



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	6月22日(月) 午後1時15分～2時15分		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/6月17日(火)までに電話または窓口で
大人の歯の健診	7月30日(木) 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/歯科健診・ブラッシング相談 申/6月2日(火)から電話・窓口・左の コードで(先着20人) ※健診は年度内1回のみ
栄養相談	6月23日(火) ①午前9時20分～10時 ②午前10時40分～11時20分		市民	管理栄養士による相談です。 申/6月18日(木)までに電話で
集団健(検)診 ・30代のヘルス チェック ・各種がん検診 (胃・肺・大腸・乳・ 子宮頸・前立腺)	8月8日(出)、19日(木)、22日(出)、 26日(木) すべて午前8時～10時30分	あさか相生 病院	・検診当日に住居登録のある 方 ・検診当日に対象年齢の方 (対象年齢の詳細は右の コードから)	申/6月19日(金)～7月10日(金)に Web、コールセンターで 【コールセンター】 ☎0120-306-111 ※申込期間外は繋がりません。

乳幼児と保護者の方へ 申・閏/こども家庭課 ☎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	7月23日(木) 午前10時～11時45分		令和7年8月～12月生まれ の第1子の保護者	申/6月4日(木)から子育て支援アプリ 「ぼぼるん」で(先着20組)
マタニティ教室	8月23日(日) 午前10時～正午、午後1時30分 ～3時30分	保健センター	令和8年11月～令和9年1 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/6月4日(木)から子育て支援アプリ 「ぼぼるん」で(先着32組)
乳幼児健康診査	市ホームページまたはこども家庭センターガイドをご確認ください			

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・会員登録を掲載しています。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

第14回新座市吟剣詩舞道大会

日時/6月20日(出) 午後1時～4時 会場/ふるさと新座館(新座市野火止6-1-48)ホール その他/詩吟と剣舞・詩舞の発表。主催/新座市吟剣詩舞道連合会 閏/秋山 ☎090-1178-4432

会員登録

APPLE YOGA (アップルヨガ)

日時/毎週火・日曜日 一般:午前10時～11時 子連れ可:午前11時～正午 会場/南朝霞公民館・東朝霞公民館 費用/入会金1,000円、月1,000円、体験料1,000円 対象/20～60代の女性 その他/月4回まで参加できます。気持ちのよい簡単なヨガで、一緒に心と体を癒しましょう。 閏/東山 ☎abc4742@yahoo.ne.jp

脳細胞増の楽脳 (認知症・介護予防の踊り体操)

日時/毎週月曜日 午後1時～4時 会場/南朝霞公民館 費用/年3,000円 対象/高齢者(初心者でも大丈夫です) 閏/淵井 ☎464-6297

絵の会「くちなし」

日時/毎月第2・4水曜日 午後1時～4時30分 会場/南朝霞公民館 費用/月5,000円 対象/成人 その他/講師は横島庄司さん。画風が、色彩重視の人も、かたち重視の人も、雰囲気重視の人も待っています。 閏/黒木 ☎090-5576-4745

朝霞将棋教室

日時/毎週日曜日 午後1時～4時30分 第2・4水曜日 午後6時～8時 会場/ゆめばれす(市民会館) 費用/入会金1,000円、月7,700円 その他/定期的に女流棋士の先生もおこしになります。 閏/中司 ☎080-2880-2080

グリーンクラブ2クラス英会話サークル

日時/毎週木曜日(第5木曜日休み) 午前10時45分～正午 会場/北朝霞公民館 費用/入会金1,000円、月3,500円 対象/英語に興味がある方、ネイティブの先生と楽しく会話をしたい方 その他/無料体験レッスンも行っていますのでお気軽にお問い合わせください。 閏/原 ☎080-5019-0390

with you (英会話)

日時/第1～3木曜日 午前9時30分～11時30分 会場/南朝霞公民館

費用/入会金1000円、月5,000円 閏/曾根田 ☎456-2244

社交ダンススピーチ

日時/毎週火曜日 午後2時45分～4時30分 会場/北朝霞公民館 費用/入会金1,000円、月3,000円 対象/初・中級者 その他/男性講師が男女共一人ひとり丁寧に踊って指導してくれます。ダンスシューズを持って1度見学に来てください。 閏/戸田 ☎090-2150-2345

福の会 茶道・華道教室

日時/第1・2土曜日 午後1時30分～3時30分 会場/溝沼市民センター 費用/茶道:1回500円、華道:1回1,000円 対象/幼児以上 その他/和の文化と一緒に学びませんか?まずは、ご連絡ください。 閏/清川 ☎080-1175-3761

キューティーズ(ミニテニス)

日時/毎週月曜日・不定期で木曜日 午後6時30分～9時、不定期で土曜日 午後1時～4時30分 会場/内間木公民館・朝霞第四中学校体育館 費用/月500円 対象/16歳以上 その他/すぐにでき、ストレス解消になり体によいです。 閏/辻 ☎090-7424-8240

TFA 朝霞かすみ太極拳クラブ

日時/毎週木曜日 午後3時15分～4時45分 会場/武道館3階剣道場 費用/入会金1,000円、月3,000円 持ち物/動きやすい服装、室内履きシューズ、タオル、飲み物 その他/毎週、無料体験を行っています。お気軽にお問い合わせください。 閏/伊藤 ☎464-6142