



乳幼児と保護者の方へ

申・閏/こども家庭センター ☎423-4369

内容	日時	会場	対象	その他
離乳食ステップアップ教室	10月23日(休) 午前10時～11時45分		令和6年11月～令和7年3月 生まれの第1子の保護者	申/9月4日(休)から電話で (先着20組)
マタニティ教室	11月8日(出) 午後1時30分～3時30分 11月30日(日) 午前10時～正午または 午後1時30分～3時30分	保健センター	令和8年2月～4月出産予定の 初妊婦・パパになる方	内容/歯っぴい講座、家族で育む食生活 講座、もく浴・妊婦体験、DVD上映 申/9月4日(休)から電話で (先着32組)
乳幼児健康診査	詳しい日程は、個別の通知または市ホームページをご確認ください。			



成人の方へ

申・閏/健康づくり課 ☎423-4362

内容	日時	会場	対象	その他
こころの健康相談	9月19日(金) 午後2時～3時		精神面の健康に心配のある方 や、認知症や精神障害のある 方とその家族	申/相談日の3日前までに電話で
大人の歯の健診	10月30日(休) 午後1時25分～4時	保健センター	かかりつけ歯科 医院のない16歳 以上の市民	内容/歯科検診・ブラッシング相談 申/電話・窓口・左のコードで(先着 20人) ※健診は年度内1回のみ

市民伝言板

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



閏/シティ・プロモーション課
☎463-3059

記載のないものは、費用/無料 対象/
どなたでも 申込方法/当日直接会場へ

行事案内

育児と私の未来を考えるリフレッシュ講座(全2回)

日時/9月30日(火)・11月25日(火) 午前10時～11時45分 会場/産業文化センター 多目的ホール
申込方法/右のコードから
主催/NPO法人美えな塾
閏/片山 ☎info@vienna-juku.com



敬老コンサート 大正琴カナリヤ演奏

日時/9月28日(日) 午後2時～3時30分 会場/膝折市民センター その他/秋のうた、古賀メロディ、分かれても好きな人 他演奏予定 主催/琴勝流大正琴カナリヤ 閏/柴田 ☎823-0033

健康の為に音読無料体験講座

日時/10月2日(休)・16日(休) 午前9時45分～正午 会場/東朝霞公民館 申込方法/電話で その他/フレイル予防、健康に声を出して元気になる。文学作品の音読、斉藤孝さんの教材を使用 主催/虹の花 申・閏/古川 ☎474-5504

手作り雑貨市

日時/9月11日(休) 午前11時～午後3時
会場/産業文化センター 主催/カーリーノ
閏/渡海 ☎kari_no2017_4@yahoo.co.jp

法の日 司法書士無料法律相談

日時/10月2日(休) 午後1時～3時
会場/産業文化センター その他/司法書士が相談を受けます。お気軽にご相談を。(相談内容:登録・供託手続、成年後見業務、簡易裁判所訴訟代理関係業務など) 主催/埼玉司法書士会志木支部 閏/林 ☎048-472-1941

会員募集

あざみ(ミニテニス)

日時/毎週水曜日または金曜日 午前9時～正午 会場/西朝霞公民館 費用/月300円 対象/成人 その他/ストレス発散になります。 閏/近藤 ☎463-1335

Maile(マイル) ママ&マタニティフラダンスサークル

日時/①水曜日(月3回) 午前10時～11時 ②週末(月2回) 午前11時～正午 会場/宮戸市民センター 他 費用/①月5,500円 ②月3,700円 対象/子育てママ・妊婦さん(妊娠16週以降) 閏/助産師 Ami ☎888.maile@gmail.com

オルオルフラ(フラダンス)

日時/第1・3水曜日、第2・4木曜日 午後1時30分～3時 会場/宮戸市民センター 費用/1回1,000円 対象/65歳以上 その他/初心者大歓迎 閏/飯島 ☎090-8513-2250

バーボンストリートT.C(硬式テニス)

日時/毎週月曜日 午後0時30分～2時30分 会場/青葉台公園テニスコート 費用/1回300～500円 対象/入門～初級レベル(レクリエーションレベル、シニア歓迎) その他/初級～中級の練習・ゲームも実施(月・水曜日午前10時30分～午後4時30分) 閏/戸島 ☎mitch-bourbon-st@ezweb.ne.jp

朝霞ほのぼの会(ハイキング)

日時/毎月第2日曜日 午前9時～正午 会場/東朝霞公民館 他 費用/年2,400円 対象/40歳以上(おひとりさま) その他/関東近郊の里山歩き、登山、仏閣巡り。老若男女活躍中。歩くのが苦にならない方。参加体験有ります。 閏/佐々木 ☎090-9230-8827

朝霞台ユニオンズ(ミニバスケットボール)

日時/毎週水・土・日曜日 午前9時～正午 会場/朝霞第十小学校体育館 費用/小学1・2年生月1,000円、3年生以上月2,000円 対象/小学生(幼稚園年長程度の年齢は相談) その他/インスタグラムもご確認ください(ID:@asakadai_unions) 閏/山本 ☎080-1992-5240

親子サークル ピーす♡(リトミック、手遊び等)

日時/月1回(不定期) 午前10時15分～11時45分 会場/中央公民館(10月からは東朝霞公民館を予定) 費用/1回500円 対象/未就学児とその保護者 その他/参加希望の方は、一度ご連絡ください。 閏/光永 ☎090-5799-8489