



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22日(木) 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	精神保健福祉士による相談です。 申／10月19日(月)までに電話または窓口で
大人の歯の健診	11月26日(木) 午後1時25分～4時		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／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	10月20日(火) 午前9時20分～10時、 10時40分～11時20分		市民	管理栄養士による相談です。 申／10月15日(木)までに電話または窓口で



乳幼児と保護者の方へ

申・問／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	11月26日(木) 午前10時～11時45分	保健センター	令和7年12月～令和8年4月生まれの第1子の保護者	申／10月8日(木)から子育て支援アプリ「ぽぽるん」で(先着20組)
マタニティ教室	12月12日(土) 午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分		令和9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8日(木)から子育て支援アプリ「ぽぽるん」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

フリーマーケット

日時／11月3日(火・祝) 午前10時～午後2時 会場／朝霞県土整備事務所前道路 その他／リサイクルに協力します。出店参加者・バザー用品募集中(出店料1,500円) 主催／福祉ネットなかま 問／田辺 ☎080-5379-2740

イロドリマルシェ

日時／10月18日(日) 午前11時～午後3時30分(雨天順延25日(日)) 会場／シンボルロード 主催／朝霞食いち 問／須藤 ☎090-8176-4944

「腸活」腸と脳はつながっている

日時／10月12日(月・祝) 午後1時～3時 会場／弁財市民センター 費用／1人100円 申込方法／電話で その他／何を食べないと頭の良い子になるのかをお話しします。保育はありません。主催／健康サロン てあて 申・問／小川 ☎080-1068-7094

会員募集

カノエラニ三谷フラスタジオ

日時／毎週金曜日 午後1時30分～2時45分 会場／膝折市民センター 費用／入会金3,000円 月4,000円 対象／女性 その他／初心者大歓迎！ハワイの曲でゆったりと身体を動かしましょう。無料体験あり 問／平野 ☎090-8505-7906

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／定期的に女流棋士もお越しになります。 問／中司 ☎080-2880-2080

朝霞写真同好会

日時／毎月第2土曜日 午後6時30分～9時 会場／中央公民館・コミュニティセンター(令和9年3月までは東朝霞公民館) 費用／年4,000円 その他／体験入会可 問／小山 ☎090-7201-0166

08ワークアップPC(パソコン)

日時／毎月第2・4水曜日 午後1時～4時30分(変更になる場合あり) 会場／中央公民館・コミュニティセンター(中央公民館が工事のため、現在は南朝霞公民館) 費用／年2,000円 対象／パソコンをもって来られる方 問／福島 ☎080-4051-9391

行事案内・会員募集のポスターを市掲示板に掲示できます

行事案内・会員募集のポスターを、市内に設置している市掲示板に掲示できます(年度内2回まで、3か月以上の期間を空ける)。掲示物のサイズは、A3サイズ(297mm×420mm)以下で、最大で28日間まで掲示できます。また、掲示部数は掲示板1基に対し1部とし、掲示板設置数の半分を上限とします。(市内の市掲示板設置数：128か所)

掲示前に必ず承認を受けてください

掲示承認印がない掲示物が確認できた場合、直ちに撤去します。



詳しくは、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