



乳幼児と保護者の方へ

申・問／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	11月27日(休) 午前10時～11時45分	保健センター	令和6年12月～令和7年4月生まれの第1子の保護者	申／10月2日(休)から電話で (先着20組)
マタニティ教室	12月13日(出) 午前10時～正午または 午後1時30分～3時30分		令和8年3月～5月出産予定の初妊婦・パパになる方	内容／もく浴・妊婦体験、DVD上映 申／10月2日(休)から電話で (先着32組)
乳幼児健康診査	詳しい日程は、市ホームページまたは保健センターガイドをご確認ください。			



成人の方へ

申・問／健康づくり課 ☎423-4362

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
こころの健康相談	10月24日(金) 午後1時15分～2時15分	保健センター	精神面の健康に心配のある方や、認知症や精神障害のある方とその家族	申／相談日の3日前までに電話で
大人の歯の健診	10月30日(休) 午後1時25分～4時		16歳以上の市民	内容／歯科健診・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
集団健(検)診 ・30代のヘルスチェック ・乳がん検診 ・子宮頸がん検診	12月7日(日)・8日(月) 午前9時～11時30分 午後1時30分～3時30分 ※30代のヘルスチェックは、12月7日(日)午前のみ ※年度内1回のみ ※今年度最後の募集となります		30代のヘルスチェック／30代の市民(無料) 乳がん検診／30代、50歳以上の女性(500円) 40代の女性(700円) 子宮頸がん検診／20歳以上の女性(400円)	申／10月15日(休)～11月5日(休)に、次のいずれかで(申込多数の場合、抽せん) ①右のコードから市ホームページの申込フォームで ②はがきに、希望する健(検)診名・希望日時(第3希望まで)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・生年月日・電話番号を記入し、健康づくり課へ郵送(〒351-0011 朝霞市本町1-7-3) ③窓口で

市民伝言板

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



問／シティ・プロモーション課 ☎463-3059

記載のないものは、費用／無料 対象／どなたでも 申込方法／当日直接会場へ

行事案内

子育て応援イベント 子どもの「行動」への理解と対応を学ぼう②

日時／10月16日(休)、11月20日(休) 午前10時～11時 会場／産業文化センター 対象／未就学児の保護者
申込方法／電話または右のコードで
主催・申・問／コペルプラス 朝霞台教室 ☎487-9205



けんこう教室

日時／10月19日(日) 午前10時～正午 会場／膝折市民センター
その他／緊急医療と脳卒中を知ろう

主催・問／シャルマンコーポ第2朝霞自治会 高橋 ☎070-5083-0712

「遺言・相続・成年後見」無料相談会

日時／10月19日(日) 午後1時～4時30分 会場／産業文化センター 申込方法／電話で(予約優先・当日直接会場でも可) その他／毎週日曜日に産業文化センターで遺言・相続無料相談会を実施中。
主催・申・問／彩相続相談所・朝霞異業種交流会 藤田 ☎090-2415-5968

会員登録

みやどプティバレエ

日時／毎週日曜日 午前9時～午後0時10分 会場／膝折市民センター 費用／月4,800円 対象／3歳～ その他／レオタードを着て無料で体験できます。幼児さん大募集！音楽に合わせて楽しくレッスンしましょう！入会金はありません。 問／青谷 ☎090-8103-5769

ハローフレンズ(親子リトミック)

日時／第1・3・5月曜日 午前10時～11時 会場／東朝霞公民館 費用／1回500円 対象／1人で歩けるお子さん～未就園児とその保護者 その他／リトミック・手遊び歌・製作等を親子で楽しめます。体験可。

問／前田 ☎v4o_o-hellofriends@yahoo.co.jp

朝霞写真同好会

日時／毎月第2土曜日 午後6時30分～8時 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／年4,000円 対象／写真の好きな人 その他／初心者歓迎 問／小山 ☎090-7201-0166

空手道一武会 朝霞道場

日時／毎週木曜日 午後5時20分～8時30分、毎週土曜日 午前9時10分～午後0時30分 会場／膝折市民センター 費用／入会金5,500円、月4,000円 対象／年少～大人 その他／道着を無料プレゼント中 問／寺田 ☎050-7119-5885

こども英会話サークル

日時／すべて月3回 ①未就園児および英語(1歳10か月～2歳とその保護者)：水曜日 午前10時15分～11時 ②3～6歳：水曜日 午後3時～4時 ③小学校低学年：水曜日 午後4時～5時 ④小学校中学年：水・木曜日 午後5時～6時 ⑤小学校高学年：水曜日 午後6時～7時 会場／溝沼市民センター 費用／入会金1,000円 月4,500円 その他／リトミック、知育、モンテを取り入れたレッスンです。
問／喜多 ☎Naokooka29@gmail.com