

ようこそ！あさかの生涯学習へ

市民人権教育研修会 ～みんながしあわせに暮らせるために～

「人権」は、誰にとっても大切なもの、日常の思いやりの心によって守られなければならないものです。決して難しいものではなく、「人間として幸せに人間らしく生きる権利」です。この機会に「人権」について考え、差別のない明るい社会の実現を目指しましょう。

回	日程	内容	講師
1	6月10日(金) 午後1時30分～3時30分	「犯罪被害者の人権～社会で支える、地域で支える～」	(公社) 埼玉犯罪被害者援助センター 相談援助担当責任者 竹山 律子さん
2	6月17日(金) 午後1時30分～3時30分	「同和問題を考える」	埼玉県人権推進課講師 金子 保夫さん
3	6月24日(金) 午後1時30分～3時30分	「ここまできている～ネットによる人権侵害を考える～」	(株) アビリティ 代表取締役 田原 のり子さん

※2回目は、講演後に人権教育啓発DVD(36分)を視聴します。

会場/中央公民館・コミュニティセンター 参加費/無料 対象/市民 定員/70人

申込方法/当日直接会場へ ※手話通訳つきです。

主催/朝霞市・朝霞市教育委員会・朝霞市人権教育推進協議会 問/生涯学習・スポーツ課 ☎463-2920

あさかの生涯学習へ

市民企画講座

※日時・会場についてはやむをえず変更する場合があります。詳細は各講座お問い合わせ先にご確認ください。

健脳なずな会主催事業 転ばぬ先の杖体操

日時/7月6日(水) 午後1時30分～3時
会場/中央公民館・コミュニティセンター
講師/健脳体操指導士 梅原 智子さん
定員/40人(先着順) 費用/無料
持ち物/飲料水、タオル、室内運動靴
申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ
問/野木 ☎463-2838

認定・埼玉県指定NPO法人メイあさかセンター主催事業 協働による異文化理解講座 マレーシアダンス ゴスペルソング

日時/6月19日(日)
①午後1時30分～3時 ②午後4時～5時30分
会場/中央公民館・コミュニティセンター
講師/マレーシア民族舞踊団「ムカール・ブダヤ」
サニーサイドゴスペルクラブ埼玉
定員/190人(先着順) 費用/未就学児 無料、小学生 300円、中・高校生 500円、一般 1000円
持ち物/打楽器持参可 申込方法/事前に電話で
問/尾池 ☎468-6972

朝霞地区インターナショナルソサエティ(AIS)主催事業

「ちぎり絵」を作ろう

日時/6月17日(金) 午前10時～正午
会場/中央公民館・コミュニティセンター
講師/樫尾 秀子さん 定員/5人(先着順)
費用/300円(教材費)
持ち物/ハサミ、水彩画用の筆、糊、水を入れる容器(小さなタッパでも可)
申込方法/6月1日(水)～10日(金)までに電話で
問/飯島 ☎090-2201-7896

朝霞基地跡地の自然を守る会主催事業

朝霞の森の素晴らしさとこれから

日時/6月19日(日) 午後1時30分～4時
会場/中央公民館・コミュニティセンター
講師/朝霞の森運営委員 宮川 忠之さん
定員/50人(先着順) 費用/無料
申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ
問/大野 ☎090-5209-9467



学校開放講座

学校開放講座は、「開かれた学校」そして「地域と学校を結ぶ場」として、市内の小・中学校で開催されています。毎年多くの方々が楽しく学んでいます。指導するのは、それぞれの学校の現役の先生などです！皆さんの応募をお待ちしています。



2016年度 開校予定校

朝霞第三小学校、朝霞第五小学校、朝霞第一中学校、他2校開校予定
詳しくは広報あさか7月号以降に掲載予定です。お楽しみに！

問/生涯学習・スポーツ課 ☎463-2920

夏休み親子陶芸教室

夏だ！有り余るエネルギーを粘土に向け、親子揃って自由な発想で作陶に挑戦しよう！作品完成後は美術鑑賞やお茶を楽しむ全2回の講座です。

回	日程	内容	講師
1	7月25日(月) 午前10時～正午	「親子で自由に作陶してみよう！」	東京藝術大学大学院陶芸専攻修了 日本工芸会正会員 丸沼陶芸倶楽部講師 榎本 洋二さん
2	8月22日(月) 午前10時～正午	「プロによる陶芸講座」 「自分たちの作品を鑑賞しよう！」 「学芸員解説による芸術鑑賞会」 「本格的な茶室で学ぶ茶道体験」	横浜いずみ陶芸学院研究科修了 丸沼陶芸倶楽部講師 松本 充央さん 同志社大学文学部卒業 丸沼芸術の森 学芸員 大竹 輝明さん

会場／丸沼芸術の森（上内間木493-1）※現地集合です。駐車場有

対象／朝霞市在住の小学生とその保護者

※1・2回目共に必ず参加できる方

定員／18組36人（申込多数の場合は抽選）

参加費／1,000円（保険代等）※当日（7/25）集金します。

申込期間／6月1日(火)～30日(木)（必着）

申込方法／参加申込書に記入のうえ、生涯学習・スポーツ課へ持参、郵送または市ホームページの申込フォームから申し込み

☎・☎／生涯学習・スポーツ課 〒351-8501 朝霞市本町1-1-1

☎463-2920

※参加可否の通知は7月初旬を予定しています。当選後のキャンセルは、原則お受けできません。

市民芸能まつり 入場無料

市内で活動しているサークルや個人が一堂に会し、盛大に発表会を行います。

日時／7月3日(日) 午前10時～午後4時

（開場：午前9時30分）

会場／ゆめぱれす（市民会館）

費用／無料

申込方法／当日直接会場へ

主催／朝霞市・朝霞市教育

委員会・朝霞市文化協会

☎／生涯学習・スポーツ課

☎463-2920



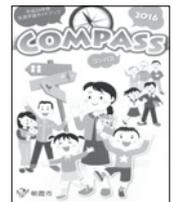
平成28年度版

生涯学習ガイドブック

「コンパス2016」発行！

公民館で活動しているサークルの情報や市主催事業の情報など、皆さんの学習活動に役立つ情報が盛りだくさんです。

市内の各公共施設に備えているほか、市ホームページからダウンロードできます。



表紙は、青色とオレンジ色です！

「コンパス2016」の概要版音声CDを生涯学習・スポーツ課、障害福祉課、各公民館、各図書館に設置しています。

作成協力／朝霞リーディングサークル

公民館の

ひろば

施設名	電話番号	住所	休館日(6/1～30)
中央公民館・コミュニティセンター	465-7272	〒351-0016 青葉台1-7-1	6/6・13・20・27
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	6/5・13・19・27
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	6/5・13・19・27
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	6/6・12・20・26
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	6/5・13・19・27
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	6/6・12・20・26

※番号はお間違いのないようお願いします。

東朝霞
公民館

大人の映画会

山本周五郎原作の『泥棒と殿様』を上映します。
泥棒と若殿として出会った二人の間には、いつしか身分を超えた友情と奇妙な連帯感が生まれるのでした。

日時／6月18日(土) 午後1時30分～2時30分

作品／『泥棒と殿様』(60分)

原作／山本周五郎 出演／火野正平、橋爪淳

対象／どなたでも 費用／無料

申込方法／当日直接会場へ

内間木
公民館

映画を楽しむ会

『男はつらいよ』シリーズ2作目。笑いあり、ちょっとほろりのフーテンの寅さんをお楽しみください。

日時／6月19日(日) 午前10時～11時45分

作品／『続・男はつらいよ』(93分)

出演／渥美清、倍賞千恵子、佐藤オリエ ほか

対象／どなたでも 費用／無料

申込方法／当日直接会場へ

中央
公民館

プラネタリウム夏番組 ポンちゃん&ミッチャンハワイへ行く～宇宙の謎にせまる～

地上で一番、星に近い場所が教えてくれる、宇宙のフシギ。朝霞の街で、星空の世界を楽しもう！

日時／6月19日～9月11日の毎週日曜日

午前11時、午後1時30分、午後3時の3回放映

対象／どなたでも 定員／各回90人

観覧料／子ども（中学生以下）100円

大人（高校生以上）200円

※小銭をご用意ください。

※朝霞市在住・在勤（在学・在園）のいずれにも当てはまらない方は5割増し（子ども150円、大人300円）となります。

受付方法／当日、放映開始時間15分前から3階プラネタリウム入口前で受け付けます。

内間木
公民館

快適せいかつ講座 優雅なハワイアンフラ入門

ハワイアンのメロディーに癒されながら、心も体も美しく元気になりましょう。1曲踊れるよう基本から学びます。

日時／6月29日(水)、7月6日(水) 午前10時30分～正午

対象／どなたでも ※全日程参加できる方

定員／20人

費用／無料（練習曲CDをご希望の方は別途54円）

講師／片桐 由美さん（公民館サークル講師）

持ち物／フェイスタオル1枚、飲み物

申込方法／6月21日(火)午後3時まで電話または内間木公民館窓口で受け付けます。

※動きやすい服装でお越しください。



ようこそ！
あさかの生涯学習へ

南朝霞
公民館

いきいき講座
熱中症に負けない水分補給

正しい水分補給の知識を持つことで、厳しい夏を元気にのりきりしましょう！

日時／6月23日(木) 午前10時～11時30分

対象／成人 定員／30人

費用／無料

講師／大塚製薬株式会社 井口 友里さん

申込方法／6月18日(土)午後5時まで電話または南朝霞公民館窓口で受け付けます。

西朝霞
公民館

成人教養講座
メイクでだれでもスマイルアップ

あなたの表情や雰囲気をより魅力的に変えるヒントになるよう、身だしなみメイクを具体的に学習しましょう。

日時／6月30日(木) 午前10時～正午

対象／成人女性

定員／12人

費用／無料

講師／ビューティープランナー 今村 智子さん

持ち物／タオル2枚、メイク用品一式、ターバンもしくははダッカード

申込方法／6月20日(月)午後5時まで電話または西朝霞公民館窓口で受け付けます。



北朝霞
公民館

子育て講座
簡単おいしい！中高生のお弁当

手軽で簡単、中高生を満腹にするお弁当づくりのアイデア満載クッキング。

日時／6月25日(土) 午前10時～正午

対象／子育て中の保護者 定員／12人

費用／500円(材料費・保険料)

講師／管理栄養士 木村 倫代さん

内容／塩麴のロールポーク、ミックスベジタブルの簡単グラタン、カップ卵焼き、作りおき野菜メニュー

保育／1歳以上の未就学児(定員5人)

持ち物／エプロン、三角巾、ふきん(2枚)

申込方法／6月17日(金)午後1時まで電話または北朝霞公民館窓口で受け付けます。

西朝霞
公民館

育児講座
親子で七夕あそび

親子で七夕飾りを作って竹に飾り、おうちに持ち帰って七夕を楽しみましょう。紙芝居や指あそびもします。

日時／7月5日(火) 午前10時～11時

対象／未就学児(1歳6か月くらいから)と保護者

定員／10組20人 費用／無料

講師／保育士 吉良 恵子さん

保育士 沼澤 聡子さん

申込方法／6月23日(木)午後3時まで電話

または西朝霞公民館窓口で受け付けます。



西朝霞
公民館

伝統文化講座
自分で着よう☆夏のゆかた

ゆかたの着付け・着せ付け2回講座。苦しくない着付けで夏のお祭りに出かけませんか。

日時／7月5日(火)・12日(火) 午前10時～正午

対象／成人女性 ※全日程参加できる方

定員／10人

費用／54円(補正用ゴム代)

講師／西朝霞公民館職員

持ち物／浴衣、半巾帯、帯板、浴衣用下着(またはキャミソールなど)、腰ひも3本、タオル3枚、伊達締め、コーリンベルト(または腰ひもをもう1本)、飲み物

申込方法／6月23日(木)午後3時まで電話または西朝霞公民館窓口で受け付けます。



東朝霞
公民館

生活教養講座
心と体に働きかけるアロマテラピー

アロマは香りで心や体をいやすほか、日常生活の中で役に立ちます。今回はアロマの虫よけスプレーを作ります。

日時／7月6日(水) 午前10時～正午

対象／どなたでも(妊娠初期の方はご遠慮ください)

定員／20人

費用／500円(材料費)

講師／アロマインストラクター 大野 有希さん

保育／1歳以上の未就学児(定員5人)

申込方法／6月20日(月)午後3時まで電話または東朝霞公民館窓口で受け付けます。

内間木
公民館

コミュニケーション講座
ベジブロスの実演と試食会

ベジブ羅斯は、25年前にタカコ ナカムラさんが発案した野菜だしです。普段捨ててしまっている野菜の皮や切れ端を使ってだしを作ります。

日時／7月12日(火) 午前10時～午後1時

対象／どなたでも 定員／20人

費用／300円(材料費)

講師／一般社団法人ホールフード協会 木内 康代さん

内容／炊き込みご飯、スープ、おひたし

申込方法／6月30日(木)午後3時まで電話または内間木公民館窓口で受け付けます。

南朝霞
公民館

生活教養講座
その話！振り込め詐欺かも？

「私は大丈夫！そんなあなたがだまされる。」警察署員から振り込め詐欺被害の実例と対処法を聞きます。

日時／7月13日(水)

午前9時30分～11時

対象／どなたでも

定員／30人

費用／無料

講師／朝霞警察署生活安全課 山口 和哉さん

申込方法／7月9日(土)午後5時まで電話または南朝霞公民館窓口で受け付けます。



※申込多数の場合は、市内在住者優先のうえ抽選します。

※申込結果は、はがきまたは封書でお知らせします。 ※費用は原則当日集金します。

みんなの図書館

☆所蔵雑誌のスポンサーを募集しています！詳しくは、図書館までお問い合わせください。

第30回 図書館まつり

テーマ
「みんなでおいでよ 図書館へ！
きっと何かか 待っている」

☆入場無料です。
ぜひご来館ください。

6月25日(土)
午前10時～午後6時
6月26日(日)
午前10時～午後5時

オープニングセレモニー／
6月25日(土) 午前10時～
展示・集会室

会場／朝霞市立図書館
(本館)



【発表・模擬店】25日(土)

駐車場	10:15～	おはなしくらぶによる楽しい絵本の読み聞かせ (※雨天時の会場：館内・おはなし室)	おはなしくらぶ
	10:15～16:00	子どもの本のリサイクル (除籍した児童書の無料配布) (※荒天時中止・持ち帰りの袋はご持参ください。)	朝霞市立図書館
おはなし室	11:00～11:30	「世界の絵本の読み聞かせ」さまざまな国の絵本を外国語で！	あさか多文化子育ての会 ばんびーに
	11:45～12:15	「おはなしからとび出した！パネルシアターを楽しもう」	メリーママ
視聴覚室	13:30～14:00	大人向け朗読「晩夏の光」(藤沢周平/作)	平岩 晴子さん
	14:45～16:00	映画会「ふるさと再生 日本の昔ばなし」(全9話)	朝霞市立図書館
中庭	10:30～	「なかよしカフェ 2days shop」(売切れ次第終了) カフェ形式でコーヒーや焼き菓子・雑貨を販売します。	朝霞市地域活動支援センター なかよしカフェ

26日(日)

視聴覚室	10:20～11:00	人形劇「虫のダンス」「金のがちょう」	人形劇サークルたんぽぽ
	11:30～12:20	大人のための朗読「山桜」(藤沢周平/作)	行成 章子さん
	13:00～14:00	図書館講演会 講師/大澤 正雄さん (朝霞市立図書館(本館) 初代図書館長) 朝霞市立図書館の歴史・設立時の話を語っていただきます！	朝霞市立図書館
中庭	14:00～16:00	「ニボシ」(カタクチイワシ) は脳や心臓はあるかしら？ 解剖してみませんか？	新座楽しい科学の会
	10:30～	「なかよしカフェ 2days shop」(売切れ次第終了) カフェ形式でコーヒーや焼き菓子・雑貨を販売します。	朝霞市地域活動支援センター なかよしカフェ

【展示】 展示・集会室 25日(土)、26日(日)午前9時30分～午後5時

「きて・みて・あそんで！」 手づくり布絵本の展示。布遊具で遊ぼう！	布絵本 ひよこの会
「憲法9条及び会の説明」 今こそ9条をおおいに議論しましょう。	あさか・九条の会
「朝霞のミニ歴史展」 朝霞の歴史を写真パネルで展示します。	図書館友の会
「絵図とさし絵で巡る朝霞むかしばなし」(14話)	松本 東子さん
「似顔絵」 絵を描くのが好きな主婦です。似顔絵を描きます。ぜひお越しください！	栗野 美典さん
「ホテル(幼虫・成虫)、タニシ、カワコナ等の展示」 朝霞を「ホテルの里」に！ わくわく田島緑地を中心に活動。ホテルを卵から幼虫へ育成して緑地へ放流しています。	朝霞にホテルを呼ぶ会
「朝霞市地域活動支援センターなかよしカフェ」 卒業後の障がい者の働く場、社会参加の場、 「朝霞市子育て支援センターおもちゃ図書館なかよしあく」 「子育て」 「子育て」 を応援、 「朝霞市障害児放課後児童クラブなかよし」 仲間と豊かな生活を送れる場、 「共同生活援助(=グループホーム)設立事業」 障がい者の住まいの確保を目指します。	NPO法人なかよしねっと

♪としまかんの催し物♪

行事等	月日	内容	時間	場所
うさみみタイム (幼児・児童向け)	6/2 (木)	日本の昔ばなし 大江山の鬼退治/小僧とネコの絵/貧乏神 25分	午後3時30分～	視聴覚室 (読み聞かせのあと、えいがかいです。)
	6/9 (木)	パーパパ世界をまわる ボルネオ・スマトラ・ニューギニア編 35分		
	6/16 (木)	ゆうたくんちのいぱりいぬ 19分		
	6/23 (木)	ぞうのババール ババール、パリへむかう 25分		
	6/30 (木)	新きかんしゃトーマス トーマスとふるいきゃくしゃ 25分		
松の木読書会*	6/17 (金)	人質の朗読会 小川 洋子/著	午前10時～ 正午	和室
おはなしくらぶ (乳幼児向け)*	6/27 (月)	絵本の読み聞かせ	午前11時30分～ 正午	視聴覚室

*印は自主サークルによる活動および催しです。

親子でご参加ください

入場無料

「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

日時／6月21日(火) 午後3時30分～
内容／手遊びとよみきかせ
会場／産業文化センター2階 研修室兼集会室2
間／図書館北朝霞分館



シネマライブラリー 入場無料

日時／7月3日(日) 午後2時～(114分)
会場／図書館(本館) 視聴覚室
作品／明治天皇と日露大戦争(1957年作品)
監督／渡辺邦男
出演／嵐寛寿郎、天知茂、丹波哲郎ほか

北朝霞分館・夏休み企画！「えんじょいきっず」

図書館の仕事は、どんなかな、本を貸したり、返してもらったり、機械を使って図書館の仕事を体験してみよう。
日時／8月3日(火) 午前10時～11時45分
午前9時45分受付開始
会場／図書館北朝霞分館 費用／無料
定員／市内在住の小学3～6年生24人
(応募多数の場合は抽選)
申込方法／分館窓口で配布の申込書またははがきに住所、氏名(ふりがな)、学年、電話番号、「えんじょいきっず参加希望」と記入のうえ、図書館北朝霞分館へ【6月30日(木)必着】。
間／図書館北朝霞分館



6・7月の図書館のお休み

- 本館の休館日 (第2火曜日、第4金曜日)
6月／14日(火)・24日(金) 7月／12日(火)・22日(金)
- 分館の休館日 (第2水曜日、第4木曜日)
6月／8日(水)・23日(木) 7月／13日(水)・28日(木)
- 本館・分館の開館時間 午前9時30分～午後7時
(土・日曜日、祝日は午後6時まで)

「第14回らいぶらりコンサート」の掲載内容に関するおわび

広報あさか5月号に掲載しました「第14回らいぶらりコンサート」(5月15日開催)の期日および会場の記載が漏れていたことにつきまして、紙面にておわびいたします。

博物館へ行こう！

朝霞市博物館 〒351-0007 岡2-7-22 ☎469-2285
 文化財課文化財保護係 同上(博物館内) ☎463-2927
 埋蔵文化財センター 〒351-0033 大字浜崎231-2 ☎486-2244
 共通☎468-0079

6月17日(金)～24日(金)博物館館内くん蒸による臨時休館のお知らせ

博物館では、年1回館内くん蒸を行っています。これは、収蔵庫を中心に館内を消毒し、大切な資料に虫などがつかないようにするためのものです。

期間中、博物館は臨時休館となりご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。

※文化財保護係の業務(埋蔵文化財包蔵地確認など)は、埋蔵文化財センターで行います。
 (くん蒸期間内、埋蔵文化財センターは6月20日(月)のみお休みです)

重要文化財 旧高橋家住宅からのお知らせ

じゃがいも掘りをしよう！

ボランティアの方々が旧高橋家住宅の畑で育てたじゃがいもを掘って試食しましょう(雨天時は試食のみとなります)。



日時/7月9日(土) 午前10時～11時30分

会場/旧高橋家住宅

対象: 定員/どなたでも: 30組 (1組3人まで)

※応募多数の場合は抽選

申込方法/往復はがきに参加希望者全員分の住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、「じゃがいも掘り希望」と記入し、6月21日(火)【必着】で文化財課宛てにお申し込みください。

七夕～おり姫とひこ星に願いをかけよう！～

旧高橋家住宅に大きな七夕の笹飾りが出現！飾り付けをしたり、願い事を書いた短冊を吊るしており姫とひこ星に願いをかけよう！



期間/6月16日(休)

～7月13日(休)

会場/旧高橋家住宅

対象: 定員/どなたでも自由に参加できます。

※6月25日(土)午前10時から、希望の方に七夕飾りのためのミニ竹を差し上げます(限定20本)。

所在地 〒351-0005 根岸台2-15-10 (根岸台市民センター隣) ☎462-7067

開園時間 午前9時～午後4時30分

休園日 第4金曜日を除き博物館に準じます。

問/文化財課 ☎463-2927

歴史講座 板碑研究最前線！

市内にもたくさん存在し、日本の中世を代表する石造遺物である「板碑」について、近年大きな発見がありました。この発見は郷土朝霞にも深くかわりのあるもので、朝霞の歴史を解明するためには不可欠な知識となります。そこで、今回は板碑に関する2つの新知見をもとに、板碑や中世のくらしなどを学習します。

プログラム

日程	内容	講師
6/4 (土)	古墳の石棺を転用した板碑について	北本市教育委員会教育部 副部長兼文化財保護課長 磯野 治司さん
6/11 (土)	下里・青山板碑製作遺跡について	小川町教育委員会生涯学習課 主幹 高橋 好信さん

時間/午後2時～3時30分

会場/博物館 講座室

対象: 定員/一般: 40人

申込方法/要事前予約。電話または博物館窓口で受け付け。連続受講の方を優先とし、空きがあれば単回受講も可能です(単回受講は各回1週間前から受け付けます)。

予告 夏のテーマ展示

「つくろう 自然のコレクション2」 7月16日(土)～8月31日(水)

※詳しくは広報あさか7月号でご案内します。

6/25(土)～7/15(金)は、展示替えのため 通年常設展示のみとなります。

- 考古分野「遺跡が語る朝霞」
- 歴史分野「朝霞 陸の道と水の道」
- 民俗分野「水となりわい」

博物館・埋蔵文化財センター おやすみカレンダー

開館時間 午前9時～午後5時

休館日 月曜日、第4金曜日(祝日に当たるときは開館)、祝日の翌日(土・日曜日に当たるときは開館)、12月27日～1月4日

※第4金曜日は、文化財保護係の窓口は受け付けていません。

※埋蔵文化財センターの開所時間・休所日は博物館に準じます(臨時の開館・休館は除く)。

6月 17～24日は館内くん蒸のため博物館は臨時休館。期間内埋蔵文化財センターは20日(月)のみお休みです。

7月

22日(金)は臨時開館

日	月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

日	月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

小学生スポーツ教室

～初めてにチャレンジ！～

主催／朝霞市教育委員会

普段できないスポーツを夏休み期間中に体験してみよう！

下記①②とも会／総合体育館 対／小学4年～6年生
 参／1人500円(保険料等)当日納入 申／①参加希望の教室名②氏名(ふりがな)③〒住所④電話番号⑤性別⑥学校・学年を明記のうえ、はがき・電話・メールまたは生涯学習・スポーツ課窓口へ。市ホームページの申込フォームからも申し込めます。他／持ち物など詳細は後日お知らせします。

問／生涯学習・スポーツ課 ☎463-2403

①ミニテニス教室 室内の人気スポーツ『ミニテニス』に参加してみませんか。日／7月26日(火)・27日(水)・28日(木) 午前9時～正午 定／48人(申込多数の場合は抽選) 締／7月6日(水)

②なぎなた教室 保護者の参加、見学大歓迎！お子さんと一緒に日本古来の武術『なぎなた』を体験してみませんか。日／8月23日(火)・24日(水)・25日(木) 午前9時～正午 定30人(申込多数の場合は抽選) ※小学生の申込多数の場合、保護者は参加できないことがあります。 締／8月10日(水)

第61回市民総合体育大会 水泳大会

主管／朝霞市体育協会水泳部

日／8月28日(日)午前9時30分開会(小雨決行)

会／朝霞第二中学校プール 対／市内在住・在勤・在学の方。(四市スイミングスクールに通う方) ※医師から運動を禁止されている方は申し込めません。

種／個人 下表参照

区分	種目
A 小学1・2・3年生	○自由形 100m・50m・25m
B 小学4・5・6年生	○背泳ぎ 50m・25m
C 中学生	○平泳ぎ 50m・25m
D 高校生一般～19歳	○バタフライ 50m・25m
E 20～29歳	○個人メドレー 100m
F 30～39歳	○基石拾い(中学生以下、当日申込可、エントリーした方に限る)
G 40～49歳	参／1人2種目まで600円
H 50～59歳	基石拾いは無料
I 60～69歳	※年齢は大会当日の満年齢
J 70歳以上	

種／リレー 下表参照

年齢区分※年齢は4人の合計	種目(リレー競技)
小学生	○メドレーリレー 200m・100m
中学生	○フリーリレー 200m・100m
高校生・一般119歳以下	○混合フリーリレー 100m (メドレー・フリーは4人1組、混合は男女2人ずつ)
120～159歳	○ファミリーリレー 50m
160～199歳	(2人1組・当日申込可、エントリーした方に限る)
200歳以上	※ファミリーリレーは無料

参／1チーム 800円

締／7月7日(木)午後5時【必着】申／生涯学習・スポーツ課、総合体育館、わくわくドームにある申込書(水泳部ブログから要項・個票ダウンロード可)に記入し、郵送または各窓口へ。 問／渡辺 ☎090-2172-0309

奥多摩に涼を求めて 約5km

難易度★☆☆ 標高差60m 主催／朝霞市歩こう会

日・集／7月24日(日) 午前7時40分・北朝霞駅前広場(雨天決行) 行程／北朝霞駅→西国分寺駅(乗換)→青梅線白丸駅(下車)→数馬峡橋→白丸ダム→鳩ノ巣小橋→鳩ノ巣駅 対／小学生以上(小学生は保護者同伴) 参／300円(保険料等) 締／7月15日(金) 持／弁当・水筒・雨具等 申／はがきにコース名・参加者全員の住所・氏名・電話番号を明記のうえ、生涯学習・スポーツ課へ。参加決定の通知はいたしません。当日直接集合場所へ。 問／鈴木 ☎473-2537

第16回 琉球古武術演武大会

主催／朝霞市体育協会琉球古武術部

沖縄の総合武術大会です。小学生から壮年までの拳士が参加します。お気軽にご見学ください。

日／6月26日(日) 午後1時～ 申／当日直接会場へ

会／朝霞第三中学校柔道場 参／無料

問／鳥海 ☎090-3514-1022

《お知らせ》溝沼子どもプールが開場します



7月9日(土)～9月4日(日)

午前9時30分～午後5時

(入場は午後4時15分まで)



利用の案内等は、市ホームページまたは広報あさか7月号をご覧ください。ご来場をお待ちしています。

問／生涯学習・スポーツ課 ☎463-2403

《会員募集》女子ソフトボール

朝霞市ソフトボール協会では、女子チームのメンバーを募集しています。現在4チームが活動しており、初心者から経験者まで大歓迎です。チームの特色・活動日時も含め、あなたに合うチームをご紹介します。

問／事務局 田中 ☎090-4928-5060 FAX212-3355

中央公園陸上競技場個人無料開放

中央公園陸上競技場を下記の曜日について、個人利用に限り無料開放していますのでご利用ください。

曜日	時間
毎週火曜日	午後5時～9時
第2・第4土曜日	午前9時～午後9時

※時間帯により種目が設定されています。市ホームページ等でご確認ください。

体育施設臨時休館日(6月1日～7月31日)

総合体育館 6月27日(月)

武道館 6月13日(月)、7月4日(月)

滝の根テニスコート 6月6日(月)・20日(月)

7月4日(月)～8日(金)・19日(火)

～総合体育館からのご案内～

《パーソナルトレーニングサービス》専門のトレーナーがマンツーマンでトレーニングをサポート
 日/6/11・25、7/9・23 いずれも土曜日 午後3時～8時40分(1時間ごと) 定/各時間1人(先着順)
 参/4,000円(別途使用料) 対/中学生以上のトレーニング講習会修了者で利用カードをお持ちの方、参加
 までに講習会を受講予定の方。 申/総合体育館に電話または直接窓口へ

※医師から運動を禁止されている方は、申し込めません。

《ショートタイムエクササイズ》4月1日から内容が一部変更になりました。

会/総合体育館2階ロビーフリースペース 定/各20人 ※開始時間の1時間前から先着順に受け付けます。

●券売機でトレーニング・ランニングコースの利用券をお買い求めのうえ、1階窓口にお申し出ください。

⇒ トレーニング・ランニング利用者は、利用料金に含まれていますので、別途料金はかかりません。

	月	火	水	木	土	日
時間	11:00～	19:30～	11:00～	11:00～	14:00～	11:00～
種目	らくらく健康体操	ストレッチボディケア	シェイプアップ体操	いきいきリフレッシュ体操	ストレッチ&ストレングス	初心者エアロビクス

メインアリーナで大会等を開催する場合、中止となる場合がありますのでご了承ください。

生涯学習・スポーツ課 〒351-8501 本町1-1-1 ☎syogaku_sports@city.asaka.saitama.jp
 ☎463-2403 FAX467-4716
 総合体育館 〒351-0016 青葉台1-8-1 ☎465-9811 FAX464-2429

各種相談一覧

相談名	日程	時間	会場	予約・問い合わせ先	電話番号(048)
人権相談	毎月第1月曜日 (祝日の場合は翌週)	午後1時～4時	市	人権庶務課	☎463-1738
女性総合相談	毎週木曜日	午前10時～午後3時	市	それいゆぶらざ(女性センター)	☎463-2697
DV相談	毎週火～日曜日 ※専門の相談員による相談日時 毎週火・土曜日	午前9時～午後5時	市	それいゆぶらざ(女性センター)	☎463-0356
法律相談	毎週水・金曜日	午前10時～正午、 午後1時～3時	市	地域づくり支援課	☎463-2648
行政相談	毎月第2・4月曜日	午後1時～4時	市	地域づくり支援課	☎463-2648
消費生活相談	毎週月～金曜日	午前10時～正午、 午後1時～4時	市	地域づくり支援課	☎463-1111(代表) 内線2256
税務相談	毎月第3月曜日	午後1時～4時30分	市	課税課	☎463-2851
税務相談(税理士会)	毎週水曜日	午後1時30分～4時30分	税	関東信越税理士会朝霞支部事務局	☎465-0025
休日納税相談	毎月第1・3日曜日 (5～7月は第4も実施)	午前8時30分～正午	市	収納課	☎463-2023
年金相談	毎週木曜日	午後1時～6時	市	保険年金課	☎463-1264
家庭児童相談	毎週月～金曜日	午前9時30分～午後4時	市	こども未来課	☎463-2231
起業家育成相談 (1週間前までに予約) (休所日を除く)	毎週月～金曜日	午前10時～午後7時	産	産業振興課	☎463-1903
金融よろず相談 (中小企業者、起業者向け)	毎月第1木曜日 (祝日の場合は翌週)	午後1時30分～4時30分	産	産業振興課	☎463-1903
内職相談	毎週火・金曜日	午前9時～正午、 午後1時～4時	市	産業振興課	☎463-1903
労働・社会保険相談	毎月第3土曜日	午後1時～4時	産	産業振興課	☎463-1903
就職支援相談	毎月第2・4水曜日	午前10時～正午、 午後1時～4時	産 (第2水産) (第4水市)	産業振興課	☎463-1903
分譲マンション 管理相談	毎月第1水曜日 (1月・5月は第2水曜日)	午後1時30分～4時20分 (1組50分)	市	まちづくり推進課 (予約は前月第3月曜日から先着順)	☎463-2518
不動産無料相談	毎月第2木曜日 (祝日の場合は第3木曜日)	午前10時～正午	市	宅建協会県南支部	☎468-1717
住宅建築相談	毎月第2水曜日 (1月は第3水曜日)	午後2時～4時	市	建築士事務所協会県南支部	☎461-4507
精神保健福祉相談	毎週火曜日	午後1時～5時15分	市	障害福祉課	☎463-1598
生活保護相談	毎週月～金曜日	午前8時30分～午後5時15分	市	福祉課	☎463-1576・1562
地域包括支援センター 高齢者に関する総合相談	毎週月～金曜日	午前8時30分～午後5時	地	長寿はつらつ課	☎463-1921
外国人生活相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後4時	浦	外国人総合相談センター埼玉	☎833-3296
栄養相談	毎週月～金曜日	午前8時30分～午後5時15分	保	健康づくり課	☎465-8611
こころの健康相談	6月20日(月)	午後1時15分～2時45分	保	健康づくり課(6月15日(水)まで)	☎465-8611

*市…予約が必要です。 *すべて祝日を除きます。 *日程・会場は変更になる場合があります。

会場一覧 市市役所 産産業文化センター 保保健センター 市それいゆぶらざ(中央公民館内女性センター) 地各地域包括支援センター 浦埼玉県浦和合同庁舎 税関東信越税理士会朝霞支部事務局(幸町1-3-6石川ビル2階) 宅宅建協会県南支部

あさかの生涯学習へ

各種相談一覧