、子どもに関わる大人が、次代を担う子どもに対し、いかに向き合い、その成長を促していくべきかをみんなで一緒に考えます。	11/6(木)	どなたでも	産業文化センター	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
育児講座	より良い子育てについて考え、実践するための知識の習得や情報交換をする講座です。	4月～3月 (予定)	子育て中の方	西朝霞公民館	材料費	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
子育て講座	子育てについて考え、実践するための知識や情報交換の機会を提供します。	6月～12月 (予定)	子育て中の方	北朝霞公民館	材料費	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
ブックスタート	4か月検診時に、赤ちゃんとその保護者の方を対象に絵本の読み聞かせの体験とファーストブックをプレゼント。絵本を通じて赤ちゃんとの保護者の心の触れ合うきっかけ作りを応援する事業です。	毎月2回 (水曜日) (予定)	4か月乳児 と保護者	保健センター (4か月検診会場)	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
赤ちゃん とママ・パパの おはなしタイム	ブックスタート終了後の赤ちゃんとの保護者の方を対象に、乳幼児期の絵本の楽しみ方をお伝えする講座です。楽しみながら絵本の読み聞かせやわらべうたなどを体験いただけます。	年12回程度 開催予定	ブックスタートが 終了した乳児 と保護者	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
プレママ・パパ 絵本講座 ～おなかの赤ちゃん と絵本を楽しんでみ ましょう～	赤ちゃんがお腹にいるときからの話しかけ、読み聞かせは、親子のきずなを深めていきます。読み聞かせの楽しさや大切さを実演を交えながらお伝えします。	年3回程度 開催予定	妊婦とその 家族	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686

# 消費生活

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
消費者教室	消費生活に必要な知識や情報を学ぶ講座を開催します。	※詳細は広報・ホームページで	市民	※詳細は広報・ホームページで	無料	地域づくり支援課 内線 2254 ☎048-463-2648
消費生活パネル展	消費者トラブルの事例やその対処法、消費生活に関する情報などをパネルでわかりやすく展示します。	※詳細は広報・ホームページで	どなたでも	※詳細は広報・ホームページで	無料	地域づくり支援課 内線 2254 ☎048-463-2648
親子消費者教室	親子で消費生活に関する知識を楽しく学べる講座を開催します。	※詳細は広報・ホームページで	市民	※詳細は広報・ホームページで	無料	地域づくり支援課 内線 2254 ☎048-463-2648

# 健康・福祉

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
地域福祉講演会	地域福祉について、市民の方々に理解し合い、推進していくための講演会です。	※詳細は広報・ホームページで	市民（保育あり・要事前申込み）	※詳細は広報・ホームページで	無料	福祉相談課 内線 2654・2657 ☎048-463-1594
民生委員・児童委員パネル展示	民生委員・児童委員の制度や歴史、委員の活動内容などについて紹介します。	※詳細はホームページ等で	どなたでも	※詳細はホームページ等で	無料	福祉相談課 内線 2654・2657 ☎048-463-1594
認知症サポーター養成講座	認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者として、自分のできる範囲で活動する方を養成します。	5月・7月・9月・11月・1月・3月（予定） ※詳細は広報・ホームページで	市内在住・在勤・在学の方	市内公共施設	無料	長寿はつらつ課 内線 2634 ☎048-463-1921
高齢者福祉と介護保険制度の市民説明会	これからの自分のこと、家族のこと考えてみませんか？介護保険のしくみや高齢者福祉サービスについてお届けします。	5/27（火）～5/29（木） ※詳細は広報・ホームページで	市民	市内公共施設	無料	長寿はつらつ課 内線 2636 ☎048-463-1952
栄養改善指導けんこうサロン	管理栄養士による食生活に役立つ情報を提供するほか、ワンポイントアドバイスなどを行います。体重測定や血圧測定もできます。	毎月第2金曜日 13:30～15:30 毎月第3水曜日 13:30～15:30	65歳以上の市民	朝志ヶ丘 高齢者地域交流室 栄町 高齢者地域交流室	無料	長寿はつらつ課 内線 2634 ☎048-463-1921
認知症の家族介護教室	認知症についての知識・理解を深め、対応方法について学びます。介護者同士の交流も図ります。	※詳細は広報・ホームページで	認知症（疑いを含む）のある家族を介護されている市民	市内公共施設	無料	長寿はつらつ課 内線 2634 ☎048-463-1921
さわやか健康教室	健康に対する意識が高まる中、健康づくりに関する手軽で身近なテーマを学習していきます。	5月（予定）	市民	中央公民館・コミュニティセンター	無料または材料費等実費	中央公民館 ☎048-465-7272
		5月～3月（予定）	市民	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211
		6月（予定）	市民	西朝霞公民館	無料	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
		9月～3月（予定）	市民（保育あり）	南朝霞公民館	無料	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
		6月～12月（予定）	市民	北朝霞公民館	無料	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
		9月～3月（予定）	市民	内間木公民館	無料	内間木公民館 ☎048-456-1055

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
普通救命講習 I・II・III (3時間) 上級救命講習 (8時間)	要望に応じ、対象となる年齢に合わせた心肺蘇生法(AEDを含む。)を中心に、応急処置等を指導します。上級救命講習は全年齢が対象となります。	随時	朝霞市内に在住・在勤・在学(中学生以上)の方	朝霞消防署又は浜崎分署の救急隊と相談の上、決定	無料	朝霞消防署 消防活動課 ☎048-463-0119 浜崎分署 ☎048-470-1190
応急手当講習 (1~2時間)	要望に応じ、応急処置(心肺蘇生法、AED、止血法)等を指導します。	随時	朝霞市内に在住・在勤・在学(中学生以上)の方	朝霞消防署又は浜崎分署の救急隊と相談の上、決定	無料	朝霞消防署 消防活動課 ☎048-463-0119 浜崎分署 ☎048-470-1190
社協出前講座	社協職員等が町内会・自治会、ボランティア団体、市内の企業や学校などに直接お伺いして、車いす体験講座・福祉体験講座・手話体験講座などを実施します。	随時	朝霞市内に在住の方・市内の企業など(おおむね10人以上)	市内どこでも	無料	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2485
住民参加型 在宅福祉サービス あいはあと事業 新規協力会員向け 講習会	高齢者や障害のある方等の日常生活での困りごとを支える有償ボランティア事業(あいはあと事業)に協力いただける方を対象に実施します。	随時	どなたでも	朝霞市 総合福祉センター 他	無料	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2485
手話体験	聴覚障害者に対する理解を深め、コミュニケーション手段のひとつである手話の普及を図ることを目的としています。	7月~8月 開講予定 全4回	朝霞市在住 で手話に興味がある方 小学生以上	朝霞市 総合福祉センター	無料	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2479
手話講習会(入門)	聴覚障害者に対する理解を深め、聴覚障害者のコミュニケーション手段のひとつである手話の普及を図り、将来的に朝霞市登録手話通訳者として活動する人材の育成を目的としています。	5/7~10/1 毎週水曜日 10:00~12:00 全20回 ※募集は終了 しています	朝霞市在住・ 在勤で、手話初心者の方(全日程参加可能な方)	朝霞市 コミュニティセンター他	テキスト 代のみ	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2479
手話講習会(基礎)	基本的な手話による会話力を身につけ、将来的に朝霞市登録手話通訳者として活動する人材の育成を目的としています。	10月~ 令和7年3月 開講予定 毎週水曜日 10:00~12:00 全20回	朝霞市在住・ 在勤で、入門修了もしくは同程度の技術を有する方(全日程参加可能な方)	朝霞市民会館他	テキスト 代のみ	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2479
手話講習会(中級)	手話技術のステップアップを図り、将来的に朝霞市登録手話通訳者として活動する人材の育成を目的としています。	5/1~9/25 毎週木曜日 19:00~21:00 全20回 ※募集は終了 しています	朝霞市在住・ 在勤で、基礎修了もしくは同程度の技術を有する方(全日程参加可能な方)	朝霞市 総合福祉センター	テキスト 代のみ	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2479

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
手話講習会（養成）	将来的に朝霞市登録手話通訳者として活動する人材の育成を目的としています。	10月 ～令和8年9月 開講予定 毎週木曜日 19:00～21:00	下記の条件をすべて満たす方 1. 朝霞市在住または在勤で、中級修了、または同等の技術を有する方（全日程参加可能な方） 2. 養成講習会選考試験に合格した方	朝霞市 総合福祉センター	テキスト代のみ	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2479

## 人権教育

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
平和に関する情報提供	市ホームページにおいて、平和学習のための情報を掲載します。市の取組や各地の平和に関する資料館の紹介や児童向けのページもあります。	通年	どなたでも	市ホームページ	無料	人権庶務課 内線 2362 ☎048-463-1738
あさか ひと ひと 女と男セミナー	公募による「あさか女と男セミナー企画・運営協力員」と協働し、男女平等社会の実現を目指すためのセミナーを開催します。	※詳細はホームページで	どなたでも (保育あり)	※詳細はホームページで	※詳細はホームページで	それいゆぷらざ (女性センター) ☎048-463-2697
女性に対する暴力をなくす運動	女性に対する暴力をなくす運動実施期間（11/12～25）に合わせ、象徴であるパープルリボンの作成や関連図書の紹介等を行い、女性に対する暴力の根絶、女性の人権尊重をめざします。	11月	どなたでも	※詳細はホームページで	無料	それいゆぷらざ (女性センター) ☎048-463-2697
市民人権教育研修会	人権問題の正しい理解と認識を深め、人権尊重の意識を高め、あらゆる差別に対処できるようみんなで一緒に考えます。	5/22（木） 14:00～15:30	どなたでも	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
人権問題講演会	様々な人権問題を題材に、一人一人の人権の大切さを考えましょう。	7/18（金） 14:00～15:30	どなたでも	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
企業人権教育研修会	企業内での人権意識の向上を目指します。	未定	市民 及び企業	未定	無料	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
第23回北足立郡市町人権フェスティバル (北足立郡市町同和対策推進協議会)	多くの人々の交流を促進し、差別や偏見のない人権が尊重されるまちづくりを目指して、パネル展示や講演会などを行います。	10/24（金）	どなたでも	新座市民会館 (新座市)	無料	人権庶務課 内線 2362 ☎048-463-1738

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
人権教育講座	人権に対する正しい理解と認識を深め、生活の中にある人権問題への意識を高めていくことを目的に実施します。	未定	どなたでも	未定	無料	中央公民館 ☎048-465-7272
		未定	どなたでも	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211
		2月（予定）	どなたでも	西朝霞公民館	無料	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
		未定	どなたでも	南朝霞公民館	無料	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
		1月（予定）	どなたでも	北朝霞公民館	無料	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
		1月（予定）	どなたでも	内間木公民館	無料	内間木公民館 ☎048-456-1055

## 防 災

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
防災展	防災意識の普及啓発のため、商工まつりの会場内で、防災に関するパネルや啓発物の配布、消防団車両などの展示を行います。	8/2（土）、 8/3（日）	どなたでも	朝霞市役所	無料	危機管理室 内線 2374 ☎048-463-1788
消防出初め式	消防団員が集まり、服務規律や機械器具の点検、消防演技等を実施します。新年の風物詩です。ふれあい広場では、ポンプ車と記念撮影ができます。	1/11（日）	どなたでも	朝霞市役所	無料	危機管理室 内線 2374 ☎048-463-1788
防災フェア	自助、共助の役割や災害への備えに役立つ防災知識について子どもから大人まで楽しく学べる防災フェアを開催します。	11月頃予定	どなたでも	カインズ朝霞店	無料	危機管理室 内線 2374 ☎048-463-1788

## 環 境

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
夏休み 親子下水道教室	下水道処理施設の見学と水質実験等を通して、下水道の仕組みや役割を学びます。	7月下旬	小学生と その保護者	新河岸川水循環 センター	無料	埼玉県下水道公社・ 荒川右岸支社 ☎048-466-2400
県民の日 水循環センター 探検ツアー	県民の日（11月14日）協賛事業として、水循環センターの地下施設等を巡る見学会を開催します。	11月中旬	どなたでも	新河岸川水循環 センター	無料	埼玉県下水道公社・ 荒川右岸支社 ☎048-466-2400

# その他

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
宿泊施設優待利用	[佐久市] 長野県佐久市内の対象宿泊施設で宿泊した場合、宿泊料金が10%割引になります。(事前の予約が必要です)	随時	朝霞市在住・在勤(同伴者の住所・勤務先は問いません)	長野県佐久市内の対象宿泊施設	各宿泊施設により異なります	地域づくり支援課 内線 2252/2253 ☎048-463-2645
	[東根温泉] 東根温泉(山形県東根市)の対象宿泊施設で宿泊した場合、宿泊料金が10%割引になります。※1人1泊1万円以上の場合に限りです。(事前の予約が必要です)			東根温泉(山形県東根市)の対象宿泊施設		
	[西伊豆町] 静岡県西伊豆町内の対象宿泊施設で宿泊した場合、宿泊料金が10%割引になります。(事前の予約が必要です)			静岡県西伊豆町内 の対象宿泊施設		
瑞浪市 施設利用パスポート	岐阜県瑞浪市内にある化石博物館、市之瀬廣太記念美術館、陶磁資料館の3つの施設を無料で利用できる、御招待券を地域づくり支援課で配布しています。	随時	朝霞市在住・在勤(同伴者の住所・勤務先は問いません)	岐阜県瑞浪市内の3つの施設	無料	地域づくり支援課 内線 2252/2253 ☎048-463-2645
市民活動パネル展	市内で活動するNPOなどの市民活動団体の活動内容を紹介した掲示物をパネルに展示します。	※詳細は広報・ホームページで	どなたでも	※詳細はホームページで	無料	市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎048-463-1417
地域デビュー 支援セミナー	地域活動に参加するきっかけづくりとして、講演や活動団体との交流ができるセミナーを開催します。	※詳細は広報・ホームページで	どなたでも	※詳細は広報・ホームページで	※詳細は広報・ホームページで	市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎048-463-1417
市民農園	農作業を体験して、農業への理解を深めてもらえるよう土いじりや、野菜づくりに興味がある方に、農園の貸出しをしています。	空き区画があれば随時申請できます。	市民	市内6農園	一区画 月額 500円、 2,000円	産業振興課 内線 2242 ☎048-463-1904
農業体験	農業体験を通じて、農業を知っていただく催しです。	※詳細は広報・ホームページで	市民	※詳細は広報・ホームページで	※詳細は広報・ホームページで	産業振興課 内線 2242 ☎048-463-1904
年金相談(予約制)	埼玉県社会保険労務士会あさか支部所属の社会保険労務士が、年金に関する相談をお受けします。	毎月第2・第4木曜日 13:00~17:00	市民	市役所1階 市民相談室	無料	保険年金課 内線 2622/2623 ☎048-463-1264

## 子ども

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
冒険遊び場づくり (プレーパーク)	「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーに、専門職のプレーリーダーの下、子どもたち自身がやってみたいことを自由にできる冒険遊び場を開催します。	令和7年4月から 令和8年3月まで (毎月5日間の定期開催)	どなたでも	基地跡地暫定利用 広場「朝霞の森」	無料	みどり公園課 内線 2523 ☎048-463-0374
移動式プレーパーク	朝霞の森で開催しているプレーパークを市内都市公園において移動式で開催します。(開催日時、場所は委託契約締結後に決定します。ホームページでご確認ください)。	令和7年4月から 令和7年12月まで (30回開催予定)	どなたでも	市内都市公園	無料	みどり公園課 内線 2523 ☎048-463-0374
子ども大学あさか	小学4年生から6年生までの違う学校・学年の子どもたちが、様々なテーマの学習をする大学です。大学の先生や専門家が、わかりやすく教えてくれます。	6/28(土) 7/19(土) 8/30(土) 9/27(土) 10/25(土) 11/22(土)	市内小学 4～6年生	詳細はHPで	2,000円 (予定)	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
学園祭 子どもがつくるまち ～ミニあさか～	子どもがつくる子どもが主役のまち「ミニあさか」。ハローワークで仕事を探して、仕事をしたお金で遊んだり、食べたり楽しく社会のしくみを学ぼう!	10/26(日)	小学生	総合体育館	1,000円 (予定)	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
放課後子ども教室 (プログラム提供型)	土曜日に子どもたちが楽しく遊んだり、いろいろ学べる教室です。地域の方々の参画をいただきながら、小学校の特別教室などを活用して開催しています。	9月～2月 (土曜日の午前中 各校とも全6回) 予定	小学生	市内小学校 (6校)	保険代 (未定) 材料費	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
夏休み 放課後子ども教室	子どもたちが安全・安心に集える居場所をつくることを目的とした事業です。みんなで宿題をして、遊んで、夏休みの思い出を作ろう!	夏季休暇中の 平日午前中 各校とも全5回 (予定)	小学生	市内小学校 (6校)	保険代 (未定) 材料費	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
Cocoiroaoba 子どもの プレイランド	毎月第一・三の土曜・日曜は、青葉台公園の中にあるゲートボール場(Cocoiroaoba)に、乗り物おもちゃ、自転車や一輪車等が並び、子どもたちが遊べる広場として開放します。	毎月第1・3土日 9:00～17:00 (12月～2月は、 9:00～16:00) ※雨天中止 ※7月～9月 は開催中止	12歳まで	青葉台公園	無料	総合体育館 ☎048-465-9811
夏休み体験教室	小学生を対象とした様々な体験学習を行います。夏休みの自由研究にもおすすめです(全3回)。	7月～8月	小学生	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
博物館体験教室	様々な体験学習をとおして、伝統文化や郷土朝霞への興味と理解を育てます(全5回)。	4月～3月	各回毎に設定	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
旧高橋家住宅 どきどきツアー	旧高橋家住宅の敷地内で自然観察や昆虫採集をします。夏休みの自由研究にもおすすめです。	7月～8月 (各月1回)	小学生	旧高橋家住宅	無料	文化財課 ☎048-463-2927
サイエンスキッズ	小学生を対象とした科学教室です。様々な実験を通じ、発見する喜びや考える力を育む講座です。	7月(予定)	小学生	中央公民館・ コミュニティセンター	材料費	中央公民館 ☎048-465-7272

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
子どもふれあい広場	子ども同士で楽しく学びながら、異なる年齢の子ども同士のふれあいや交流を図ります。また、親子のコミュニケーションを深める機会を提供します。	5月～3月 (予定)	乳幼児、 児童	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211
レッツ・チャレンジ	身近な材料を利用した工作や簡単な料理などを通じ、自主性と協調性を育み、地域社会の一員として参加できるようチャレンジします。	7月～12月 (予定)	小・中学生・ 保護者	西朝霞公民館	材料費	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
南っ子クラブ	文化、芸術、スポーツなどさまざまなジャンルで学ぶ楽しい講座です。子どもたちの豊かな心の育成を目指します。	9月～3月 (予定)	小学生	南朝霞公民館	材料費	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
わんぱくキッズランド	遊びや工作等、友達と楽しくいろいろな体験をすることで、子どもの創造性・自主性を養う講座です。	7月～2月 (予定)	小学生	北朝霞公民館	材料費	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
こどもランド	子どもたちが、様々なものづくりや体験を通して、自ら挑戦し学ぶことの楽しさや創造性を育むことを目的とします。	7月～2月 (予定)	小学生	内間木公民館	材料費	内間木公民館 ☎048-456-1055
子ども読書の日 おたのしみおはなし会	子ども読書週間（4月23日～5月12日）に開催するおはなし会。本の出会いと楽しさをお届けします。	4/19（土） ① 10:30 ② 14:00	①幼児 ②小学生	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
子ども読書の日 おたのしみ映画会	子ども読書週間（4月23日～5月12日）に開催する映画会。児童文学を原作とした作品の上映や作品にちなんだ本の紹介も。映像作品を通じて、本との出会いや楽しさをお届けします。	4/26（土） ① 10:00 ② 14:00	幼児・児童	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
夏休みおはなし会	夏休みに子ども向けのおはなし会を行います。	夏休み期間中の1日を予定 ①午前 ②午後	①幼児 ②小学生	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
夏休みこども映画会	児童文学を原作とした映画を上映します。映画にちなんだ本の紹介も。	夏休み期間中の1日を予定	小学生以上	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
えんじょいきっず	図書館のさまざまな仕事を体験します。	7/30（水） 7/31（木） 8/ 6（水） 8/ 7（木）	市内在住の 小学生3年生～6年生	図書館北朝霞分館	無料	図書館北朝霞分館 ☎048-470-6011
消防体験学習	市内の小学4年生を対象に、消防の仕組みから火災予防や防災に関する講話、さらに様々な訓練等を体験できます。	例年 10月中旬頃	市内の 小学4年生	朝霞消防署	無料	朝霞消防署 消防活動課 ☎048-463-0119
ボランティア体験 プログラム	夏休み期間を中心に、市内の福祉施設やボランティアグループ等で、どなたでも気軽に参加できるボランティア体験のプログラムを用意します。	主に 夏休み期間	小学4年生 以上	市内社会福祉施設・ ボランティアグループ等	ボランティア保険代等	朝霞市 社会福祉協議会 ☎048-486-2485

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
①キッズダンス基礎 クラス A ②キッズダンス基礎 クラス B	初めてダンスを踊るお子様に 最適なクラスです。	①毎週火曜日 15:15～16:15 ②毎週水曜日 15:30～16:30	4歳～6歳 の未就学児	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
キッズバレエ	バレエが初めてのお子様のため のクラスです。踊ってみたい・ 姿勢を正したいお子様にも おすすめです。	毎週火曜日 16:30～17:30	小学1～6年生	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①テーマパーク ダンス A (初級) ②テーマパーク ダンス B (中級)	①テーマパークなどの音楽で 1ヶ月かけて振りを覚えてい きます。 ②ダンス歴1年以上のお子 様が対象。本格的なジャズダ ンスを基本とした振付で踊り ます。	①毎週水曜日 16:45～17:45 ②毎週水曜日 18:15～19:15	小学1～6年生	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①キッズ HIP HOP (小学1～3年生) ②キッズ HIP HOP (小学4年生～) ③キッズ HIP HOP 中級	①アニメソングなどに合わせ て身体を動かします。初めて でも安心です。 ②ジャズ、Hip Hop など様々 なダンスに触れて、自分に 合ったダンスや目標を作っ ていきましょう。 ③インストラクターの承認を 得た方のみ	①毎週木曜日 16:15～17:15 ②毎週木曜日 17:30～18:30 ③毎週木曜日 18:45～19:45	①小学1～3年生 ②小学4年生～	わくわくどーむ (健康増進センター) 第2スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
リトルチアダンス	かわいく楽しく踊ろう！を テーマに、チアダンスを踊り ます。	毎週木曜日 15:30～16:30	3歳～6歳 の未就学児	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
キッズヨガ	リラックスをしながら集中力 アップ。運動の苦手なお子さ んも、自分のペースで楽しく ご参加いただけます。	毎週金曜日 16:30～17:30	小学1～6年生	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①キッズチアダンス (初級) ②キッズチアダンス (中級)	①アニメソングや洋楽に合わ せて演技を行います。 ②チアダンスとチアリーディ ングの動きを組み合わせる踊 ります。ダンス歴1年以上 のお子様を対象。	毎週木曜日 ①16:30～17:30 毎週土曜日 ①14:15～15:15 ②13:00～14:00	小学1～6年生	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①キッズ空手 (初級) ②キッズ空手 (中級) ③キッズ空手 (上級)	①稽古を通じて心・技・体を バランスよく育むことを目的 とします。 ②「キッズ空手」経験者、ま たは空手を習っていた方が対 象。 ③経験者の方も大歓迎です！ 黒帯を目指しましょう！	①毎週土曜日 15:30～16:30 ②毎週土曜日 16:40～17:40 ③毎週土曜日 17:50～18:50	①小学1～6年生 ②③小学1年生 ～高校生	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
幼児水泳教室 月曜～土曜	おむつが完全に外れたお子様 を対象に水慣れ/クロールを 行います。	※詳細はHPで	3歳～6歳 の未就学児	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
こども水泳教室 月曜～金曜	初級 (月、水、木、金) 中級 (火、木、金) 上級 (水、金) 特級 (水)	※詳細はHPで	小学1～6年生	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
英語・わくわく サマーフェスティバル	市内小・中学校で勤務する ALT が企画をした英語体験教 室です。※市内の小・中学校 在学の子どもが対象となりま す。	7/23 (水)・ 24 (木)・ 28 (月)・ 29 (火)・ 30 (水)・ 31 (木)	小学4～6年生、 中学生	ゆめばれす	無料 (傷害保険代 20円)	教育指導課 内線 2434 ☎048-463-2884

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
朝霞市 Speech Contest	市内中学校から選ばれた生徒が英語で弁論や暗唱の発表をします。	9/1 (月)	中学生	産業文化センター	無料	教育指導課 内線 2434 ☎048-463-2884
わくわく 科学体験教室	市内小学校6年生が楽しい実験を体験することができます。※市内の小・中学校在学の子どもが対象となります。	未定 (7月下旬 ～8月上旬)	小学校6年生	未定	無料	教育指導課 内線 2434 ☎048-463-2884

## 親子

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
なつやすみ 親子 ピースチャレンジ	平和に関する施設にバスで向かい、親子で平和について考えていただく機会とします。※参加した小中学生には「感想文」または「平和を表現した絵」のいずれかを提出していただきます。	8/24 (日)	小・中学生 とその保護者	神奈川県立地球市民かながわプラザ (あーすぷらざ)	小学生 100円 保護者 400円 +傷害保険料 ※昼食等は各自持参	人権庶務課 内線 2362 ☎048-463-1738
(幼児事業) ちびっこランド 他 ※事業名は各館で異なります。	お子さんの対象年齢に合わせた手遊び・体操等の遊びを行い、親子のスキンシップや参加者同士の交流を深めます。※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。	毎月1回程度	未就学児と その保護者	きたはら児童館 はまさき児童館 みぞめ児童館 ねぎしだい児童館 ひざおり児童館 ほんちょう児童館	無料	きたはら児童館 ☎048-471-7140 はまさき児童館 ☎048-486-2477 みぞめ児童館 ☎048-450-0858 ねぎしだい児童館 ☎048-450-1815 ひざおり児童館 ☎048-458-6969 ほんちょう児童館 ☎048-487-8582
(工作事業) つくっちゃオ！ 他 ※事業名は各館で異なります。	お子さんといっしょにおもちゃや飾り等を作って遊び、ものづくりを楽しむことができます。※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。	毎月1回程度	未就学児と その保護者、 児童			
(幼児・児童事業) おはなし広場 他 ※事業名は各館で異なります。	絵本の読み聞かせやパネルシアターを行います。※詳しくは、各児童館にお問い合わせください。	毎月 1～2回程度				
園庭開放 (いっしょにあそぼう 保育園で)	月2回、未就園児のお子さんに園庭を開放しています。	毎月2回 9:30～11:30	乳幼児と その保護者	各公設保育園 (北朝霞保育園分園は除く)	無料	保育課 内線 2644 ☎048-463-2939
親子 de 給食センター探検	夏休み期間中に親子で給食センター内を探検するとともに、調理場で給食調理の疑似体験ができます。	7月下旬	小・中学生 とその保護者	①溝沼学校給食センター ②浜崎学校給食センター	参加費有り	学校給食課 ☎048-451-0370
子育てガイドブック	子育てに関する情報をまとめた冊子を作成し、子育て情報を提供しています。	随時	妊娠中～ 子育て中の方	市内の公共施設、 児童館、子育て支援センターなどで配布	無料	こども未来課 内線 2452 ☎048-463-2930
夏休み親子陶芸教室	陶芸家の指導を受けながら、小学生と保護者が一緒に陶芸に挑戦！本物の美術・工芸品に触れる時間もあります。(協力：丸沼芸術の森)	未定	小学生と その保護者	丸沼芸術の森	保険代、 資材費の一部負担あり	生涯学習・ スポーツ課 内線 2454 ☎048-463-2920
博物館体験教室	様々な体験学習をとおして、伝統文化や郷土朝霞への興味と理解を育てます(全5回)。	4月～3月	各回毎に設定	博物館	無料	博物館 ☎048-469-2285
育児パパ・ママ 応援講座	子育て知識の習得、子育て世代の交流の場を提供し、乳幼児の健やかな育ちとパパ・ママたちの育児を支援します。	5月～3月 (予定)	子育て世帯	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
映画会	家族のふれあいを深めるため、親子で楽しめる映画を上映します。また、幅広い年齢層の方々に楽しんでもらえる、名作や懐かしい作品を上映します。	5月～3月 (予定)	どなたでも	東朝霞公民館	無料	東朝霞公民館 ☎048-463-9211
映画会	親子で楽しめるアニメ・童話などの映画や、大人の方を対象とした映画会を開催します。	8月・3月 (予定)	どなたでも	西朝霞公民館	無料	西朝霞公民館 ☎048-462-1411
映画会	幅広い年齢層の方に楽しんでいただける懐かしい映画を上映します。	1月・3月 (予定)	どなたでも	南朝霞公民館	無料	南朝霞公民館 ☎048-461-0163
映画会	親子で楽しめるアニメ・童話などの映画を上映し、子どもに夢を与え豊かな感性を育てます。また、年齢を超えた交流を深めることを目的とします。	5月～12月 (予定)	どなたでも	北朝霞公民館	無料	北朝霞公民館 ☎048-473-0558
映画会	家族で共に楽しめる名作や懐かしい作品を上映します。	8月(予定)	どなたでも	内間木公民館	無料	内間木公民館 ☎048-456-1055
おんがくだいぼうけん	「おんがくだいぼうけん」は、0才児から入場できる、約1時間のコンサートです。音楽隊「とってんたん」による生演奏を楽しめます。	5/10(土)	どなたでも (0歳児から入場可)	ゆめばれす (市民会館)	500円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
親子でわくわくコンサート	手軽に0歳児からも楽しめるファミリー向けのコンサートです。	7/21(月・祝)	どなたでも (0歳児から入場可)	ゆめばれす (市民会館)	500円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
Classic for Babies	楽しい雰囲気の中、親子でふれあい、絆を深めることができる、毎年大好評のクラシックコンサート。バレエも楽しめます。	10/25(土)	どなたでも (0歳児から入場可)	ゆめばれす (市民会館)	500円	ゆめばれす (市民会館) ☎048-466-2525
うさみみタイム	図書館員が、おすすめの絵本や紙芝居の読み聞かせなどを行います。本との出会いと楽しさをお届けします。	毎週木曜日 15:00～	幼児・児童 とその保護者	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
クリスマスおはなし会	クリスマスや冬にちなんだ絵本の読み聞かせなどを行います。	12月中の1日	幼児・児童 とその保護者	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
キッズシネマ	親子で楽しめる映画を上映します。	10/13(月・祝)	幼児・児童 とその保護者	産業文化センター 多目的ホール	無料	図書館北朝霞分館 ☎048-470-6011
絵本のよみきかせ	絵本や紙芝居の読み聞かせや手遊びを通し、本の楽しさを伝えます。	毎月 第3火曜日 4月～10月 (15:30～) 11月～3月 (15:00～)	幼児・児童 とその保護者	産業文化センター 研修室兼集会室ほか	無料	図書館北朝霞分館 ☎048-470-6011

## 青少年

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
青少年健全育成ふれあい体験事業	青少年が家族や地域の方々とふれあい、絆を深める機会を提供する事業です。市内を楽しみながら散策します。	5/18(日) 9:00～ (集合時間は予定)	未就学児を含む中学生 までの児童・生徒とその保護者	リサイクルプラザ →城山公園→柵塚 →田島緑地→リサイクルプラザ	300円	こども未来課 内線 2452 ☎048-463-2930

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
青少年健全育成の集い	子どもたちの夢や希望、社会の出来事に対して自分ができると思うことや感動したことなどについて、小・中学生から作文を募集し、優秀作品を発表します。	7/5 (土)	どなたでも	中央公民館・コミュニティセンター	無料	こども未来課 内線 2452 ☎048-463-2930
「ふれあい標語」の募集	テーマに沿って、人と人とのふれあいの大切さを表現した標語を募集します。最優秀作品は、ポスターにして市内小中学校への掲示や啓発物を作成します。	7月～8月	どなたでも	朝霞市役所 こども未来課	無料	こども未来課 内線 2452 ☎048-463-2930
機関紙「ひまわり」	「大人が変われば子どもも変わる」をテーマに、青少年を育成していく上で大切な情報を掲載しています。	12月 発行予定	どなたでも	市内の公共施設、 小・中学校、高校 などで配布	無料	こども未来課 内線 2452 ☎048-463-2930
青少年対象講座	中学生・高校生、ティーンズ世代を対象に開催する講演会・講座です。毎年、いろいろなテーマで開催しています。 【令和6年度の講座】 「魅力的なキャラクターを描こう！～顔と表情の描き方～」	未定 (秋～冬予定)	青少年	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686
書庫見学ツアー	一般の方は入ることのできない書庫を見学するツアー。図書館員が、知っているようで知らない図書館の使い方を解説しながら、図書館の裏側もお見せします。	夏休み期間 中の1日	児童・青少年 ①小学4年生～6年生 ②中学生・高校生	図書館本館	無料	図書館本館 ☎048-466-8686

教室・講習

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
フレッシュ トレーニング教室	全身のストレッチ、リズム体操などの有酸素エクササイズを行います。	5月～3月の 水曜日午前 5月～3月の 木曜日午前 5月～3月の 金曜日午前	市内在住の 65歳以上 の方 ※「広報あ さか」にて 参加者を募 集します。	ゆめばれす（市民 会館）等、市内3 か所	無料	長寿はつらつ課 内線 2636 ☎048-463-1952
フレイル予防のための 「いきいき教室」	筋力トレーニング、ストレッチ、脳トレ、リズム体操、栄養などフレイル予防に関する教室を行います。	5月～1月の 月曜日午後 5月～1月の 火曜日午後	市内在住の 65歳以上 の方 ※「広報あ さか」にて 参加者を募 集します。	わくわくどーむ （健康増進セン ター）等、市内2 か所	無料	長寿はつらつ課 内線 2636 ☎048-463-1952
市民スポーツ教室	【ボッチャ教室】 1984年からパラリンピックの正式種目として行われてるスポーツです。ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競います。	2/5（木）、 6（金）	市民	総合体育館	1人200円	生涯学習・ スポーツ課 内線 2462 ☎048-463-2403
フィジカル ベーシックスクール for kids	子どもの基礎的な体の使い方（走る、ジャンプ、体幹、判断力等）を教える教室です。初級レベルでの実施となりますので、運動苦手克服等の目的にも対応します。	1期 5月～6月 2期 11月～12月 3期 1月～3月	小学生 （医師から 運動を禁止 されていない方）	総合体育館	2,000円	総合体育館 ☎048-465-9811
エンジョイ スプリントスクール for kids	運動機能の成長が著しい時期に正しい走り方や腕の振り方を学び、走力の向上につなげます。学校や他のスポーツにも活かせる初級レベルの走り方教室です。	1期 5月～6月 2期 8月～9月 3期 10月～12月 4期 1月～2月	小学生 （医師から 運動を禁止 されていない方）	総合体育館	2,000円	総合体育館 ☎048-465-9811
トップアスリート スポーツ体験教室	自衛隊体育学校所属の一流アスリートと触れ合いながら、様々な競技種目を体験します。選手やコーチから実技指導や体験談を聞くことができる貴重なイベントです。	1月（予定）	小学生 （医師から 運動を禁止 されていない方）	総合体育館	100円	総合体育館 ☎048-465-9811
お外 de ヨガ 第1回：Night Sky 第2回：Twilight	開放的な会場で自然の音を感じながら、楽しむ屋外ヨガイベントです。季節を感じながら日頃の疲れを癒します。	第1回 5/31（土） 第2回 9/23（火・祝） 両日ともに 19:00～20:00	18歳以上 （医師から 運動を禁止 されていない方）	朝霞中央公園 陸上競技場 （雨天時： 総合体育館）	200円	総合体育館 ☎048-465-9811
relax ヨガレッスン	ゆっくりとした初級向けのヨガプログラムで、リラックスしながらインナーマッスルを鍛えます。	1期 5月～7月 2期 10月～11月	18歳以上 （医師から 運動を禁止 されていない方）	総合体育館	4,000円	総合体育館 ☎048-465-9811

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
はじめてピラティス and...	ピラティスの基本を楽しく教わりながら、ピラティスパールを使い、体幹を鍛えます。	1期 5月～7月 2期 10月～11月	18歳以上 (医師から運動を禁止されていない方)	総合体育館	4,000円	総合体育館 ☎048-465-9811
バレトン エクササイズ	バレエとヨガと筋トレ(フィットネス)をミックスしたエクササイズであり、音楽に合わせてレッスンをを行います。シェイプアップ・ダイエット効果にも注目されている新しいメソッドです。	1期 4月～6月 2期 9月～11月	18歳以上 (医師から運動を禁止されていない方)	総合体育館	5,000円	総合体育館 ☎048-465-9811
親子で学ぶ! からだ リセットストレッチ	体を整えることに注目し、スポーツ前後にも簡単に行えるストレッチを教える教室です。親子で学ぶことで、スキンシップを取り、心身ともにリラックスすることを図ります。	未定	小学生とその保護者 (医師から運動を禁止されていない方)	総合体育館	1組200円	総合体育館 ☎048-465-9811
親子で始める 野球体験教室	埼玉西武ライオンズよりプロ野球OB(現ライオンズベースボールアカデミーコーチ)を講師にお招きし、野球未経験の親子や野球に興味がある親子に向けた野球体験イベントです。	3/21(土) 10:00～12:00 ※雨天中止	年長児～小学3年生とその保護者 (医師から運動を禁止されていない方)	朝霞中央公園 野球場	1組200円	総合体育館 ☎048-465-9811
障害者芸術体験教室	丸沼芸術の森に所属する芸術家指導のもと、作品を制作します。また、作品の展示会を行い、最終日には作品の表彰式を開催します。	制作: 6/7(土) 展示会: 7/18(金)、 19(土)	市内在住・在学・在勤で障害などのある方	丸沼芸術の森	無料	障害福祉課 内線2658 ☎048-463-1599 FAX048-463-1025
ZUMBA ズンバ	ラテン系の音楽に合わせてシンプルなお動きを繰り返し行います。ダンスが苦手な方でもご参加できます。	毎週火曜日 10:00～11:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
やさしい エアロ&ストレッチ	基本的なステップ・動作を中心にを行います。初心者の方でも安心してご参加いただけます。	毎週水曜日 11:15～12:15	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①シェイプヨガ ②ボディケアヨガ ③姿勢改善ヨガ ④健康ヨガ ⑤フロースタイルヨガ	①筋肉バランス、柔軟性を高めるクラス ②呼吸、瞑想、座法が主体のクラス ③ヨガの基礎を学ぶクラス ④デトックス、骨盤歪みを整えるクラス ⑤血流改善、関節周りをほぐしていくクラス。	①②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④毎週木曜日 ⑤毎週日曜日 ※時間等の詳細はHPで	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ボディメイク コアトレーニング	全身の筋力とトレーニングに加え、体幹トレーニングを行うことで脂肪の蓄積、たるみを解消。バランス、姿勢改善を目指します。	毎週火曜日 12:30～13:30	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
楽しく体操	ゆっくり、じっくり鍛える教室で筋力アップをしましょう。転倒予防にも役立ちます。	毎週水曜日 10:00～11:00	60歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 第2スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
①バレエ ピラティス ②アクティブ ピラティス	①バレエ動作を取り入れたピラティスのクラス ②下垂した内臓をもとの位置に戻し内側からキレイで美しい身体作りをしていくクラス	毎週水曜日 ①12:30～13:30 ②20:00～21:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
リンパデトックス	リンパを刺激して、むくみを改善していきましょう。初めての方も、体力に自信のない方でも安心してご参加いただけるクラスです。	毎週水曜 13:40～14:40	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①楊名時太極拳 ②24式太極拳	①深い呼吸でのびのびと太極拳の動きを行います。 ②骨粗しょう症予防・心肺機能の向上など身体的能力向上とともに精神面安定の効果もあります。	①毎週木曜日 11:00～12:30 ②毎週金曜日 10:00～11:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ピラティス &ストレッチ	姿勢や骨盤の歪みを改善し、日々の不調を取り除いていきましょう。	毎週木曜日 10:30～11:30	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①背骨 コンディショニング ②背骨体操	腰痛、肩こり、膝の痛みや内臓の不調、めまいや指のしびれも引き起こす背骨の歪みを改善し、歪みにくい身体づくりをします。	①毎週木曜日 20:00～21:00 ②毎週金曜日 11:15～12:15	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ストレッチ& リズムエクササイズ	簡単な動作で足腰の筋力アップ。疲れにくい身体をつくります。	毎週金曜日 14:15～15:15	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ダンスエクササイズ	R&B、サルサ、ハウスミュージック等色々なリズムに合わせて楽しく動きます。	毎週金曜日 19:00～20:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
キック&パンチ	キックボクシングの基本的な動作で音楽のリズムに合わせてコンビネーションを作っていきます。	毎週金曜日 20:10～20:55	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ルーシーダットン	凝り・張り・ゆがみ・を自力で解消していく「仙人体操」と言われる体操を行ないます。	毎週土曜日 10:00～11:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
簡単ベリーダンス	美しい音楽に合わせて、ゆっくりじっくりベリーダンスを楽しむクラスです。	毎週土曜日 10:00～11:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
リフレッシュ ストレッチ	湾曲したリングを使いながら、ねじり、ひねりによる引き締めと伸びをすることで肩こりや腰痛の解消、姿勢改善を行ないます。	毎週土曜日 11:20～12:20	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 第2スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ボディコントロール ピラティス	体幹を鍛え姿勢改善。軽い身体、動ける身体を作ります。	毎週土曜日 12:30～13:30	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
レディース水泳教室 ①中級 ②初級 ③上級	①平泳ぎ・バタフライ ②水慣れ・クロール・背泳ぎ ③4泳法・フォームの向上 ターン・50m・長距離など	毎週火曜日 ①9:30～10:30 ②10:45～11:45 ③12:00～13:00	16歳以上 女性	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
①シニア水泳教室 A ②シニア水泳教室 B	①クロール初級・中級 ②背泳ぎ・平泳ぎ	毎週水曜日 ①9:30～10:30 ②10:45～11:45	60歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
アクアビクス	水中でエアロビクスのような動きや、軽いリズムに合わせて楽しく身体を動かします。	毎週木曜日 10:00～11:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
成人水泳教室 (初中級)	クロール・背泳ぎ、平泳ぎの完成までを目標とします。	毎週金曜日 19:00～20:30	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	有料 ※詳細はHPで	健康増進センター ☎048-472-6000
ラジオ体操	トレーナーと一緒に、準備運動を行います。	毎週月～日曜日 9:15～9:25	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
①バランスボール エクササイズ ②バランスボール ボディメイク	バランスボールを使用しトレーニングを行うクラス	①毎週月曜日 10:15～11:00 ②毎週金曜日 12:30～13:15	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
ダンベル エクササイズ	ダンベルを使用し、筋トレーニングを中心に全身運動を行います。	毎週月曜日 11:15～12:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
①ソフトダンスエアロ ②シンプルエアロ ③ Mix エアロ	①初級向けクラス ②シンプルな動きで走らないエアロ ③エアロビクスに慣れた方(中級者)向けのクラス	①毎週火曜日 ②毎週木曜日 ③毎週日曜日 時間等詳細はHPで	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
①体質改善ストレッチ ②腰痛予防ストレッチ	①関節の可動域や胸郭を広げる動作を呼吸と同時に行い筋肉を和らげていきます。 ②簡単なトレーニングとストレッチを行います。	毎週火曜日 ①12:30～13:15 毎週水曜日 ②12:30～13:15	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
エアロ de ダンス	エアロビクスも初心者の方や慣れた方向けのレッスン	毎週火曜日 14:00～14:45	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
①かんたん トレーニング ②抗重力 トレーニング	①腰痛・肩こり方に効果的。 ②簡単な自重トレーニングを行ないます。	①毎週水曜日 19:00～19:30 ②毎週日曜日 12:30～13:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
エンジョイダンス	リズムに合わせて楽しく踊ります。ダイエットしたい方にもおススメです。	毎週木曜日 13:00～13:45	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
①ストレッチ ②セルフケア ストレッチ ③ボール コンディショニング	①全身をゆっくりと伸ばしていきます。 ②動的動きを加えて全身の筋肉をゆっくりとストレッチするクラスです。 ③筋肉をほぐし整えるクラスです。	①毎週木曜日 14:10～14:40 ②毎週金曜日 13:30～14:00 ③毎週土曜日 11:30～12:15	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
バランスコア エクササイズ	音楽に合わせてバランスディスクで体幹をトレーニングするクラス	毎週金曜日 11:30～12:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
ステップ 45	ステップ台を使用しながらストレッチを含め簡単なエアロビクスを行なう事で、主に下半身をトレーニングします。	毎週日曜日 11:15～12:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) スタジオ	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
ワンポイント スイミング	テーマに沿った指導・アドバイスが受けられます。	毎週火曜日 13:30～14:00	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000
水中ウォーク	水の抵抗を活かしながら、水中歩行でトレーニング。	毎週水曜日 14:00～14:30	16歳以上	わくわくどーむ (健康増進センター) 25m プール	施設利用料 のみ	健康増進センター ☎048-472-6000

# 大会

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
朝霞市ふれあいスポーツ大会	障害のある人とない人が一緒にスポーツを楽しみながら、交流を図る大会です。当日のボランティアも募集します。	9/20（土）	市内在住・在勤の方	総合体育館 メインアリーナ	無料	障害福祉課 内線 2658 ☎048-463-1599 FAX048-463-1025
第70回市民スポーツ大会	スポーツ振興と市民の親睦、健康増進を図るため、市民スポーツ大会を開催します。地区対抗種目、自由種目を行います。	10/12（日） 8:00～15:00	市民	朝霞中央公園 陸上競技場	無料	生涯学習・スポーツ課 内線 2462 ☎048-463-2403
第70回市民総合スポーツ大会種目別大会	スポーツ協会加盟団体が、各種競技大会を行います。（市民総合スポーツ大会の一環）	種目ごとに異なります。	市民	種目ごとに異なります。	種目ごとに異なります。	生涯学習・スポーツ課 内線 2462 ☎048-463-2403
第64回ロードレース大会	小学生、中学生、親子、壮年、一般の各男女によるタイムレースです。	11/23（日・祝） 8:30～13:00	小学生以上	朝霞中央公園 陸上競技場	1人500円	生涯学習・スポーツ課 内線 2462 ☎048-463-2403

# その他

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
学校体育施設開放	スポーツ・レクリエーション活動の場の確保を図るため、小・中学校の体育館、校庭、テニスコートを社会団体へ開放します。	利用日程、時間については、各学校によって異なります。 ※詳しくは生涯学習・スポーツ課まで	市内在住・在勤の方 10名以上で構成する団体	小学校 10校 中学校 5校	無料 (朝霞第一中学校の校庭使用団体のみ照明代がかかります)	生涯学習・スポーツ課 内線 2462 ☎048-463-2403
朝霞けやきウォーク第10回ノルディック・ウォーク健康増進フェスタ (共催：特定非営利活動法人 NORDIC あさか)	通常のウォーキングよりもエクササイズ効果の高い、ノルディック・ウォークのイベントを特定非営利活動法人 NORDIC あさかと共催し開催します。	11/16（日） 10:00～14:00 (予定) ※荒天中止	どなたでも	朝霞中央公園 陸上競技場	【事前申込】 高校生以上 1,500円 (会員1,000円) 中学生以下 1,000円 (会員500円) 【当日申込】 各500円増し	総合体育館 ☎048-465-9811
ヴィーナスリーグをみよう！	観戦事業「ヴィーナスリーグ」を開催します。関東女子硬式野球連盟所属選手の華麗なプレーを、ぜひ球場でご覧ください。	6/28（土） 9:00～(予定) ※雨天中止	どなたでも	朝霞中央公園 野球場	無料	総合体育館 ☎048-465-9811

## 第70回市民総合スポーツ大会種目別大会

主催：朝霞市・朝霞市教育委員会・朝霞市スポーツ協会

※市民総合スポーツ大会は市内に在住、在勤及び在学している方が参加できる大会です。詳細については、各問い合わせ先までお願いします。

種目	開催日	会場	参加費	申込(上段:期日/下段:場所)	主管団体 問い合わせ先
陸上競技	6月1日(日)	朝霞中央公園 陸上競技場	小・中学生 400円 一般・シニア 600円	5月13日(火) 生涯学習・スポーツ課、総合体育館	朝霞市陸上競技協会 山本 090-1049-3249
野球	4月6日(日) ～10月26日(日)	朝霞中央公園野球場 北朝霞公園野球場 内間木公園ソフトボール場		2月2日(日)	朝霞市野球連盟 比留間 090-4949-1350
柔道	9月7日(日)	武道館	無料	7月1日(火)～8月4日(月) 問い合わせ先へ	朝霞市スポーツ協会柔道部 橋本 090-2454-9691
剣道	9月14日(日)	総合体育館	無料	8月31日(日) 問い合わせ先へ	朝霞市剣道連盟 新井 090-6489-2882
水泳	8月24日(日)	朝霞第一中学校 プール	個人 2種目まで800円 リレー 1チーム1種目 1,000円	7月10日(木) 生涯学習・スポーツ課、総合体育館他	朝霞市スポーツ協会水泳部 渡辺 090-2172-0309
相撲	9月14日(日)	武道館(相撲場)	200円	8月31日(日) 申込フォームまたは問い合わせ先へ	朝霞市相撲連盟 佐藤 080-7942-7420
卓球	10月5日(日)	総合体育館	高校生以上 500円 中学生 200円 小学生 無料	9月24日(水) 総合体育館	朝霞市卓球協会 茂木 090-9810-0298
ソフトテニス (春季・中学生)	5月31日(土)	青葉台公園 テニスコート	無料	5月10日(土) 問い合わせ先へ	朝霞市ソフトテニス連盟 奥山 asta.st148313@gmail.com
ソフトテニス (秋季・中学生)	9月6日(土)	青葉台公園 テニスコート	無料	8月17日(日) 問い合わせ先へ	
ソフトテニス (一般の部)	11月16日(日)	青葉台公園 テニスコート	一般・シニアのみ 1,000円	10月19日(日) 問い合わせ先へ	
なぎなた	9月14日(日)	武道館	無料	8月1日(金)～8月31日(日) 問い合わせ先へ	朝霞市なぎなた連盟 櫻井 048-465-6473
空手道	令和8年 3月1日(日)	総合体育館	4,000円	11月1日(土)	朝霞市スポーツ協会空手道部 鴨下 048-456-0400
バドミントン (一般の部)	8月10日(日)	総合体育館	1人 1,000円	未定 連盟HPから	朝霞市バドミントン連盟事務局 asakabado@yahoo.co.jp
バドミントン (中学生の部)	9月21日(日)	総合体育館	1人 100円	未定 連盟HPから	
バレーボール (男子の部)	12月7日(日)	総合体育館	3,000円	11月19日(水) 連盟HPから	朝霞市バレーボール連盟 花ヶ崎 080-5194-6989
バレーボール (女子の部)	12月14日(日)	総合体育館	3,000円	11月26日(水) 連盟HPから	
バレーボール (小中学生の部)	令和8年 3月15日(日)	総合体育館	無料	令和8年2月14日(土) 問い合わせ先へ	
スキー	令和8年 3月1日(日)、 2日(月)	石打丸山スキー場	連盟会員 2,000円 連盟非会員 3,000円 中学生以下 2,000円	令和8年2月14日(土) 生涯学習・スポーツ課、総合体育館	朝霞市スキー連盟 澤村 090-3348-4798
バスケットボール	11月2日(日) ～11月16日(日)	総合体育館	1チーム 8,000円	9月20日(土)16時まで 問い合わせ先へ	朝霞市バスケットボール連盟 小林 asaka.b.l@gmail.com
合気道	10月25日(土)	武道館	無料	9月30日(火) 未定	朝霞市スポーツ協会合気道部 箕輪 048-464-6006
テニス	8月31日(日) ～9月28日(日)	青葉台公園 テニスコート	協会員 1,000円 非協会員 1,500円	8月13日(水) 連盟HPから	朝霞市テニス協会 asakatennis.office@gmail.com
ゲートボール	10月25日(土)、 26日(日)	青葉台公園ゲートボール場 内間木公園ゲートボール場	100円	10月18日(土) 問い合わせ先へ	朝霞市ゲートボール連盟 相馬 090-5774-2429

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
 広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
 朝霞市役所 ☎048-463-1111

種目	開催日	会場	参加費	申込(上段:期日/下段:場所)	主管団体 問い合わせ先
ソフトボール	春季 3月23日(日) ~4月13日(日) 秋季 10月19日(日) ~11月30日(日)	内間木ソフトボール場 青葉台公園芝生広場 朝霞第二中学校グラウンド	1チーム 3,000円	問い合わせ先へ	朝霞市ソフトボール協会 山田 090-8816-5115
レクリエーション	12月20日(土)	総合体育館	100円	当日	朝霞市レクリエーション協会 鈴木 048-473-2537
少年サッカー	4月19日(土) ~令和8年 1月17日(土)	中央公園陸上競技場	5,000円	問い合わせ先へ	朝霞市スポーツ少年団 馬場 090-8742-2002
グラウンド・ゴルフ	9月24日(水)	中央公園陸上競技場	無料	9月1日(月) 問い合わせ先へ	朝霞市グラウンド・ゴルフ連合 橋本 090-4812-4404
琉球古武術	11月16日(日)	朝霞第三中学校 武道場	無料	問い合わせ先へ	朝霞市スポーツ協会琉球古武術部 鳥海 090-3514-1022
弓道	9月23日(火・祝)	内間木公園弓道場	無料	8月31日(日) 問い合わせ先へ	朝霞市弓道連盟 日下 090-8843-5306
ミニテニス	令和8年 3月8日(日)	総合体育館	300円	問い合わせ先へ	朝霞市ミニテニス連盟 近藤 080-1377-6554

※開催内容の変更をする場合がありますのであらかじめご了承ください。

※日時・会場等を変更する場合がありますので、  
広報あさか・問い合わせ先でご確認ください。  
朝霞市役所 ☎048-463-1111

# スポーツ大会

※各スポーツ大会は、朝霞市スポーツ協会に加盟している体育団体が主催または主管している大会です。詳細については、各問い合わせ先までお願いします。

種目	大会名	開催日	会場	参加費	申込(上段:期日/下段:場所)	主管団体 問い合わせ先
卓球	第44回朝霞市民卓球ダブルス大会	6月8日(日)	総合体育館	高校生以上 1,000円/1ペア 中学生以下 400円/1ペア	5月28日(水) 総合体育館	朝霞市卓球協会 茂木 090-9810-0298
	第17回朝霞オープン卓球大会(チームマッチ)	令和8年 1月18日(日)	総合体育館	1チーム 5,000円	12月21日(日) 問い合わせ先へ	
バドミントン	第15回朝霞オープンバドミントン大会 団体戦	5月18日(日)	総合体育館	1チーム 12,000円	未定 連盟HPから	朝霞市バドミントン連盟 事務局 asakabado@yahoo.co.jp
	第5回 親子で楽しむバドミントン大会	10月13日 (月・祝)	総合体育館	パワフル・エンジョイ 3,000円/1ペア はじめて 2,000円/1ペア	未定 連盟HPから	
	第20回朝霞オープンバドミントン ミックス大会	12月13日(土)	総合体育館	1ペア 4,500円	未定 連盟HPから	
	第39回朝霞オープンバドミントン大会 個人戦	令和8年 2月21日(土)	総合体育館	1ペア 4,500円	未定 連盟HPから	
テニス	第2回桜カップ シングルステニス大会	4月6日(日) ~5月11日(日)	青葉台公園 テニスコート	協会員 1,500円 非協会員 2,000円	3月19日(水) 連盟HPから	朝霞市テニス協会 asakatennis.office@gmail.com
	第40回 ダブルステニス大会	5月18日(日) ~6月8日(日)	青葉台公園 テニスコート	協会員 2,000円 非協会員 2,500円	4月30日(水) 連盟HPから	
	第39回ミックス ダブルステニス大会	6月15日(日) ~6月29日(日)	青葉台公園 テニスコート	協会員 2,000円 非協会員 2,500円	5月28日(水) 連盟HPから	
	第2回 平日シングルス大会	7月8日(火) ~7月15日(火)	青葉台公園 テニスコート	協会員 1,500円 非協会員 2,000円	6月18日(水) 連盟HPから	
	第11回秋桜カップ (ダブルステニス大会)	10月26日(日) ~11月30日(日)	青葉台公園 テニスコート	協会員 2,000円 非協会員 2,500円	10月8日(水) 連盟HPから	
	第16回ベテラン ダブルステニス大会	12月7日(日) ~12月21日(日)	青葉台公園 テニスコート	協会員 2,000円 非協会員 2,500円	11月19日(水) 連盟HPから	
レクリエーション	朝霞市レクリエーションの集い	5月18日(日)	中央公園 陸上競技場	無料	なし	朝霞市レクリエーション協会 鈴木 048-473-2537

※開催内容を変更する場合がありますのであらかじめご了承ください。

◆ 志木市 ◆

※日時・会場等を変更する場合がありますので、「広報しき」・問い合わせ先でご確認ください。

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
志木市民文化祭	市内を拠点として活動する文化団体や個人を対象に、広く市民に発表する場として、文化の祭典を実施します。	11/1(土)・2(日)・3(月)	どなたでも	総合福祉センター 志木市役所	無料	生涯学習課 ☎048-473-1134
志木市美術展覧会(市展)	市内を拠点として活動する美術団体や個人の発表の場として、美術展覧会を実施します。	11/1(土)・2(日)・3(月)	どなたでも	志木市役所	無料	生涯学習課 ☎048-473-1134
志木市芸能祭	市内を拠点として活動する芸能団体や個人の発表の場として芸能祭を実施します。	2/15(日)	どなたでも	志木小学校(いろは遊学館)	無料	生涯学習課 ☎048-473-1134

◆ 新座市 ◆

※日時・会場等を変更する場合がありますので、「広報にいざ」・問い合わせ先でご確認ください。

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
新座快適みらい都市市民まつり第60回文化祭	憩いのギャラリーこもれび(市民ギャラリー)での芸術展、ふるさと新座館や新座市民会館での舞台発表、俳句大会など日頃の文化活動を広く発表する場として文化祭を開催します。	10/16(木)～11/30(日)(予定) ※作品入替日あり	観覧：どなたでも 出品・出演：新座市在住・在勤・在学、新座市内のサークル等で活動している方	新座市役所・新座市民会館・ふるさと新座館ほか	無料	生涯学習・スポーツ課 ☎048-477-1498(直通)
人権講演会	すべての人々の人権が尊重される社会実現を目指し、広く地域住民を対象に講演会を開催します。	12/6(土)(予定) 13:30～15:30	どなたでも	ふるさと新座館ホール	入場無料	生涯学習・スポーツ課 ☎048-477-1498(直通)

◆ 和光市 ◆

※日時・会場等を変更する場合がありますので、「広報わこう」・問い合わせ先でご確認ください。

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
2025和光市民まつり美術作品展ステージ発表	市内を拠点として活動している団体や個人を対象に、日ごろの活動の成果を発表する場として、美術作品展、ステージ発表を実施します。	・美術作品展 11/1(土)～9(日) ・ステージ発表 11/1(土)、2(日)、8日(土)、9日(日)(予定)	入場自由(出展・出演：和光市在住・在勤・在学の方)	和光市民文化センター	無料	生涯学習課 生涯学習担当 ☎048-424-9150
和光市人権講演会	人権尊重の社会づくりを推進することを目的として、講演会を開催します。	未定(2月頃開催予定)	一般	未定	無料	生涯学習課 生涯学習担当 ☎048-424-9150

## 十文字学園女子大学

★日時・開催方法等を変更する場合がありますので、大学HPにてご確認ください。

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
江戸の出版物あれやこれや—文学！絵画！お楽しみ！—	大河ドラマで注目を集める江戸時代の出版物と、それをめぐる文化を取り上げます。	6/28（土） 13:30～15:00	一般	十文字学園女子大学	無料	十文字学園女子大学 社会連携推進課 ☎048-477-0958 (直通)
十文字の森で 遊んで 過ごして 見つけよう 感じる私とつながる世界	大学構内にある森やグラウンドでの遊びを通して、自然の中から発見する楽しさを体験します。	7/20（日） 10:30～12:00	未就学児と保護者、子どもの教育・保育に関心のある高校生	十文字学園女子大学	無料	<a href="https://www.jumonji-u.ac.jp/contribution/region/lecture/">https://www.jumonji-u.ac.jp/contribution/region/lecture/</a>
みんなの「実践食事学」～持続可能な疾病リスクを減らす学びとは～	食に関する知識の生活での活かし方や、疾病リスクを減らすための具体的な方法を探ります。	10/4（土） 10:30～12:00	一般	十文字学園女子大学	無料	
高齢者も子どももみんなごちゃまぜ!! —交流からはじまるつながりづくり—	高齢者も子どももごちゃまぜに集い、つながり、支え合える地域づくりについて考えます。	10/4（土） 14:30～17:00	一般	十文字学園女子大学	無料	
自閉スペクトラム症について詳しく知ろう—医学・心理学の研究から分かってきたこと—	自閉スペクトラム症のコミュニケーションの特徴について体験的に考えます。	11/29（土） 13:30～15:30	一般	十文字学園女子大学	無料	

近隣大学の開放講座

## 跡見学園女子大学

★日時・開催方法等を変更する場合がありますので、大学HPにてご確認ください。

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
跡見学園 創立150周年記念 百人一首公開講座 「知られざる 百人一首の世界」	メインテーマは『「小倉百人一首」の歌の世界』。『小倉百人一首』はどのように成立し、受け継がれることで生き続けて来たのか、その秘密に近づきます。公開講座にあわせて、跡見学園女子大学図書館所蔵の「百人一首コレクション」から、選りすぐりの貴重資料を特別に公開します。	6/14（土） 21（土） 28（土） 各回 10:00～11:30	15歳以上（中学生を除く）の方	跡見学園女子大学 文京キャンパス	無料	跡見学園女子大学 文京キャンパス事務室 公開講座係 ☎03-3941-7420 <a href="https://www.atomi.ac.jp/univ/about/effort/extension/">https://www.atomi.ac.jp/univ/about/effort/extension/</a> ※ホームページは5月上旬公開
跡見学園 創立150周年記念 百人一首公開講座 「知られざる 百人一首の世界」	メインテーマは「文化遺産としての百人一首」。跡見の百人一首コレクションは特色あるものとして広く知られています。跡見の魅力の森を一緒に楽しみましょう。公開講座にあわせて、跡見学園女子大学図書館所蔵の「百人一首コレクション」から、選りすぐりの貴重資料を特別に公開します。	10/ 4（土） 11（土） 18（土） 各回 10:00～11:30	15歳以上（中学生を除く）の方	跡見学園女子大学 新座キャンパス	無料	跡見学園女子大学 教務部教務課 公開講座係 ☎048-478-3340 <a href="https://www.atomi.ac.jp/univ/about/effort/extension/">https://www.atomi.ac.jp/univ/about/effort/extension/</a> ※ホームページは10月上旬公開

## 立教大学

★日時・開催方法等を変更する場合がありますので、大学HPにてご確認ください。

事業名	内容	日時	対象	会場	費用	問い合わせ
立教大学 各種講演会	たくさんの公開講演会を開催しています。立教大学ホームページ「ニュース&イベント」の「イベント」に随時最新情報を掲載しています。 <a href="https://www.rikkyo.ac.jp/news/">https://www.rikkyo.ac.jp/news/</a>	随時	講演会によって異なる	新座キャンパス または 池袋キャンパス	講演会によって異なる	講演会によって異なる

# 学習支援制度

市では、生涯学習の推進と学習者の組織化を支援するため、自主的に学習活動を行っている団体やサークルに対して、補助金の交付や情報提供などのサポートをしています。皆さんも仲間同士で楽しく学習してみませんか。

## 家庭教育学級補助金制度

「家庭教育学級」は、子育てをする保護者や、子育てに関わる大人たちの「学びの場」として開設・運営されています。学級では、仲間とともに子どもの成長について考え、子育ての悩みや子どもとの関わり方、子どもの成長に望ましい取り組みなどを話し合い、自らの教養を高めるため、ともに学んでいます。

家庭教育学級補助金制度は、市内の幼稚園、保育園、小・中学校の保護者会やPTA等が、家庭教育学級を開設することに対し、補助金を交付するほか、学級の運営方法の相談や講師の紹介など情報提供も行っています。

学級の開催回数：おおむね年3回以上      学級生数：おおむね10人以上

## 家庭教育学級事業補助金制度

市内の子育てサークル等の団体が、「家庭教育学級」として行う学習事業に対し、補助金を交付する制度です。ほかに、学級の運営方法の相談や講師の紹介など情報提供も行っています。

学級の開催回数：年2回以上（延べ3時間以上）      学級生数：おおむね10人以上

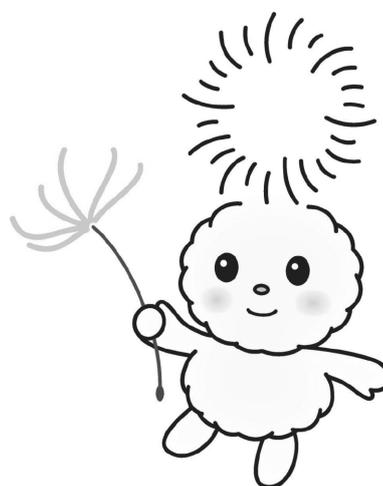
## 市民企画講座事業補助金制度

市民学習団体が自主的に企画・実施し、市民に公開する学習講座に対して補助金を交付する制度です。市民のみならずの創意による、地域の実情に合わせた学習機会の形成を支援することで、市民が身につけ、ともに学習する必要がある公益性の高い課題を学習主題とする講座の開催など、市と市民の協働による生涯学習活動の推進を図ります。

事業（講座・学習会）の開催回数：年3回以上（延べ4.5時間以上）      構成員：5人以上

問い合わせ

生涯学習・スポーツ課（生涯学習係）  
☎048-463-2920（直通）



© むさしのフロントあさか

## 朝霞市市民体育振興奨励補助金

市では、市民の体育及びスポーツ・レクリエーションの振興を図るため、予選または選考を経て県大会以上の各種大会に参加する市民の方に対し、その経費の一部について予算の範囲内において補助を行っています。

補助金の交付にあたっては、書類審査を行いますので、下記により、生涯学習・スポーツ課窓口で申請手続きを行ってください。

### 《補助対象者》

大会当日に市内在住の選手、監督、コーチ及びマネージャー等。ただし、監督・コーチ・マネージャー等は各1名まで。※中・高・大学生は、関東大会等以上が対象。

### 《補助対象大会及び金額》

会場が朝霞市以外で、予選または選考を経て出場する大会。※申請日の属する年度内に開催された大会に限ります。(大会区分による補助金額は下表のとおりです。)

### 《申請方法》

「朝霞市市民体育振興奨励補助金交付申請書」に必要事項を記入し押印の上、以下の書類のうち、該当するものを添付して提出してください。

- ・本大会・予選大会の大会要項または、大会要項に準ずる書類の写し
- ・本大会出場申込書または、出場申込書に準ずる書類の写し
- ・予選、選考となった大会の結果が記載された書類
- ・予選、選考を経て本大会に出場決定したことが記載された書類
- ・本大会の結果記録証または結果記録証に準ずる書類の写し

※上記のほか、別に書類が必要となる場合がありますので生涯学習・スポーツ課にご確認ください。

※申請手続きは、大会が開催された年度内に行ってください。また、大会後に申請いただきますようお願いいたします。

### 《交付決定》

書類審査後、交付決定の日から起算し、7日以内に交付の可否について決定通知を送付します。ただし、12月29日から翌年の1月3日までは決定通知書発送の期間に含みません。

(単位：円)

大会区分	金額	対象
都道府県大会	1,000	中・高・大学生を除く大会当日市内在住の選手、監督、コーチ及びマネージャー等
関東大会等地方大会 (東日本大会含む)	3,000	大会当日市内在住の選手、監督、コーチ及びマネージャー等
全国大会及び開催が国内の国際大会	5,000	
国際大会	8,000	

問い合わせ

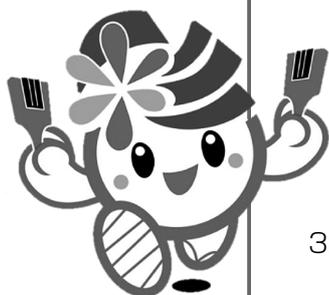
生涯学習・スポーツ課  
☎048-463-2403 (直通)

# あさか学習おとどけ講座

市の情報や身近な情報などを講座として皆さんの学習の場へおとどけます。ご利用になりたい講座を選んで、ぜひお申し込みください！

## 申込方法

1. 学びたい講座が決まったら、生涯学習・スポーツ課へお電話を！  
その際に、下記の①～⑤をお伝えください。  
①日時 ②会場 ③人数 ④講座メニュー ⑤代表者連絡先  
※生涯学習・スポーツ課が担当と日時の調整をし、連絡を差上げます。  
※ご希望に添えない場合もありますので、①・④については、第二・第三希望までご検討をお願いします。
2. 「あさか学習おとどけ講座利用申込書」に必要事項を記入の上、ご提出ください（郵送・FAX・メールでも可）。  
※申込書は、ホームページからもダウンロードできます。  
(<http://www.city.asaka.lg.jp/site/kyoiku/shogai-otodoke.html>)  
行政メニュー → 利用希望日の14日前まで  
企業メニュー → 利用希望日の1か月前まで（メニューによる）
3. 「あさか学習おとどけ講座利用（決定・否決）通知書」とアンケートが届きます。
4. 講師と詳細について打合わせをしてください。
5. 講座スタート！講師が会場に講座をおとどけます！
6. 講座終了後、14日以内に「あさか学習おとどけ講座利用報告書」とアンケート（記入済み）をご提出ください。

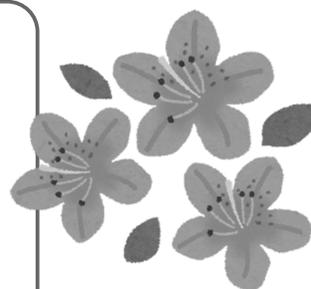


彩夏ちゃん

**【問い合わせ】生涯学習・スポーツ課（生涯学習係）**  
☎ 048-463-2920（直通）

### ◆ 利用上の注意 ◆

- ・市内在住・在勤・在学の5人以上のグループでお申し込みください。
- ・行政メニューの開催は、12月28日から翌年1月4日までを除く午前9時から午後9時までです。ただし、施設見学については、施設の開所日の午前9時から午後5時までです。
- ・会場は市内とし、利用する方がご用意ください（公民館・町内会館等）。
- ・講座の利用料は無料です。ただし、会場使用料や教材料費等が必要な場合は、利用者の実費負担となります。
- ・講師に質問はできますが、その場で説明できない場合もあります。この講座は、あくまでも生涯学習の推進を目的とした事業です。批判や苦情の申し立て、個別相談の場ではないことをあらかじめご理解ください。



# 令和7年度 あさか学習おとどけ講座メニュー

## 行政メニュー

分野	No.	講座タイトル	内 容	時 間	担 当
まちづくり	1	特徴あるまちづくりを目指して	地区計画の制度・運用について	30分	まちづくり推進課
	2	朝霞市の都市計画道路	計画決定から整備まで路線の整備状況について	30分	まちづくり推進課
	3	区画整理事業のあらまし	区画整理によるまちづくりについて	50分	まちづくり推進課
	4	ウォーカブルなまちづくり	車中心から人中心の歩きたくなるまちづくりについて	30分	まちづくり推進課
	5	官民連携によるまちづくり	あさかエリアデザイン会議の取組について	60分	まちづくり推進課
	6	開発許可申請の実務について	開発許可制度の概要について	60分	開発建築課
	7	わたしたちの道路	道路の役割と私道整備補助事業を解説します。	30分	道路整備課
教育・文化・スポーツ	8	★「まごころをこめたおいしい給食」成長期の栄養と食事	学校給食の献立紹介、成長期の食事の話（朝食の大切さ、頭のはたらきを良くする食事）	60分	学校給食課
	9	生涯学習を始めよう！	生涯学習についてわかりやすく解説し、市が展開している制度を紹介します。	30分	生涯学習・スポーツ課
	10	★みんながしあわせに暮らせるために	さまざまな人権を考えるきっかけづくりと啓発ビデオの視聴	60分	生涯学習・スポーツ課
	11	学びあい！教えあい！	市民企画講座など学びあいの場の企画・運営の方法や、知識や経験、特技を生かしてボランティアでの講師をする方法などについてお話しします。	30分	生涯学習・スポーツ課
	12	★体をうごかさう！	・ミニテニスの理論と実技 ・ボッチャの理論と実技 ・四半的弓道の理論と実技	120分	生涯学習・スポーツ課
	13	★朝霞の歴史	朝霞の歴史について、分かりやすく解説します。	60～120分	文化財課
	14	★朝霞の文化財	旧高橋家住宅、柘塚古墳など、朝霞市内にある指定文化財をご紹介します（現地解説可能なものもあり）。	60～120分	文化財課
	15	★火おこしに挑戦	木製発火具を使った昔の火おこし体験	60分	文化財課
	16	★コミュニティセンターの利用について	コミュニティセンターの役割と利用方法について	30分	コミュニティセンター
	17	★公民館の利用について	公民館の役割と利用方法について	30分	中央公民館
施設見学	18	絵本をたのしむ	絵本の楽しみ方、読み方、選び方をお伝えします。	60分	図書館
	19	★ごみが処理されている現場を目の前で見ませんか？	クリーンセンターの見学とビデオの上映	90分	資源リサイクル課
	20	安全な水をお届けするために	施設見学と水道事業について	60分	上下水道総務課 水道施設課
	21	★博物館ガイドツアー	展示解説、施設見学、事業について	30～90分	文化財課
	22	★館内らい・ぶらり	施設見学と利用の案内	60分	図書館

★印…子ども向けメニュー（おおむね小学3年生以上）もあります。

分野	No.	講座タイトル	内 容	時 間	担 当
施設見学	23	★ようこそ リサイクルプラザへ	施設見学、利用案内、3R（スリーアール）のおはなし	30分	リサイクルプラザ
	24	★ようこそ はあとぴあへ	総合福祉センターの施設見学と各事業の概要について	30～40分	はあとぴあ（総合福祉センター）
市政・行政	25	★将来の朝霞ってどんなまち？	これからの朝霞市のまちづくり計画（総合計画の概要）について	30～60分	政策企画課
	26	★朝霞市を知ろう！ ～“むさしのフロントあさか”の魅力～	朝霞市の魅力を深掘りし、市がどのようなプロモーションを展開しているかをお話します。一緒に市を盛り上げていきましょう！	40分	シティ・プロモーション課
	27	朝霞市の財政状況について	本年度予算、前年度決算について [4・5・7・8・10月のみ開講]	60分	財政課
	28	市民のための情報公開制度・個人情報保護制度	制度のしくみ、利用方法について	30～60分	市政情報課
	29	★市税について（市民税・固定資産税）	税金はどのように計算されるのかについて	60分	課税課
	30	★納税のあれこれ —市税納付にご協力を—	市税の納め方、延滞金の計算は？納められない場合は？	30分	収納課
	31	★議会の役割と仕組みについて	市議会の役割と仕組みについて、わかりやすく説明します。また、市議会の傍聴方法、請願の提出等についてもお話します。	30分	議会総務課
32	★選挙を学ぼう！！	よりよい暮らしを願い、私たちの代わりにその思いを実現してくれる人を選ぶ制度が「選挙」です。皆さんの大切な一票を有効にいかすために、「選挙」について学んでいきましょう。	40分	選挙管理委員会事務局	
福祉・健康	33	ファミリー・サポート・センター制度のご案内から入会まで	ファミリー・サポート・センター制度のご案内と利用方法、入会までの手続きについて	60分	こども家庭センター
	34	子育て講座	ペアトレ入門	60分	こども家庭センター
	35	民生委員児童委員とは	地域における民生委員児童委員の役割について	40分	福祉相談課
	36	★障害を知ろう！	障害のある人もない人も互いに尊重し、地域で共に生きる社会を実現するために、障害や障害のある人に対する理解を深めます。	60分	障害福祉課
	37	障害福祉サービス	障害のある方々が利用する福祉サービス等について、わかりやすく説明します。	60分	障害福祉課
	38	障害者差別をなくそう	障害者差別解消法の理解を進め、障害のある方への具体的な配慮を学びます。	60分	障害福祉課
	39	体と心、 親と子の健康を応援します	乳幼児の発育と発達について	60分	こども家庭センター
	40	中高年の心の健康づくり	ストレスとの付き合い方、こころの健康について	60分	健康づくり課
	41	楽しく学ぶ栄養講座	乳幼児から高齢者まで各ライフステージにおける食生活のあり方や生活習慣病予防の食生活について	30～60分	こども家庭センター
	42	知っておきたい女性のがん	子宮がん、乳がんについての話と予防や早期発見について（がん検診県民サポーター研修含む）	30～60分	健康づくり課

★印…子ども向けメニュー（おおむね小学3年生以上）もあります。

分野	No.	講座タイトル	内 容	時 間	担 当
福 祉 ・ 健 康	43	★わかりやすい感染症のきほん	インフルエンザやノロウイルスなど、感染症の基礎知識と個人・家族が出来る予防について	60分	健康づくり課
	44	★夏を乗りきる！熱中症予防	熱中症の正しい知識と予防について	60分	健康づくり課
	45	知って実践！楽しく健康づくり	健康づくりに役立つ情報を学び、生活の中に取り入れましょう。(みんなで健康マイスター養成講習含む)	30～60分	健康づくり課
	46	介護保険制度をご存じですか？ ～支え合い笑顔と生きがいを持って暮らしつづけるために～	①介護保険制度の仕組み②はじめての介護保険～申請からサービス利用までの流れ～③これって介護で使えるサービス？～介護保険と高齢者福祉サービス～(3部構成)	30～60分	長寿 はつらつ課
	47	はじめよう！介護予防	加齢による衰えを予防・回復し、生涯いきいきと暮らすための介護予防について紹介します。	30～60分	長寿 はつらつ課
	48	身近で安心、 地域包括支援センター	地域包括支援センターの役割などを紹介します。	30分	長寿 はつらつ課
	49	★私の望む暮らしを考えてみよう (希望する医療や介護を日常生活から“もしものとき”まで)	ACP(アドバンス・ケア・プランニング)や人生会議という言葉聞いたことがありますか。もしものときをイメージしたカードゲームなどで、ご自身の望む暮らしや思いを再認識し、誰かと共有することの大切さを学びます。医療や介護の専門職ともお話を交えて、誰でも家族や友人等と話をするきっかけづくりをします。	30～60分	長寿 はつらつ課
	50	★社協について	社協の事業について説明します	30～60分	社会福祉 協議会
	51	★福祉体験	専用のグッズを使い、高齢者や視覚障害のある方の疑似体験をします	30～60分	社会福祉 協議会
	52	★ボランティアについて	ボランティア活動やボランティア保険について説明します	30～60分	社会福祉 協議会
53	★車いす体験	基本的な車いすの介助方法を学び、操作の体験をします	60分	社会福祉 協議会	
54	「あんしんサポートねっと」とは	あんしんサポートねっとのご案内と利用方法について	30～60分	社会福祉 協議会	
55	★すぐ使える!!手話講座	日常で使用する手話について	30～60分	社会福祉 協議会	
く ら し	56	わかりやすい広報のつくり方 ★中学生からのメニューです	文章の書き方、写真、レイアウト等について	60分	シティ・ プロモーション課
	57	朝霞市の防災対策	市の防災対策と「自助」「共助」について	40分	危機管理室
	58	こんな手口にご用心 悪質商法	悪質商法の手口や対処法などについて、参加者の年代に合わせてお話しします。	45～90分	地域づくり 支援課
	59	出前講話(各種防犯指導)	「振り込め詐欺」や「ひったくり」などの身近な犯罪から身を守るために、朝霞警察署が出前講話を実施します。	15～40分	危機管理室
	60	★3R(リデュース・リユース・リサイクル)を実践してみましよう!	ごみの減量化、再資源化について(3Rとは減量・くり返し利用・再生利用)	60分	資源 リサイクル課
	61	ゴミの分別と集積所のマナー、 みなさんの疑問・質問にお答えします	ごみの分別の意義について	60分	資源 リサイクル課

★印…子ども向けメニュー(おおむね小学3年生以上)もあります。

分野	No.	講座タイトル	内 容	時 間	担 当
く ら し	62	私にもできる地球温暖化防止	地球温暖化対策への取り組みについて	60分	環境推進課
	63	すまいづくりの ABC	建築の基礎知識をわかりやすく解説します。	60分	開発建築課
	64	やってみよう！我が家の耐震診断	簡単にできる木造住宅の耐震診断の方法や耐震改修の事例を紹介します。	60分	開発建築課
	65	下水道のはなし	下水道のしくみの解説	30分	下水道施設課
	66	①普通救命講習 I・II・III (3時間) ②上級救命講習 (8時間)	要望に応じ、対象となる年齢に合わせた心肺蘇生法 (AEDを含む。) を中心に、応急処置等を指導します。上級救命講習は全年齢が対象となります。	①180分 ②480分	朝霞消防署
	67	応急手当講習会	要望に応じ、応急処置 (心肺蘇生法、AED、止血法) 等を指導します。	60分	朝霞消防署
	68	★人権ってなんだろう	私たち一人一人が幸せに生きるための権利について学びます。	60分	人権庶務課
	69	★女(ひと)と男(ひと)が輝いて ー男女共同参画についてー	私たちの生活と男女共同参画について、国や市の動向を踏まえながらお話しします。	50分	それいゆぶらざ (女性センター)
	70	リプロダクティブ・ヘルス/ライツ からデートDVを考えよう ～大切にしていますか？あなたと パートナーのこことからだ～	「性と生殖に関する健康と権利、いわゆるリプロダクティブ・ヘルス/ライツ」について中学生や高校生を含む若い世代から知り、自分とパートナーを大切に作る対等な関係や、その関係が壊れて生じるデートDVについて学びます。	30～ 50分	それいゆぶらざ (女性センター)
	71	LGBTQ ってなんだろう	LGBTQ に関係する基礎知識についてお話しします。	60分	それいゆぶらざ (女性センター)
72	★国民健康保険について	国民健康保険制度について解説します。	30～ 60分	保険年金課	
73	★国民年金について	国民年金制度について解説します。	30～ 60分	保険年金課	

★印…子ども向けメニュー (おおむね小学3年生以上) もあります。

## 企業メニュー

No.	企業名・講座タイトル	内容・開催条件等	時 間	定員/費用
74	マニユライフ・ファイナンシャル・ アドバイザーズ株式会社 親子マネー教室	子どもたちの未来に関わる「お金」に関する質問にみんなで答え、シェアしていくことで、お金に対する新たな発見とお子さまの夢を広げていきます。そして、お金の仕組みについて学んでいきます。	90～ 120分	30名/ー
75	マニユライフ・ファイナンシャル・ アドバイザーズ株式会社 しつもんは人生を変える 子育て and お金の勉強会	子供たちのやる気と能力と夢を引き出す「魔法の質問」を、実体験を踏まえながらお伝えします。子育てに欠かせないお金について学んでいきます。	90～ 120分	30名/ー
76	マニユライフ・ファイナンシャル・ アドバイザーズ株式会社 おこづかいどうしてる？& お金の勉強会	それぞれの家庭に合ったおこづかいの考え方を、みんなで考えることで、子どもたちの未来を養うマネーリテラシーにつなげていきます。そして、お金の仕組みについて学んでいきます。	90～ 120分	30名/ー
77	大東ガス株式会社 ★今日から始めよう！ 「Let's エコ・クッキング」	エコ・クッキングとは何なのか、環境のために自分たちは何ができるのかを資料を使って一緒に学んだ後、実習もしくは実演を行い、エコに意識したクッキングを行う、学習者参加型の講座です。 [開催場所は要相談]	150分	5～30名/ 500円程度

★印…子ども向けメニュー (おおむね小学3年生以上) もあります。

No.	企業名・講座タイトル	内容・開催条件等	時間	定員／費用
78	Damaya company 株式会社 <b>抱っこ紐講座</b> <b>赤ちゃんとの暮らしを心地よく!!</b>	まんまるな心を寄せ合う子育てのしぐさ、だっことおんぶ。授乳や沐浴は習いますが、だっことおんぶを学ぶ機会はなかなかないまま、お母さんになることが多いのではないのでしょうか。赤ちゃんにも大人にも身体に優しいだっことおんぶの動き方があります。一緒にだっことおんぶをマスターし、赤ちゃんとの暮らしを心地よく整えていきましょう。防災時に役立つおんぶの技やお使いの抱っこ紐の調整もお伝えします。	90分	20名／ 500円程度
79	株式会社カーテンライズ <b>未経験、初心者のための</b> <b>スマホ・タブレット勉強会</b>	「あなたのスマホが狙われています」 今や生活に欠かせないスマホですが、そのスマホを介した詐欺が多発しています。個人情報盗まれてしまったり、お金を騙し取られてしまったり、スマホに不慣れな方を狙った被害が後を絶ちません。 本講座では、こうした詐欺に遭わないための基本的な知識、具体的な対処方法、またはスマホを安全に使うためのセキュリティ設定の基本をお伝えします。スマホの操作に不安を感じている方は、ぜひご参加くださいませ。	90分	5～20名／ 500円程度

★印…子ども向けメニュー（おおむね小学3年生以上）もあります。

# 生涯学習ボランティアバンク

生涯学習ボランティアバンクは、様々な知識や経験、優れた技術や能力を持ったボランティア講師を紹介する制度です。皆さんの“学びたい”を支援し、地域の学びの輪を広げる制度です。

## 保育ボランティアもご活用ください！

講座・学習会等を行うために保育を希望される団体やサークルの皆さんには、保育ボランティアの登録者を紹介しています。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

## 利用方法

- ①登録リストから希望の番号を選んで…
- ②生涯学習・スポーツ課へ電話をします。  
担当から登録者をご紹介します。  
※その際、ご利用者の氏名（代表者）・連絡先をお伺いしますので、ご了承ください。
- ③登録者【団体】に連絡して、学習方法・日時・場所などについて調整をしてください。

→→→ 学習スタート！

## 生涯学習体験教室に参加しませんか？

生涯学習ボランティアバンク登録者が講師となり、講師が持つさまざまな知識や経験、優れた技術を地域に還元します！  
随時、広報・ホームページ等で募集しておりますのでぜひご参加ください。

## ★ご利用上の注意★

- 講師料は無料です。
- 学習場所（公民館、利用者宅など）は、利用される方がご用意ください。
- 教材費、交通費、会場費等については、実費をご負担いただきます。

生涯学習・スポーツ課  
生涯学習係  
☎048-463-2920  
(直通)

## ★登録リスト★

No.	大分類	小分類	氏名・団体名	内容・開催条件等
1	スポーツ・レクリエーション・健康	笑い健康法 オキシトシン療法	おんだ くにみこ 恩田 邦彦	笑い健康法は、笑うだけで病いや精神状態が癒される笑い方とその体験談を丁寧に説明します。オキシトシン療法は、決まった速度で皮膚を擦ると痛みや凝りが癒されます。NHKで放映されました。
2		ピラティスと骨盤メソッド	むねもと MUNEMOTO	肩こり・腰痛・身体の歪み改善の効果を実感しましょう。おなか・ウエスト引き締め、美脚エクササイズも毎年進化しています。身体を引き締めること、歪みを改善することを専門とした運動です。
3		骨盤ストレッチ	おおの ゆき 大野 有希	日頃のクセで体は歪み、それが不調の原因となります。ストレッチで自分の力でリセットしましょう。1日5分で美しく健やかな毎日を。
4		ヨガ	いがらしれいこ 五十嵐玲子	気軽に楽しく一緒にヨガを行いましょう。呼吸に意識を向けて、気持ち良く体を動かします。強度、レベル等はお要望に合わせてます。
5		ヨガ	こめいじかずこ 古明地和子	ヨガ初心者でも安心して参加できます。少人数で個々のペースに合わせ、十分に体をほぐしながら呼吸を深めていきます。簡単なポーズから徐々に体の使い方を覚えていきます。体を痛めない使い方を教えています。
6		3B体操	おおわだえみ 大和田恵美	道具と音楽を使用し、楽しくストレッチや筋トレ、脳トレをおこないます。また、親子でのスキンシップや遊びながら体を動かし、体力向上を目指す健康体操です。ご一緒に元気で楽しく活動しませんか。

No.	大分類	小分類	氏名・団体名	内容・開催条件等
7	スポーツ・レクリエーション・健康	睡眠講座	もてぎ むつこ 茂木 睦子	朝の目覚めスッキリ!! 朝の目覚めをスッキリさせるためにどうしたら良いのか。子どもから大人まで、すぐ取り組める朝の行動についてお話しします。睡眠は朝の生活習慣で決まります。
8		介護予防運動 生活習慣病予防運動 認知症予防運動	ふちわき ゆみ 淵脇 由美	ウォーキングや筋力トレーニング等、健康づくりのための運動を指導いたします。また、認知症予防の体操も行います。安全で楽しく、効果的な運動を行いましょ。
9		健康体操	こてら ようこ 小寺 陽子	「幸せな100歳代を目指す」を目標に、椅子に座って出来る簡単な体操で、柔軟性と筋力の維持向上を目指します。体操だけでなく、健康のためのミニ勉強会も時間内におこない、頭と手も刺激します。
10		命と生理・フェムケア	さいとう れいこ 齋藤 玲子	命と生理についてやフェムケアについてのお話をさせていただきます。生理にストレスを感じている学生が9割。女性の健康課題を抱えている方が約5割。子どもの頃から対策を知って楽しい毎日を過ごしませんか。
11	ダンス・バレエ	チアダンス (キッズ) フラダンス (大人・キッズ)	か KANA	基礎を中心としたプログラムです。初心者の方も安心して取り組んでいただけます。
12	音楽	ウクレレ	こばやし みつお 小林 光夫	ウクレレは、ハワイ伝統音楽のハワイアンウクレレの歌と伴奏と思いがちですが、ウクレレ・ソロが奏けて、童謡・演歌・ポップス・クラシックハワイアンを幅広く演奏できます。
13		弾き語り 出張ライブ ワークショップ	ゆか YUKA	「誰でもできる作詞作曲」や「弾き語り出張ライブ」。どんな場所でもコンサート会場に。保育園、学校、PTA行事、企業、高齢者施設へ温かな音楽を届けます。大切な人と思いを分かち合ってみませんか。
14		声楽	よしみ よしてる 吉見 佳晃	初心者の方から上級者の方まで、多くの方に音楽の楽しさをおとどけます。今より歌が上手になり、気持ちよく歌えます。ぜひ無料体験レッスンにお越しください。
15	芸能	日本舞踊	たなか ひろこ 田中 広子	南朝霞公民館で「ひさの会」として活動しています。童謡民謡古典創作まで要望に対応いたします。舞台衣装の着付けをはじめ浴衣礼装などの帯までも指導いたします。楽しく続けてみませんか。
16	芸術・文化	華道	よねやま かずこ 米山 和子	伝統のいけ花からアレンジまで、四季折々の花で小原流のいけ花を楽しく学びます。
17		いけ花	まつうら りつこ 松浦 律子	気軽に楽しくお花をいけてみませんか。
18		書道	わかまつ えいこう 若松 永暁	書の楽しみ・魅力・こころ—書の魅力を学び、味わい、楽しむ教室です。基本レベルから専門的段階まで、歴史を背景に多様なプログラムを展開いたします。奥深い書の素晴らしさに出会います。
19		書道	どうまえ じゅそう 堂前 寿草	書くことが楽しくなる! 子どもから大人まで、みんなでスタートしましょう。硬筆、書道、筆ペンOKです。
20	パステルアート 教室	まつだ あきこ 松田 明子	指で描くアートです。折り紙の大きさの小さなアート。子どもから大人まで世代を問わず楽しめます。絵心がなくても簡単に描けちゃいます。	
21	趣味・教養	メディカルハーブ アロマセラピー アークルヴェーダ	わたなべ あつこ 渡邊 温子	天然素材使用ルームスプレーや虫除けスプレーの手作り講座、アロママッサージが幼小中高のお母様から人気です。アロマで脳から、ハーブで体の中から健康と美容と癒しの時間をお届けします。
22		アロマセラピー	おおの ゆき 大野 有希	アロマセラピーは日常に彩りを加えるエッセンスとして、予防医学として、また自分を見つめ直すツールとして、様々な側面から私たちを助けてくれます。植物の力で美しく健やかに過ごしましょう。
23		アロマセラピー (睡眠編)	もてぎ むつこ 茂木 睦子	ココロもカラダもリフレッシュ!! 香りを嗅ぐことでココロもカラダもリセットされ「やる気・元気・勇気」がわいてきます。香りの基礎知識から日常使いや体への影響などを学びましょう。
24		誰にでも 簡単にできる 開運法	かすが りお 春日 莉央	生活に負担なく簡単にできる開運法をお話しします。良い「気」を取り入れて身も心も元気に過ごしましょう。
25		東洋タロット 占い(入門)	かすが りお 春日 莉央	タロットカードがなくてもコイン1枚で簡単に始められます。プロが教える本格東洋タロット入門をお届けします。
26		着付	ふじた よしこ 藤田 良子	多くの方に伝統文化の着物の良さを知っていただき、一人で着付けができるようになることをモットーに取り組んでいます。マナー等も学べます。

No.	大分類	小分類	氏名・団体名	内容・開催条件等	
27	趣味・教養	相続、遺言、単身者の終活(見守り、任意後見、死後事務)のセミナー、相談	まさき たかお 正木 隆雄	「おひとりさま」の終活セミナー。入院する時、認知症になったら、死後の手続き。そんな単身者が「どうしたらいいのだろう」という課題に対し、遺言や各種契約を使った「備え」をご説明します。	
28		フラワーセラピー	かわいけ こ 川池 さえ子	花(植物)を使って作品作りをします。作品作りを通して癒しを感じたりモチベーション、クリエイションを高め、またコミュニケーション作りのお手伝いをします。	
29		食と健康・食育	おおの ゆき 大野 有希	家族であっても一人一人体質は違います。アーユルヴェーダの体質チェック表を使い、それぞれに合った食事や生活リズムを知ることで、より美しく健康にストレスなく過ごせるようになります。	
30		絵手紙	かたやなぎ よしえ 片柳 芳枝	絵手紙はどこへでも行く。一人でも、また集っても楽しい。子どもでも大人でも楽しく学べ、遊べる絵手紙。仲間に入りませんか。	
31		朗読・読みきかせ	どうまえかよこ 堂前加代子	朗読を通して本の世界を楽しみましょう。声で一つの物語をみんなで楽しみましょう。	
32		話し方・アナウンス講座	どうまえかよこ 堂前加代子	何気ないお話の仕方、言葉づかいは大切です。発声から人に伝える話し方を学びませんか。	
33		スマートフォン・スマートウォッチ等の取り扱い全般	おお つか まこと 大塚 誠	数名の依頼があれば訪問してスマホの操作方法を教えます。ライン、ペイペイ、タクシーGO、予定表作成、地図アプリ等何でも相談に応じます。	
34		仏教美術・建築物や仏像等の解説	おお つか まこと 大塚 誠	古寺巡礼好きな方、京都、奈良等仏教美術の話や写真鑑賞など一緒にしませんか。	
35		囲碁	きくち たかひさ 菊池 孝久	囲碁はどこでも誰とでも楽しめるマインドスポーツです。学校や家庭、地域のコミュニケーション手段として活用してみませんか。国際的にも広く普及しており、外国の方とも楽しく交流できます。	
36		フラワーデザイン	chicca きっか 吉花 さいき しおり (齋木 志織)	生花・ドライ・プリザ・造花など様々な素材を使って、アレンジ・花束・リース・キャンドルなどご要望に応じて丁寧にご指導いたします。お花に触れることで五感を刺激してごころを彩ってみませんか。	
37		手工芸	ガラスアート	たなか よしこ 田中 良子	カラーフィルムと鉛でできたリード線で気軽にスタンドグラス風の作品が楽しめます。趣味の一つとしていかがですか。
38			アートクレイシルバー	つかもと まきこ 塚本 牧子	おどろき!純銀アクセサリーが粘土で作れます。どなたでも価値ある作品が簡単にできます。指輪なら材料費は2900円程度で作れます。ピカピカに仕上がりますよ。
39	ワイヤークラフト		あらい けいこ 新井 恵子	ラジオペンチを使いながらワイヤーで雑貨や飾りなどを作ります。そこにお花やクリスタルビーズなどを加えた作品作りを得意としております。	
40	フラワーアレンジ		あらい けいこ 新井 恵子	プリザーブド、ドライ、アーティフィシャルフラワーなどを使ったアレンジメントを自由な感覚で作ります。ハーバリウムもできますので一緒に作品作りを楽しみましょう。	
41	押し花		たなか よしこ 田中 良子	四季折々の草花を色鮮やかに押しして、アクセサリー・キーホルダー等の小物や押し花絵額(密封します)作りを楽しみませんか。	
42	手作り雑貨(壁飾り・カード等)		まつだ あきこ 松田 明子	クリスマスリースやしめ縄飾り、手作りカードなど季節に合わせた雑貨を作ります。	
43	語学・文学	中国語指導	とう れい 董 麗	“拼音”から中国語を教えます。	
44		和歌	わかまつ えいこう 若松 永暁	和歌の魅力。千年に及ぶ和歌の魅力と書を通してみる日本文化を学びます。成り立ち、万葉集、古今和歌集、新古今和歌集、百人一首、古今伝授から現代へ。日本文化のエッセンスとしての和歌と書。	
45	社会・地域活動	地域活動(子どもの問題の学習)・子どもの未来アクションに基づく学習会	くま ぎわ けん 熊澤 健	貧困をはじめ、子どもの問題を社会の問題として一緒に考えませんか。子どもたちは生まれてくる環境を選べません。知ることから、学ぶことから始めましょう。	
46		慢性腎臓病に関連した支援活動(講演、教室開催、相談等)	ながい きさき 永井 沙季	腎不全認定看護師による、腎臓病教育講座です。日本国民の5人に1人は腎臓病といわれています。腎臓病の予防から治療選択、透析、終末期にいたるまで、ご希望の内容の学習会や相談会をおこないます。	

No.	大分類	小分類	氏名・団体名	内容・開催条件等
47	親子	ベビーマッサージ	おざわみちこ 小澤美智子	発達を促すベビーマッサージで深い呼吸、身体の柔軟性、強い筋肉をつくりましょう。ママの産後のホルモンバランスを整えて、親子で一緒に楽しみましょう。
48		わらべうた ベビーマッサージ	きむらあゆみ 木村有夕海	親子の絆を深めます。一緒に歌に合わせてマッサージをしながら、身体や心を育てていきましょう。
49		親子のふれあい ピラティス	むねもと MUNEMOTO	お子さんとお母さんのふれあいを深めるためのピラティス。皆で楽しくからだを動かしましょう。バスタオル、またはエクササイズマットを用意してください。ピラティスの基本動作をレッスンします。
50	子ども対象	幼児・児童英会話 英語リトミック	まりあ Maria	Sing・Dance・Games・Stories... 楽しく英語に触れ合います。朝霞・和光・志木のサークルで活動中。児童館の“英語であそぼ”にも遊びに来て下さい。Let's have fun at learning English together!
51		キッズ ヨガボール	おざわみちこ 小澤美智子	キッズヨガバランスボールで、遊びながら良い姿勢の感覚を身につけていきましょう。
52	団体登録	朝霞市 無形文化財 「根岸野謡」	根岸野謡 保存会	根岸野謡は明治22年に根岸村・台村が膝折村と合併する以前から口伝され年中行事や祝事に謡われた謡を数曲口演。曲の内容や当時の世相等を簡易にお話させていただきます。
53		詩吟	彩霞吟詠会	詩吟は漢詩、和歌、俳句、新体詩等を明瞭に正しく発音・読むことから出発します。腹式呼吸による発声の鍛錬により内臓の動きが活発化し、健康を増進します。また多くの優れた詩歌を学習することができます。
54		太極拳	TFA 朝霞 太極拳クラブ	24式を中心に、健康な心と身体を保つために、体全体を使ってゆっくりとした動作を続けながら練習をしています。誰でも気軽に参加できる体験教室もあります。
55		太極拳	TFA 朝霞 かすみ太極拳 クラブ	太極拳はゆったりとした持久力を要する動きの中で、体の奥にある筋肉インナーマッスルを鍛え、柔軟な筋肉や関節、しっかりと体を支えることができる足腰を作っていくことができるスポーツです。
56		コーラス	コーラスぐるーぷ ゆりかご	現役オペラ歌手が、声の出し方から丁寧に指導します。幼い頃歌った歌、美しい日本の歌、原語で歌う世界の歌など歌います。各々のパートの音が重なり美しい和音を奏でる時の感動を味わいます。
57		コーラス	朝霞 第九を歌う会	朝霞市内で活動しています。ベートーベンの第九を中心に、その他レクイエムなど練習・演奏しています。ご興味ありましたら練習へ見学にいらしてください。
58		コーラス	イタリア音楽 を歌う会 in 朝霞	イタリア語の歌曲、カンツォーネ、オペラのアリア等を歌います。
59		囲碁	日本棋院 朝霞支部	小・中学生対象のこども囲碁教室を毎週土曜日午前中(9:30~)中央公民館で開催。午後(13:00~)は大人対象の碁会です。ご参加お待ちしております。
60		科学	特定非営利活動法人 科学芸術学際研究所 ISTA	日本の伝統文化の折り紙を活用して、目には見えない原子や分子が造る立体構造を制作する科学折り紙を通じ、自然の中に潜む美の世界を体験する実習講座(1講座3回の実習)を新たに開講します。
61		遺言・相続・ 成年後見制度	彩(いろどり) 相続相談所	22年の経験から、遺言、相続の話をしめます。質問時間を多く取って日頃疑問に思っていることをわかりやすく説明していきます。楽しい勉強会にしたいと思います。先ずはご参加ください。
62		地域参加の始め方・ 地域活動の楽しみ方・ ボランティア活動	コミュニティ あさか	防災や福祉、教育で地域のつながりの大切さが重要です。しかし、今地域のつながりは薄れています。もっと楽しく地域でつながり、ともに暮らすためにできることを一緒に考えませんか?
63	着付	きもの ぐるーぷ	「初めてでも2回講座でひとりで帯まで結びたい」をテーマに下着の補整から帯(なごや帯)の結び方まで着かたのポイントをマスターできるよう個々に合わせ丁寧にきもの着かたをお教えます。	

## 教育・文化コミュニティ

施設名	住所	電話番号
市民会館（ゆめばれす）	朝霞市本町 1-26-1	048-466-2525
産業文化センター	朝霞市大字浜崎 669-1	048-487-6222
弁財市民センター	朝霞市西弁財 2-2-3	048-467-1616
朝志ヶ丘市民センター	朝霞市朝志ヶ丘 3-8-16	048-476-5755
宮戸市民センター	朝霞市宮戸 1-2-60	048-472-2134
栄町市民センター	朝霞市栄町 4-4-26	048-466-6515
仲町市民センター	朝霞市仲町 1-2-16	048-464-6810
溝沼市民センター	朝霞市大字溝沼 1057-3	048-461-8885
根岸台市民センター	朝霞市根岸台 2-15-12	048-450-1801
膝折市民センター	朝霞市膝折町 1-7-40	048-462-4531
中央公民館・コミュニティセンター ※令和7年9月～8年8月まで工事のため休館予定です。	朝霞市青葉台 1-7-1	048-465-7272
東朝霞公民館	朝霞市根岸台 6-8-45	048-463-9211
西朝霞公民館	朝霞市膝折町 4-19-1	048-462-1411
南朝霞公民館 ※令和7年8月(予定)まで工事のため休館です。	朝霞市溝沼 1-5-24	048-461-0163
北朝霞公民館	朝霞市朝志ヶ丘 1-4-1	048-473-0558
内間木公民館	朝霞市田島 2-18-47	048-456-1055
図書館本館	朝霞市青葉台 1-7-26	048-466-8686
図書館北朝霞分館	朝霞市大字浜崎 669-1	048-470-6011
博物館	朝霞市岡 2-7-22	048-469-2285
埋蔵文化財センター	朝霞市大字浜崎 231-2	048-486-2244
重要文化財旧高橋家住宅	朝霞市根岸台 2-15-10	048-462-7067

## スポーツ

施設名	住所	電話番号
総合体育館	朝霞市青葉台 1-8-1	048-465-9811
武道館	朝霞市本町 1-12-3	048-461-7522
朝霞中央公園陸上競技場	朝霞市青葉台 1-9-1	048-465-7278
内間木公園弓道場	朝霞市大字上内間木 518-3	048-456-2282
朝霞中央公園野球場	朝霞市青葉台 1-9-2	048-465-7277
北朝霞公園野球場	朝霞市北原 1-3	利用問合せ（総合体育館） 048-465-9811
内間木公園ソフトボール場	朝霞市大字上内間木 518-3	048-456-2282
青葉台公園テニスコート	朝霞市大字膝折 2-30	048-463-1333
滝の根テニスコート	朝霞市溝沼 2-8 (所在地：朝霞市溝沼 2-962)	048-462-1372
弁財公園テニスコート	朝霞市東弁財 3-12 (所在地：朝霞市東弁財 3-4)	利用問合せ（総合体育館） 048-465-9811
内間木公園テニスコート	朝霞市大字上内間木 518-3	048-456-2282
青葉台公園芝生広場	朝霞市大字膝折 2-30	048-463-1333
上野荒川運動公園野球場	朝霞市大字上内間木上野 651-1	利用問合せ（総合体育館） 048-465-9811
上野荒川運動公園サッカー場		
溝沼子どもプール	朝霞市大字溝沼 1033	048-464-0023

## 福祉

施設名	住所	電話番号
総合福祉センター（はあとびあ）	朝霞市大字浜崎 51-1	048-486-2475
浜崎老人福祉センター	朝霞市大字浜崎 51-1 はあとびあ内	048-486-2476
溝沼老人福祉センター	朝霞市溝沼 7-13-11	048-464-5488
きたはら児童館	朝霞市北原 2-8-11	048-471-7140
はまさき児童館	朝霞市大字浜崎 51-1 はあとびあ内	048-486-2477
みぞぬま児童館	朝霞市溝沼 7-13-11	048-450-0858
ねぎしだい児童館	朝霞市根岸台 2-15-12	048-450-1815
ひざおり児童館	朝霞市膝折町 1-7-40	048-458-6969
ほんちょう児童館	朝霞市本町 2-3-22	048-487-8582
さくら子育て支援センター	朝霞市大字溝沼 435-1 さくら保育園内	048-469-7065
きたはら子育て支援センター	朝霞市北原 2-8-11 きたはら児童館内	048-476-8686
ファミリー・サポート・センター	朝霞市本町 1-7-3 保健センター1階	048-483-4501
健康増進センター（わくわくどーむ）	朝霞市大字浜崎 27	048-472-6000

## 保育園

施設名	住所	電話番号
浜崎保育園	朝霞市大字浜崎 662-1	048-471-0394
東朝霞保育園	朝霞市根岸台 1-5-27	048-461-6011
溝沼保育園	朝霞市溝沼 7-13-11	048-463-7165
本町保育園	朝霞市本町 1-20-4	048-464-3750
根岸台保育園	朝霞市根岸台 8-2-41	048-464-8710
北朝霞保育園	朝霞市朝志ヶ丘 1-3-26	048-474-2530
北朝霞保育園（分園）	朝霞市朝志ヶ丘 1-5-40	048-486-5774
栄町保育園	朝霞市栄町 1-5-43	048-465-3811
泉水保育園	朝霞市泉水 2-12-11	048-465-9625
さくら保育園	朝霞市大字溝沼 435-1	048-469-7061
宮戸保育園	朝霞市宮戸 4-6-2	048-486-5562
仲町保育園	朝霞市仲町 2-4-31	048-450-7707

## 放課後児童クラブ

施設名	住所	電話番号
本町放課後児童クラブ	朝霞市本町 1-25-1	048-463-4433
朝志ヶ丘放課後児童クラブ	朝霞市北原 2-6-39	048-473-8718
岡放課後児童クラブ	朝霞市岡 3-17-64	048-464-8281
膝折放課後児童クラブ	朝霞市膝折町 4-11-26	048-463-9152
栄町放課後児童クラブ	朝霞市栄町 5-1-50	048-463-8670
浜崎放課後児童クラブ	朝霞市大字浜崎 220-1	048-474-7125
泉水放課後児童クラブ	朝霞市泉水 3-16-1	048-465-0818
幸町放課後児童クラブ	朝霞市幸町 1-6-9	048-467-4760
根岸台放課後児童クラブ	朝霞市大字台 295-1	048-467-0131
溝沼放課後児童クラブ	朝霞市大字溝沼 828-1	048-458-5520

## 小・中学校

施設名	住所	電話番号
朝霞第一小学校	朝霞市膝折町 4-11-7	048-461-0052
朝霞第二小学校	朝霞市岡 3-16-13	048-461-0042
朝霞第三小学校	朝霞市大字浜崎 230	048-471-1630
朝霞第四小学校	朝霞市幸町 1-6-9	048-461-0363
朝霞第五小学校	朝霞市泉水 3-16-1	048-462-0455
朝霞第六小学校	朝霞市本町 1-25-1	048-461-0410
朝霞第七小学校	朝霞市北原 2-6-1	048-472-9172
朝霞第八小学校	朝霞市栄町 5-1-41	048-465-8381
朝霞第九小学校	朝霞市大字台 295	048-466-4481
朝霞第十小学校	朝霞市大字溝沼 828-1	048-469-5443
朝霞第一中学校	朝霞市大字膝折 2-31	048-461-0076
朝霞第二中学校	朝霞市大字岡 199	048-461-6540
朝霞第三中学校	朝霞市大字溝沼 1043-1	048-464-7575
朝霞第四中学校	朝霞市栄町 5-1-60	048-466-4711
朝霞第五中学校	朝霞市大字宮戸 1580	048-471-2236

## その他

施設名	住所	電話番号
朝霞市役所	朝霞市本町 1-1-1	048-463-1111
内間木支所	朝霞市大字浜崎 231-1	048-471-1632
朝霞台出張所	朝霞市西弁財 1-9-26	048-467-1115
朝霞駅前出張所	朝霞市仲町 2-1-6-101	048-452-6000
市民活動支援ステーション・シニア活動センター	朝霞市仲町 2-1-6-101	048-463-1417
保健センター	朝霞市本町 1-7-3	048-465-8611
クリーンセンター	朝霞市大字浜崎 390-45	048-456-1593
エコネットあさか（リサイクルプラザ）	朝霞市大字浜崎 664-2	048-486-0222
水道庁舎	朝霞市泉水 2-13-1	048-462-3366
それいゆばらざ（女性センター）	朝霞市青葉台 1-7-1 (R7.9以降一時移転予定)	048-463-2697
浜崎学校給食センター	朝霞市浜崎 4-13-63	048-473-6291
溝沼学校給食センター	朝霞市大字溝沼 1029-8	048-451-0371

## 会員・賛助会員・ボランティア募集

高齢者も児童も、障がいの有無に拘わらず、みんなが仲間で、より良い日々を過ごすために多様な活動をしています。運営基盤をつくる、NPO法人の会員も募集しています。（高齢者ミニデイサービス運営・絵を通じての友好＝マレーシアと児童画交流・音楽療法で仲間作り・等）



認定・埼玉県指定NPO法人**メイあさかセンター**

朝霞市本町2-7-17 [mayasaka@mayasaka.net](mailto:mayasaka@mayasaka.net)

連絡先 ☎048-468-6972（おいけ）

令和7年度 生涯学習ガイドブック

## Compass（コンパス）

編集・発行：朝霞市教育委員会  
生涯学習・スポーツ課

〒351-8501 朝霞市本町1-1-1

TEL 048-463-2920（直通）

FAX 048-467-4716

E-Mail [syogaku\\_sports@city.asaka.lg.jp](mailto:syogaku_sports@city.asaka.lg.jp)

生涯学習ガイドブック「コンパス」の音声訳CDを生涯学習・スポーツ課窓口、障害福祉課窓口、図書館、公民館で貸し出ししています。

詳しくは、上記までお問い合わせください。

## ペーパードライバー教習

新規取得、再取得

外国免許切替も承っております



埼玉県公安委員会届出自動車教習所

### AKドライビングスクール

mail : akds8180@gmail.com  
☎048-468-0303



## NPO 法人 あさか市民大学

### 市民が作る誰でも学べる朝霞の大学

「人生を健康で豊かに」を目的とし誰でも楽しく学べる生涯学習の場を提供、豊かな地域社会づくりに貢献すべく講座・イベント等を「企画運営」実施中 会員募集中

連絡先：川池さえ子 090-5219-0262

ホームページ：http://asaka-cdaigaku.jimdo.com/

かふえぎやありー&陶芸工房

## ハチ衛門

朝霞市浜崎4-5-53 TEL 048-472-3869

http://www5f.biglobe.ne.jp/~hachiemon/

営業時間：11:00～16:00 定休日：月・火・水

古民家にてヘルシーなランチ・珈琲を！

## デザイン制作

あなたの想い、ひらめき、情熱。  
スポットライトを当て、一緒に創造する

ブランディング

ウェブサイト

グラフィック

ロゴ/名刺/パンフレット/カタログ/フライヤー/パッケージ/イラスト/キャラクター



無料

ご相談・お見積り 承ります



詳しくはウェブサイトからお気軽にお問い合わせください  
https://pearl-laboratory.com/



2025年  
新規オープン！

無料体験  
受付中

## バレエ教室



バレエがはじめての方  
大歓迎です！

楽しみながらキレイな体をつくりましょう！

バレエを楽しみながら、運動能力を向上させ、柔軟性、正しい姿勢を身につけます。

親子バレエ

(3歳までのお子様と保護者)

木曜 9:45～

キッズバレエ

(未就学児・小学生)

水曜 15:40～16:30(幼児)  
16:30～(小学生)

大人バレエ

(入門クラス、初級クラス)

木曜 10:30～

開講日時：火曜、水曜、木曜、金曜

場所：栄町市民センター

料金：初回レッスン無料

月謝：5,000円～

studio.etto.petit@gmail.com  
090-9628-0310  
スタジオ エトワ プチ



## 相続についてのお悩み・ご相談は

いろいろ

## 彩相続相談所にお任せください

行政書士、税理士、弁護士、司法書士、不動産業等の専門家が、  
相続に関するお悩みをトータルサポート！！無料相談実施中です！

毎週日曜日朝霞産業文化センターで無料相談会開催中！

<運営事務局>

行政書士 藤田 孝久 事務所 (埼玉県行政書士会所属)

住所：〒350-0234 埼玉県坂戸市緑町29-12-106



お問い合わせは TEL: 090-2415-5968

までお気軽にどうぞ

アートにふれて、

心をゆたかに

## 丸沼芸術の森

http://marunuma-artpark.co.jp

朝霞市上内間木 493-1 TEL 048-456-2533

「丸沼」バス停下車徒歩5分

朝霞市障害者ふれあいセンターとなり

常設展示はございません。

詳細はHPをご覧くださいませ。

協力：株式会社丸沼倉庫

## 丸沼美術サロン Lapin Kuchen



351-0001 埼玉県朝霞市上内間木 789

TEL: 080-7848-2728 / 048-456-3502 FAX: 048-456-0003

営業時間：午前10時～午後4時 日曜・月曜・祝日は休業