

北朝霞公民館



教 養 講 座

◆目的◆ 講義や実習を通じて学ぶことの大切さや楽しさを確認するとともに、参加者の交流を支援する。

◆対象◆ 市民

◆プログラム及び受講者◆

回	実施日時	タイトル／講師	受講者／定員	保育／定員
1	10月2日（水） 午前10時～ 11時30分	空き瓶リメイク ／日本デコラージュ協会クラフト マイスター 磯貝 佳子 氏	9人／10人	—
2	12月5日（木） 午後1時 ～午後4時	手づくりにチャレンジ！クリスマス リース ／フラワーアレンジメント講師 唐沢 由起子 氏	7人／10人	—

◆まとめ◆ 「空き瓶リメイク」は、使用済みの空き瓶を布地やリボンで飾りつけ、リメイクし室内に飾れる作品を完成した。参加者からは、「手作り時間を過ごせて生活に潤いをとということがわかった。」、「空き瓶が素敵な飾りになり良かった。」などの感想があった。
「手づくりにチャレンジ！クリスマスリース」では、リースの土台となるリング状の材料に花材を巻き付けていくところから手作りするリースは、半製品に飾りつけだけを行うものとは異なり、参加者は、講師の指導のもと、思い思いのデザインでリースを作ることができた。作成中は花材の香りに包まれ、お互いの作品を見たり、話をしたり交流を図ることができて満足そうであった。



空き瓶リメイク



手作りにチャレンジ！
クリスマスリース



子 育 て 講 座

◆目的◆ 子どもの成長にとって大切な幼児期の育児について学び、子育て中の仲間づくりを支援する。

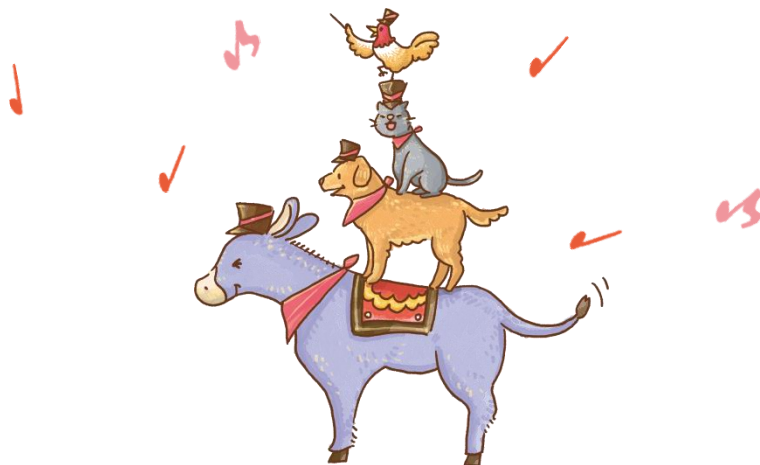
◆対象◆ 1回目 1歳～3歳の子どもと保護者
2回目 4か月～1歳未満の赤ちゃん
と保護者

◆プログラム及び受講者◆

	実施日時	タイトル／講師	受講者／定員	保育／定員
1	5月30日（木） 午前10時30分 ～11時30分	親子でリトミック ／リトミック指導・ピアノ指導講師 澤木 麻里 氏	14組29人 ／15組30人	—
2	9月27日（金） 午前10時30分 ～11時30分	ベビーバランスボール ／ベビーバランスボール インストラクター 小澤 美智子 氏	11組22人 ／12組24人	—

◆まとめ◆ 子育て中の保護者を対象に2講座を開催した。「親子でリトミック」では、ピアノの伴奏に合わせて行うリズム運動遊びで、親子で一緒に音やリズムを楽しみ音楽に合わせて動く楽しさを体験してほしいという意図で講座を行った。「子供が広いスペースでピアノに合わせて動け、楽しそうだった。」「生のピアノは初めてで喜んでいた。」などの感想をいただき、笑顔で動いている子供と保護者の姿が印象的だった。

「ベビーバランスボール」では、バランスボールを使用する際の正しい姿勢や、利点と注意点の説明を受け、親子のスキンシップ遊びから始まり、徐々にボールに親しむように段階を追って安全に進められた。赤ちゃん達は個性豊かにそれぞれの興味、関心に従って自由な行動が見られ、また、後半には保護者中心のエクササイズもあったので「良い運動になってリフレッシュできた。」との声をいただいた。





親子でリトミック



ベビーバランスボール



わんぱくキッズランド

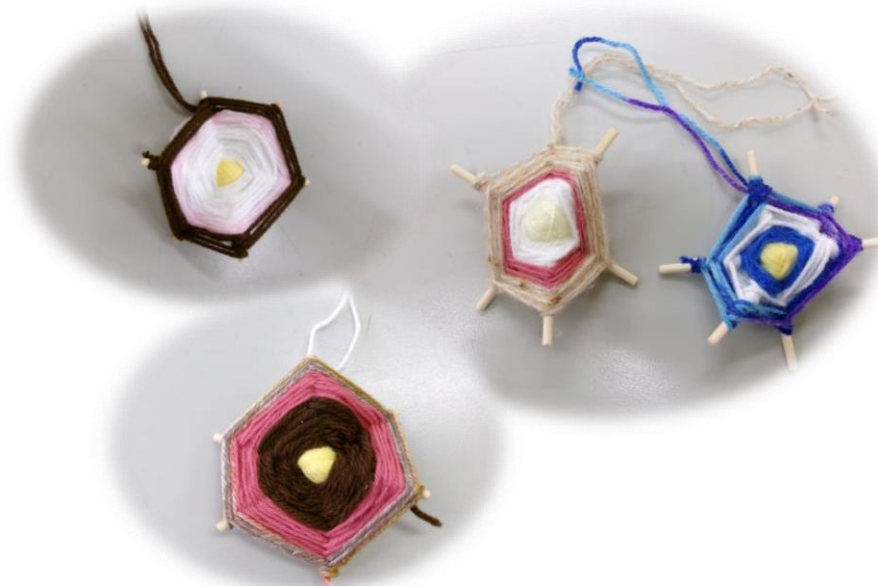
◆目的◆ 工作や実習を通じて友達と楽しくいろいろな体験をすることで、子どもの創造性・自主性を養うことを目的とする。

◆対象◆ 小学生

◆プログラム及び受講者◆

回	実施日時	タイトル／講師	対象	受講者／定員
1	7月30日（火） 午前10時 ～11時	キッズバランスボール ／ベビーキッズジムティーチャー 小澤 美智子 氏	小学生	12人/12人
2	12月7日（土） 午後1時30分 ～3時	クロスウィービング（くもの巣編み） ／日本デコラージュ協会 クラフトマイスター 磯貝 佳子 氏	小学生	12人/15人

◆まとめ◆ 小学生を対象とした2講座を開催した。「キッズバランスボール」では、バランスボールを使うことで姿勢がよくなるなどの効果について説明を受け、子どもたちは先生の指導の下、弾んだり、ボールに寝転んだりと様々な動きを楽しんだ。
「クロスウィービング（くもの巣編み）」では、低学年の参加が大半で講師、職員で個々に見回り、補助をして作品を作っていた。1人につき2作品を作ったが、3色の毛糸を選んだり組み合わせを考えることが楽しそうであった。





キッズバランスボール



クロスウィービング
(くもの巣編み)



さわやか健康教室

◆目的◆ 講義や実践を通じて学ぶことの大切さや楽しさを確認するとともに、参加者同士の交流を深め健康な体づくりや生き生きとした毎を送れるように支援する。

◆対象◆ 市民

◆プログラム及び受講者◆

回	実施日時	タイトル／講師	受講者／定員	保育／定員
1	6月26日(水) 午前10時 ～午後1時	夏を乗り切る時短料理／ 食育クラブぐりーんぴーす代表／ 木村 倫代 氏	9人／9人	—
2	7月12日(金) 午前10時30分 ～正午	バランスボールで体力UP！ 暑さに負けない体力づくり ／関節トレーニング認定 インストラクター 小澤 美智子 氏	14人／12人	—

◆まとめ◆ 健康な体づくりを目的として2講座を開催した。「夏を乗り切る時短料理」では、講師の指導の下、暑いと冷たい食事になりがちだが、タンパク質と一緒に摂る工夫と、汗をかける体づくりも必要との説明を受け初対面の班で協力して調理を始め3品を作り、和やかに試食していた。調理の講座が少ないので開催を増やしてほしいという意見が多数あった。

「バランスボールで体力UP！暑さに負けない体力づくり」では、参加者の半数弱が初めてということもあり、体に合ったバランスボールの選び方、座り方の説明があり、和やかな雰囲気の中スタートし、大小のボールを使用し、指先から脳の活性化を促す運動なども行い、また、どこに作用する運動かなどの詳しい説明もあり、参加者からは「とてもわかりやすかった。」、「大変勉強になった。」などの感想をいただいた。





夏を乗り切る時短料理



バランスボールで体力UP！
暑さに負けない体力づくり



映 画 会

◆目 的◆ 映画鑑賞を通じて豊かな感性を育み、あわせて市民の憩いの場を提供する。

◆対 象◆ 幼児・児童・成人

◆プログラム及び参加者◆

回	実施日時	タイトル	参加者
1	6月1日（土） 午前10時～11時	読み聞かせ／『ほっぺにちゅ』『えらいえらい』 『どうぞのいす』 映画／『まんが日本むかしばなし おむすびころりん／ 馬方とタヌキ』『14ひきのせんたく』	32人
2	9月21日（土） 午前10時～11時	『それいけアンパンマン 恐竜ノッシーの大冒険』	98人

◆まとめ◆ 上映作品は、季節と親子で楽しめるような内容を考慮して選定している。映画会については、小さなお子さんが映画館に行く前に、映画をみて体験できる機会として好評をいただいている。毎回、小さなお子さんと共に家族での参加が結構あり、子どもたちはのびのびと鑑賞し、親子でゆったりと映画を楽しむ様子が多数見られた。今後も絵本の読み聞かせなどと合わせて実施し、家族で気軽に楽しめる映画会にしていきたい。



映画会



人 権 教 育 講 座

- ◆目 的◆ 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る
- ◆対 象◆ 市民
- ◆まとめ◆ 令和6年度は地区館合同人権教育講座を5館合同で東朝霞公民館で実施した。

◆プログラム及び受講者◆

回	実施日時	タイトル	受講者/ 定員
1	12月21日(土) 午前10時～11時45分	「デフリンピックの魅力と聞こえない世界 ～3つ目のオリンピック～」 ／第24回夏季デフリンピック競技大会 バドミントン団体戦 銀メダリスト 沼倉 昌明 氏 沼倉 千紘 氏	49人 ／50人



今年6年度 地区公民館合同人権教育講座

デフリンピックの魅力と聞こえない世界
～3つ目のオリンピック～

12月21日(土)
午前10時～11時45分

会場 東朝霞公民館 2階体育室
定員 50人(15分前集合)

講師 沼倉昌明(ぬまくらまさあき)さん
千紘(ちひろ)さん

初級 どの方でも
定員 50人(15分前集合)

◆申込方法◆
下記の各地区公民館に申込書と申込料を提出してください。
申込書は、各地区公民館のホームページでダウンロードできます。
申込料は、各地区公民館のホームページで確認してください。

北朝霞公民館 電話048-473-0558
東朝霞公民館 電話048-473-0558
西朝霞公民館 電話048-473-0558
南朝霞公民館 電話048-473-0558
西門外公民館 電話048-473-0558

北朝霞公民館まつり

- ◆目的◆ 公民館利用サークルが日頃の学習の成果を発表し、地域の方々と交流する場とすることを目的とする。
- ◆日時◆ 10月26日（土）午前10時～午後3時
10月27日（日）午前10時～午後2時
- ◆対象◆ 公民館利用団体・市民
- ◆主催◆ 北朝霞公民館まつり実行委員会
- ◆参加団体◆
 - ・展示部門 5団体
 - ・発表部門 8団体
- ◆参加人数◆ 約1,000人
- ◆まとめ◆ 令和6年度の公民館まつりは、10月26日（土）・27日（日）の2日間の日程で開催し、盛況のうちに終了することができました。
発表部門は、2団体の合同演奏を含め、計8団体が発表を行いました。フラダンスやバレエ発表には多くの観覧者が集まり、パドル体操やフォークダンス、ユニカールはそれぞれの発表終盤には来館者も参加し、大正琴とギターの2団体の合同演奏では後半になるとステージの演奏に合わせて観覧者も歌いだすなどバラエティに富んだ発表が行われました。
展示部門では、5団体の出展があり、1階では子どもの生け花、着物の展示、2階では絵手紙、編みもの、俳句のサークルが、日頃の活動で丹念に作成した作品当を来館者がじっくりと鑑賞している様子が伺えました。
今年度は、飲食を提供する団体がなかったため、キッチンカーを両日とも2台出店したところ、参加者、来館者ともに好評でまつりの賑わいに大きく貢献しました。
公民館では今後も参加団体と協力し、よりよい学習の場を提供できるように創意工夫したい。



展示・発表サークル・キッチンカー





26日(土)

発表サークル
タイムスケジュール

10:00~10:30	バドミントンサークル (健康体操)
10:40~11:40	マカリカ (フラダンス)
11:50~12:40	ゆりの木フォークダンス (フォークダンス)
14:00~14:40	ビルエット (クラシックバレエ)

27日(日)



10:00~10:35	ローズクラシックバレエ (クラシックバレエ)
11:10~12:00 (合同発表)	楽しい音 (大正琴) ミザール (クラシックギター)
13:00~14:00	あさかユニカル同好会 (ユニバーサル カーリング)



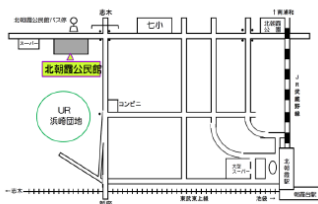
北朝霞公民館図書室から
休業のお知らせ

10月24日(木)~27日(日)

- ・返却受付とリクエスト本の貸出のみ
行います。
- ・図書室内の閲覧・貸出は行いません。

ご不便をおかけしますが、ご了承
ください。

北朝霞公民館案内



※東武東上線朝霞駅東口下車徒歩8分
※JR武蔵野線北朝霞駅西口下車徒歩8分
※市内循環バス(宮戸線) 北朝霞公民館バス停前

■休館日 第1・3・5(日)

第2・4(月)

祝日・年末年始

■開館時間 9:00~21:30

10月25日(金)~27日(日)

上記の期間、駐車場が臨時駐輪場に
なります。
駐車スペースがありませんので
ご来館の際は、公共交通機関を
ご利用ください。

北朝霞公民館

朝霞市朝志ケ丘1-4-1

☎048-473-0558

第43回(令和6年度)

北朝霞公民館まつり

笑顔ふれあう公民館

10月26日(土) 10:00~15:00

(開会式 9:40~)

10月27日(日) 10:00~14:00

(開会式 14:30~)



主催

北朝霞公民館まつり実行委員会



展示部門配置図



キッチンカーの案内(駐車場)

26日(土) 10:00~14:00

★モーリーマーケット(おこわ・つけもの)

★Chopi Rich(バターチキンカレー)

27日(日) 10:00~14:00

★キザ ナッパン(ベーグル・ジュース)

★Chopi Rich(バターチキンカレー)

悪天候の場合、出店時間を変更または中止
する場合があります。



サークル紹介

五十音順

サークル名	活動日時	サークルPR
あさかユニカル同好会 (ユニバーサル カーリング)	第1・2(金) 13:00~16:30	北京五輪で銀メダルの「日本女子カーリング」と同様のルールである『ユニカル』。誰でもオリンピック参加気分を味わおう!
きものぐらーぶ (着付け)	第2・4(火) 13:00~16:30	着物を楽しむ。着かた着付け、この機会にふれあってみませんか!着付け体験開催中。
こてまりの会 (絵手紙)	第2(金) 13:00~15:30	月一度のテーマにそって、季節の花や教材等を使って、分かりやすく丁寧な指導の元、楽しく活動しています。
こどもいけばな花の輪 (生け花)	第2(土) 9:30~12:00	小中学生対象のいけばなサークルです。季節の花を楽しくいけましょう。
水彩画クラブ (水彩画)	第2・4(金) 13:30~16:30	趣味を楽しみ、日々を悦ぶ。笑顔が集い、にぎわう我がクラブ。そんなひとときを一緒に過ごしませんか。
楽しい音 (大正琴)	第2・4(金) 9:00~12:00	指先を使う事で脳の活性化に!楽しめる曲を選び練習に励んでいます。今日は皆さまと一緒に楽しんでいたければと思います。
手編み仲間 (編み物)	第2・4(金) 9:00~12:00	眠っている糸はありませんか?小物からウェアまで自分好みの作品を編んでいます。脳トレにもなりますよ。
バドミントンサークル (健康体操)	第2・4(土) 10:00~11:30	バドミントンを使って全身の筋力・転倒防止・大切な脳の活性化で脳も若返り健康な体作りを目指した体操サークルです。
ビルエット (クラシックバレエ)	毎週(火) 13:00~14:45	初めての方も初歩から丁寧に指導致します。バレエが好きという気持ちを大切に楽しくレッスンしています。体験歓迎!
マカリカ (フラダンス)	毎週(金) 19:00~20:30	フラサークルのマカリカです。今、大人気のフラダンスと一緒に始めてみませんか!楽しい仲間がお待ちしています。
ミザール (クラシックギター)	毎週(金) 13:45~16:00	クラシックギターサークルです。今年も「楽しい音」さんと合同で演奏いたします。是非聴いてください。
やよひ旬会 (俳句)	第3(土) 9:00~12:00	今年のテーマは朝霞の四季の自然とします。俳句は難しいものではありませんので、気軽に立ち寄り下さい。
ゆりの木フォークダンス (フォークダンス)	毎週(水) 9:00~12:00	世界各国の民族舞踊(フォークダンス)を踊っています。仲間作り・健康のため、一緒に踊りに参加しませんか!
ローズクラシックバレエ (クラシックバレエ)	第1・3・5(月) 15:15~21:30 毎週(木)	丁寧な指導のもと楽しくレッスンに励んでいます。会員随時募集中。お気軽に見学・体験にお越しください。

一時閉館のお知らせ

北朝霞公民館は、空調設備老朽化のため一時閉館し改修工事を行います。

閉館期間 令和6年11月1日(金)~令和7年3月31日(月)

※ご不明な点等がありましたら公民館職員までお尋ねください。