



募集

あさかスクールサポーター

教育指導の充実を図るため、市内の小・中学校に勤務を希望される方を募集します。

勤務内容 / 学級担任・教科担当の教科指導の補助を行う。
募集人数 / 15人

勤務日時 / 週5日(月~金曜日) 1日4時間

※4月7日(水)~9月30日(木)で児童生徒の授業のある日に限る。更新1回可。

勤務時間 / 午前8時30分~午後0時30分(多少変更有り)

資格等 /
①小学校および中学校の教員免許状を有することが望ましい(取得していない方も応募可)

②年齢は20歳以上
時給 / 1300円の予定(交通費込)

応募期間 / 1月12日(火)~22日(金)(土・日曜日は除く)

提出書類 /
・志願調書(教育指導課にあ

る所定用紙)

・選考結果通知用封筒(80円切手貼付、ご自身の住所・氏名を記入)

・面接時刻通知用はがき(ご自身の住所・氏名を記入)
※志願調書は、市ホームページからダウンロードできます。

応募方法 / 1月22日(金)(必着)までに教育委員会教育指導課(〒351-8501 朝霞市本町1-1-1)へ書留で郵送または直接提出

面接日 / 1月30日(土)・31日(日)のいずれか(日時・会場等は、面接時刻通知用はがきでお知らせします)

その他 / 小学校低学年補助教員との併願が可能です。

問い合わせ / 教育指導課 内線2433 ☎048-463-2884(直通)

小学校低学年補助教員

小学校低学年における基礎学力の定着、規律ある態度の育成を図るため、学級担任を補助する補助教員を募集します。

勤務内容 / 小学校1年生の学

級担任と協力し、教科指導および生徒指導等を行う。

募集人数 / 26人(予定)
勤務日時 / 週5日(月~金曜日) 1日4時間

※4月7日(水)~9月30日(木)で児童の授業のある日に限る。更新1回可

勤務時間 / 午前8時30分~午後0時30分(多少変更有り)

資格等 /
①小学校および中学校のいずれかの教員免許状を有することが望ましい(取得していない方も応募可)

②年齢は20歳以上
時給 / 1300円の予定(交通費込み)

応募期間 / 1月12日(火)~22日(金)(土・日曜日は除く)

提出書類 /
・志願調書(教育指導課にある所定用紙)

・選考結果通知用封筒(80円切手貼付、ご自身の住所・氏名を記入)

・面接時刻通知用はがき(ご自身の住所・氏名を記入)

※志願調書は、市ホームページからダウンロードできます。

応募方法 / 1月22日(金)(必着)までに教育委員会教育指導課(〒351-8501 朝霞市本町1-1-1)へ書留で郵送または直接提出

面接日 / 1月30日(土)・31日(日)のいずれか(日時・会場は、面接時刻通知用はがきでお知らせします)

その他 / あさか・スクールサポーターとの併願が可能です。

問い合わせ / 教育指導課 内線2432 ☎048-463-2884(直通)



臨時給食調理員

募集人数 / 12人
年齢 / 20歳以上
雇用期間 / 4月1日(木)~9月30日(木)(学校給食実施日および研修日等に勤務)

勤務時間・場所 /
①午前8時30分~午後0時30

分・溝沼学校給食センター、第四小学校

②午後1時30分~4時30分・溝沼学校給食センター

③午後1時30分~4時・浜崎学校給食センター
④正午~午後3時30分・第四、第五小学校

勤務内容 / 午前は給食調理作業、午後は食器洗浄作業
賃金 / 時給1000円

応募方法 / 1月22日(金)までに学校給食課に履歴書(市販のもの)を持参。

※面接により採用を決定。
応募先・問い合わせ / 学校給食課(溝沼学校給食センター) ☎048-451-0370

保育園臨時職員

職種 / 臨時保育士
募集人数 / 若干名
応募資格 / 保育士資格
勤務場所 / 市内公立保育園
賃金 / 時給1050円
※そのほか時間外保育士・調理補助員・用務員も随時登録を受付。必要な資格、勤務時間等、詳しくはお問い合わせ

ください。
問い合わせ／子育て支援課
内線2646 ☎048-463-2837 (直通)



児童館長期臨時職員

業務内容／0歳～18歳未満の児童とのふれあい、事業の企画など

採用／朝霞市社会福祉協議会
募集人数／各1人

勤務場所

- ①みぞぬま児童館(日曜日休館)
 - ②ひざおり児童館(火曜日休館)
- 応募資格／保育士・教諭・児童厚生員等を有する者

時給／920円

待遇／社会保険完備、交通費支給、年次休暇有(当協議会規程による)

勤務時間／午前9時～午後5時30分

休日／休館日およびそれ以外の週1日の休日、祝日(5月5日を除く)、年末年始

応募方法／電話で連絡のうえ、各児童館に履歴書を持参。

問い合わせ／みぞぬま児童館
☎048-450-085
8 ひざおり児童館 ☎048-458-6969

税務署アルバイト

勤務期間／①2月中旬～3月末
②3月上旬～4月末

勤務時間／午前9時～午後5時(業務内容による)

勤務場所／朝霞税務署

勤務内容・時給／確定申告会場での業務(窓口案内、パソコン入力補助等)、その他の業務(書類整理等)：860円

募集人員／①80人程度 ②若干名

申込方法／朝霞税務署総務課(〒351-8601 朝霞市本町1-1-46)に履歴書(写真貼付)を郵送または持参してください。履歴書は返却しません。

申込締切／1月22日(金)(必着)

選考方法／書類選考後、面接により採用者を決定します。

※面接予定者には、1月29日(金)までに連絡します。

問い合わせ／朝霞税務署 ☎048-467-2211

(音声案内が流れますので、選択番号2をお選びください)

体験農園利用者



市では、市民の皆さんに農業への理解を深める目的で、農家が開設している体験農園を支援しています。農園主の指導を受けながら作付けから収穫までの農作業を体験できるので、初心者の方でも楽しみながら野菜作りを学べます。年間でおよそ25種類の野菜の栽培と収穫を体験できます。あなたもプロの指導で野菜作りを体験しませんか。

※体験農園は区画の貸出しではありません。栽培する作物の選定や時期などは園主の指導の下に行います。

場所／朝霞第六小学校正門前

募集区画／15区画(1区画約30平方メートル)

※募集数を超えた場合は抽せん。

対象／市内在住の方優先、徒歩・自転車を通える方

利用期間／3月上旬～平成23年1月末(更新可)

利用料／3万6000円(指導料など) ※種、苗、肥料、農具は、園主が用意します。

申込方法／往復はがきに必要な事項(記入例参照)を明記のうえ、1月29日(金)(消印有効)までにお申し込みください。

往信(裏)

①住所
②氏名
③年齢
④電話・ファックス番号
⑤農業体験の有無

往信(表)

351-0023 朝霞市溝沼6-1-1
さかうえ農園
渡辺 俊夫宛

返信(表)

ご自分の住所
氏名を明記
50 返信
(裏は記入しないでください)

問い合わせ／さかうえ農園 ☎048-462-0009

准看護学校専任教員(非常勤)

資格／看護師(臨床経験5年以上) または看護教員養成講習会修了者
募集人数／1人

インターネット公売

市税の滞納処分による差押財産を、インターネットで公売します。

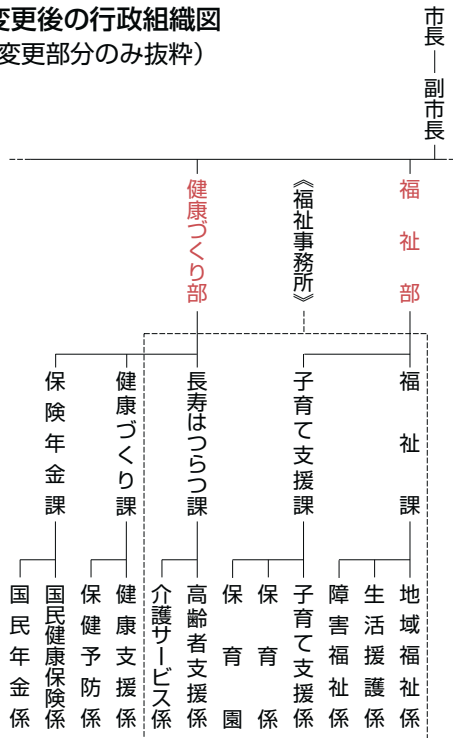
申込期間／1月8日(金)～19日(火)
入札期間／〈せり売り方式〉…1月25日(月)～27日(水)
会場／ヤフー・オークション官公庁オークションシステム上
公売財産／動産
問い合わせ／納税課 内線2223～6 ☎048-463-2023 (直通)



ご案内

勤務時間／午前9時30分～午後5時(週休2日制)
面接／随時(電話連絡のうえ来校)
※給与など詳細は面接時に
問い合わせ／朝霞准看護学校 ☎048-461-505

変更後の行政組織図
(変更部分のみ抜粋)



市役所の組織機構の一部が変更になります

国や埼玉県の動向等を踏まえつつ、行政課題への効率的な対応などを目的として、1月1日(金)から、市の組織のうち健康福祉部を、福祉部と健康づくり部に変更します。

健康福祉部 ↓ **福祉部**
健康づくり部

なお、今回の変更に伴う、受付窓口などの変更はありません。

問い合わせ/政策企画室内
線2311 ☎048-463-3089

1月の納付

- 市県民税 (第4期)
 - 国民健康保険税 (第7期)
 - 介護保険料 (第7期)
 - 後期高齢者医療保険料(第7期)
- *納期限は2月1日です。**
- 納税・納付は納期限までに済ませましょう。
 - 便利で確実な口座振替をご利用ください。

私立保育園の保育料を補助します

市では私立保育園に通園している園児の保護者に、保育料および入園費の一部を補助します。

就園費補助の対象/平成21年12月31日現在で朝霞市に住み、

・ 市民登録があり私立保育園に通園している園児の保護者

手続方法

・ 市外の保育園に通園している場合: 子育て支援課で配布している交付申請書に記入のうえ、2月10日(水)までに同課へ提出してください。

・ 市内の保育園に通園している場合: 各保育園でまとめて申請するため手続きの必要はありません。

※3歳児(平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれ)、4歳児(平成16年4月2日~平成17年4月1日生まれ)、5歳児(平成15年4月2日~平成16年4月1日生まれ)

問い合わせ/子育て支援課
内線2644・2646
☎048-463-2833 (直通)



老齢年金受給者の皆さんへ
源泉徴収票が送付されます

老齢の年金を受けている方に、日本年金機構本部から『公的年金等の源泉徴収票』が送付されます。

源泉徴収票に記載されている平成21年中の支払金額は、各種保険料を天引きする前の金額となり、実際の振込額とは異なりますのでご注意ください。(記載されている保険料は社会保険料として源泉徴収税額の計算対象から控除されています。この源泉徴収票は、所得税の確定申告の際に添付書類として必要となりますので大切に保管しましょう。

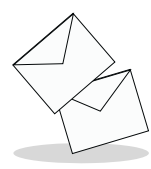
なお、2つ以上の公的年金等の支払者に扶養親族等申告書を提出されている方、給与等の所得がある方は、確定申告を行う必要があります。また、源泉徴収で受けられなかった控除(生命保険料や医療費など)がある方は、還付を受けるために確定申告を行うことができます。

送られてきた源泉徴収票を紛失された場合には、住所地を管轄する年金事務所まで再交付できますのでご相談ください。

市への寄付
ありがとうございました。

紙上より厚くお礼申し上げます。

▼志木聖母教会様から2万円



い。
※遺族年金・障害年金を受けている方には源泉徴収票は送付されません。

問い合わせ/ねんきんダイヤル
☎0570-055-165

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日 / 1月3日(日)~8日(金)、10日(日)~13日(水)、16日(土)~20日(水)

会場 / 戸田競艇場

※朝霞市は埼玉県都市競艇組合に加盟しており、組合からの配分金をさまざまな事業に活用しています。

問い合わせ / 埼玉県都市競艇組合 ☎048-823-8711
<http://www.toda-kyotei.jp/>

住居表示板の 取り付けを行います

住居表示が行われている地域内の建物（家屋・工場・倉庫など）には、住居表示板が取り付けられています。しかし、新築家屋の増加や住居表示板・街区表示板の破損・脱落などで表示のない建物が増えており、このままの状態では住居表示の本来の意味が損なわれてしまいます。

そこで、今年度は次の区域を対象に調査を行った結果、住居表示板の破損・脱落等が認められた建物に住居表示板の取り付けを行います。

市が委託した専門業者（市が貸与した腕章と住居表示調査員証を携帯）が伺い、住居表示板の取り付けを行いますので、ご協力をお願いいたします。



対象区域／本町1～3丁目、仲町1～2丁目、幸町1～3丁目

取付期間／1～3月

問い合わせ／総合窓口課 内

線2614 ☎048-4

63-2609 (直通)

建設工事等入札参加資格 審査申請の追加受付

平成21・22年度建設工事、設計・調査・測量業務、土木施設維持管理業務の入札参加資格審査に係る申請の追加受付を実施します（事前予約制）。

なお、受け付けは、埼玉県電子入札共同システム参加自治体との共同窓口（埼玉県共同受付窓口）で実施します。

申請の単位／会社単位ではなく、事業所（本・支店、営業所等）を単位とします。

申請対象者／新規申請・自治体追加・希望業種追加を希望される事業所

事前予約／1月14日(木)まで

申請受付期間／1月18日(月)～29日(金)

参加資格の有効期間／平成22年4月1日～平成23年3月31日までの1年間

※詳しくは、埼玉県入札審査課ホームページをご覧ください。
問い合わせ／埼玉県入札審査課 ☎048-830-5771 (直通)



犬や猫のふんでみんなが迷惑しています。飼い主が責任をもって処分しましょう



冬のエコライフ ～未来を守るエコライフ 適温暖房20度～

暖房などによりエネルギー使用量が増える冬、県では今年も温暖化対策キャンペーンを3月21日(日)まで実施しています。

地球温暖化を食い止めるには、皆さんの取り組みが、重要な力を握っています。

温暖化対策は一人ひとりが主役です。身の回りのできることから、冬のライフスタイルに取り組みしましょう。

冬のライフスタイル

カーディガンやベストなどを重ね着するなど、暖かく過ごす工夫をして、暖房温度を適温（20度以下）に設定しましょう。

冬のエコライフDAY

「この日は、一日環境にやさしいことをしよう」と決めて、「エコライフDAY」に挑戦してみませんか。省エネ・省

田島ヶ原サクラソウ自生地の草焼き 国指定特別天然記念物

埼玉県の花サクラソウの春の芽吹きを促進させるため、「田島ヶ原サクラソウ自生地」で、枯れたオギ・ヨシ類を焼く「草焼き」を実施します。場合により炎が見えますが火事ではありません（消防署届出済）。また、風向きにより煙が流れてくることや降灰が予想されますが、貴重な文化財の保護のため、ご理解とご協力をお願いします。

日時／1月12日(火)～29日(金)のうち2日間程度（実施日未定）

午前9時～午後4時

場所／田島ヶ原サクラソウ自生地（さいたま市桜区）

およびサクラソウ実験圃場（同南区堤外）

問い合わせ／さいたま市文化財保護課

☎048-829-1723



問い合わせ／埼玉県環境部 温暖化対策課

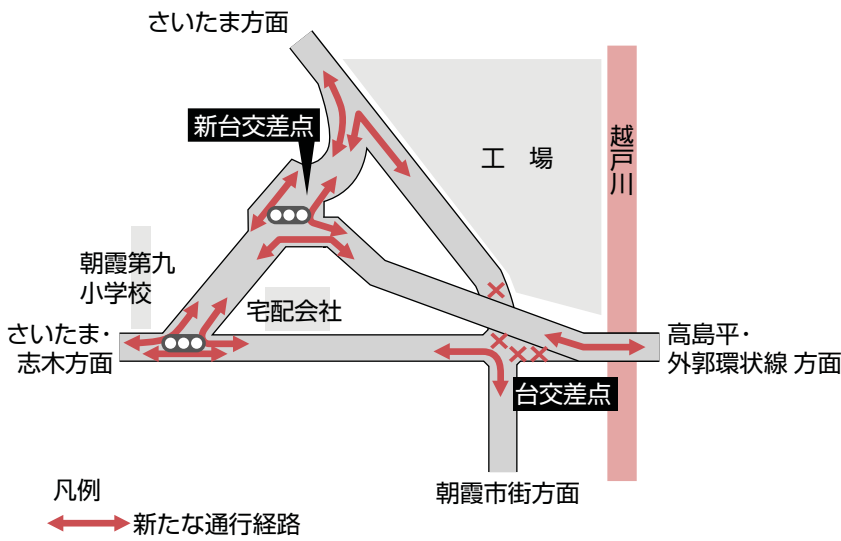
30-3038

☎048-8



埼玉県のマスコット「コバトン」

「台交差点」付近の通行経路変更



一般国道254号バイパス工事のため、「台交差点」付近の通行経路が変わります。

工事に際し、市民の皆さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

工事場所／一般国道254号バイパス(大字台)

経路変更予定時期／1月下旬以降

問い合わせ／埼玉県朝霞県土整備事務所 国道254号

バイパス整備担当
☎048-471-4661

情報BOX

案内

情報BOX

催し・講座

催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

エコネットあさか講座

会場・申し込み・問い合わせ／エコネットあさか(リサイクルプラザ)

☎048-486-0222

日時	タイトル・内容	定員	持ってくる物など
1月15日(金) 午前10時～ 午後3時	「傘布リフォーム」 壊れた傘、使わなくなった傘の傘布を使ってエコバッグを作ります	4人	・傘布(骨は外し、汚れは洗濯しよく落としてくる) ・チョコ ・ハサミ ・まち針20本 ・昼食の用意(お弁当)
1月18日(月) 午前10時～ 午後3時	「布ぞうり作り」 残り布を使って足にやさしい布ぞうりを作ります	8人	・裂いた布30～40本(1本の目安は幅4～6cm×長さ1～1.5m) ・昼食の用意(お弁当)
1月20日(水) 午前11時～ 午後2時30分	公開講座「牛乳パックで紙すき」 牛乳パックからハガキ、色紙、飾り紙を作ります	当日 会場へ	・牛乳パック1枚 (開いて洗い乾かしたもの)
1月23日(土) 午後1時30分～ 3時	公開講座「おもちゃの病院」 おもちゃの診断・修理を引き受けます	当日 会場へ	・壊れたおもちゃ(1人3点まで) ※必要部品代は実費をいただきます。
2月7日(日) 午前10時～ 午後3時	公開講座「小さな布のリフォーム」 小さな布を使ってかわいいマスクトや袋物を作ります	当日 会場へ	・なし(ご用意します)

対象／市内在住の18歳以上の方(公開講座を除く)

※「布ぞうり作り」は受講経験のない方が優先。

申込方法／1月10日(日)午前9時から電話または直接エコネットあさかへ(先着順)。

※「布ぞうり作り」は1月13日(水)まで申込受付。申込多数の場合は抽せんとし、当選者のみ電話にてご連絡します。

※公開講座の来場者が多い場合は、受付をお断りすることがあります。



環境大学

申し込み・問い合わせ／エコネットあさか（リサイクルプラザ）

☎048-486-0222

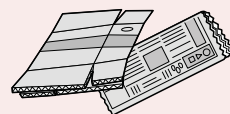
ごみ問題や環境問題に関する学習の場として環境大学を開講します。ぜひご参加ください。

日時／下表のとおり 会場／エコネットあさか（リサイクルプラザ）

対象／市内在住の18歳以上の方 定員／50人（先着順）

保育／あり（定員6人 1歳以上就学前まで）。希望者は1月30日(土)まで受け付けします。

申込方法／1月10日(日)午前9時から、電話または直接エコネットあさかへ



	日 時	テ ー マ	講 師
1	2月3日(水) 午前10時～正午	水環境保全について	開 講 式 埼玉県環境アドバイザー 角田 ふで子さん
2	2月10日(水) 午前10時～正午	ネパールのごみの現状	財団法人 埼玉国際交流協会 日本人講師 野瀬 祥男さん
3	2月17日(水) 午前10時～正午	生態系について	跡見学園女子大学マネジメント学部 生活環境マネジメント学科 教授 吉村 英子さん
4	2月24日(水) 午前10時～正午	朝霞市のごみ収集の現状	西武清運協同組合理事長 伊藤 修司さん
			閉 講 式

地域ささえあいネット講座 認知症について専門医から 話を聞いてみましょう

申し込み・問い合わせ／地域包括支援センター
つつじの郷 ☎048-472-1574

最近よく耳にする認知症って誰にでもなる可能性がある病気です。専門医からの話を聞き、しっかり知識を身に付けておきましょう。

日時／2月3日(水) 午後2時～3時30分

会場／弁財市民センター

講師／東武中央病院
医師 菅野 隆さん

対象／市民

定員／30人（応募多数の場合は、抽せん）

申込方法／1月15日(金)から電話で受け付け



あさか健康プラン21講演会 こころの健康～こころを軽くするヒント～

問い合わせ／健康づくり課 ☎048-465-8611

日々の生活の中で、知らず知らずのうちにストレスをため込んでいることはないですか？

時には、自分のこころの状態を振り返ることも大切です。こころを軽くするヒントを学び、日々の生活に活用して、よりいきいきと元気に過ごしましょう！

日時／1月30日(土) 午後1時30分～3時30分

会場／産業文化センター

講師／埼玉県立精神保健福祉センター
精神保健福祉士 小野 敦郎さん

申込方法／当日直接会場へ

主催／朝霞市

あさか健康プラン21推進委員会





催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

防災・防犯講演会

問い合わせ/朝霞市コミュニティ協議会事務局
☎048-469-6223
危機管理課(保育予約) 内線2372
☎048-463-1788(直通)

第1部は、新潟県中越地震の被災体験を聞きながら、地震への備えや、地域の関わりの大切さについて考えます。第2部では、身近な防犯の知恵を寸劇等で楽しく指導していただきます。

皆さんお誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。

日時/1月22日(金) 午後1時30分～4時
(受付 午後1時～)

会場/中央公民館・コミュニティセンター

内容/第1部・防災講演会

講師:NPO 法人防災サポートおぢや
藤田 徳栄さん

第2部・防犯講演会

講師:埼玉県警察本部 生活安全企画課
防犯指導班「ひまわり」による寸劇

申込方法/当日直接会場へ

その他/保育(要予約)、手話通訳あります。

主催/朝霞市・朝霞市コミュニティ協議会

いっしょにあそぼう保育園で

問い合わせ/子育て支援課 内線2644
☎048-463-2837(直通)

お近くの保育園で、保育士といっしょに、いろいろな遊びをしましょう。お友だちも待っています。

日時/1月26日(火) 午前9時30分～11時(雨天決行)

会場/各市立保育園(北朝霞保育園分園は実施しません)

※浜崎保育園、栄町保育園では、家庭児童相談員による児童の性格やことばの遅れなどの相談を実施します。

※事前予約等は必要ありませんので、直接お近くの市立保育園へお出かけください。

ファミリー・サポート・センター 入会説明会と養成講習会

～地域で子育てサポート会員大募集～

申し込み・問い合わせ/ファミリー・サポート・センター
☎048-485-2503

2月の予定

日時/2月4日(木) 入会説明会 午前9時～

養成講習会 午前9時40分～

会場/中央公民館 定員/30人(要予約)

保育/先着9人(1歳以上就学前までのお子さん)

申込方法/1月12日(火)から電話で



危険物取扱者試験

問い合わせ/朝霞消防署消防課
☎048-463-1190

試験日/2月28日(日)

試験会場/東京国際大学(川越市)

試験の種類/全種類

願書受付期間/

1月22日(金)～2月3日(水)(消印有効)

申込方法/〒330-0062 さいたま市浦和区仲町2-13-8 ほまれ会館内(財)消防試験研究センター埼玉

県支部試験係へ郵送または持参

※受験案内、願書は朝霞・志木・和光・新座消防署消防課にあります。

※試験日程に合わせ、準備講習会が計画されています。詳しくは、消防署までお問い合わせください。

国際化を考えるワークショップ

—外国人と日本人が暮らしやすい地域づくり—

申し込み・問い合わせ/地域づくり支援課 内線2252

☎048-463-2645(直通) FAX 048-463-2294

✉tiiki_sien@city.asaka.saitama.jp

外国人と日本人が共に暮らしやすい地域社会をつくるには、どのようなことが必要なのでしょう。国籍の異なる人といっしょに話してみませんか?

日時/2月10日(水) 午後1時30分～4時

会場/コミュニティセンター 定員/24人(申込順)

対象/日本語が話せる方(国籍は問いません)

内容/ワークショップ(クイズ、グループでの意見交換など)

申込方法/1月12日(火)～2月3日(水)(必着) 直接またはファックス・メールで、住所・氏名・電話番号を記入して、地域づくり支援課へ。

情報BOX



催し・講座



葬儀個別基本相談

問い合わせ／斎場 ☎048-460-0055

もしもの時に慌てないために将来の備えをしたいとお考えの方へ、基本的な葬儀の流れを個別で説明します

日時／1月29日(金) 午前9時～11時(来場順で1人30分間まで)

会場／斎場 対象／市内在住の方

申込方法／当日直接会場へ

若年者就職相談

問い合わせ／産業振興課 内線2244
☎048-463-1903 (直通)

就職に関すること、何でもご相談ください。キャリア・コンサルタントによる親身な相談は、あなたの職業への悩みをきっと解決します。

ご相談者に合わせて／

- ①個別相談・適性診断
- ②「YJメイトセミナー」資料を活用して分かりやすく解説
- ③履歴書・職務経歴書・エントリーシートの書き方指導(添削指導も実施)

日時／1月13日・27日、2月10日・24日、3月10日・24日 毎回水曜日 午前10時～午後4時(1人1時間程度)

会場／産業文化センター

相談員／キャリア・コンサルタント
横田 倍美さん・坂上 秀雄さん

※要予約。各日程の前日まで電話にて受け付け。

※原則として34歳以下の求職者が対象(学生も可)。

※雇用保険受給者の方には、「職業相談実施証明書」を発行します。

陸上自衛隊東部方面隊創立50周年記念音楽会 ～伝統の継承と未来への飛躍～

問い合わせ／陸上自衛隊東部方面總監部広報室 内線2612
☎048-460-1711

日時／2月28日(日)開演午後4時(開場午後3時15分)

会場／渋谷C.C.Lemonホール(渋谷公会堂)

出演／東部方面音楽隊・第1音楽隊・第12音楽隊・第1師団ラッパ隊・第1師団太鼓隊・在日米陸軍軍楽隊

申込方法／往復はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、入場希望人数、券の種類(一般・青少年券(29歳以下))を記入し、〒178-8501 東京都練馬区大泉学園町東部方面總監部広報室50周年記念音楽会係あてに1月28日(木)【必着】で郵送してください(団体での応募も可)。

わくわくどーむからのご案内

問い合わせ／わくわくどーむ(健康増進センター)
☎048-472-6000

《わくわくどーむ新年特別企画！のご案内》

あけましておめでとうございます。わくわくどーむは1月2日(土)から営業します。

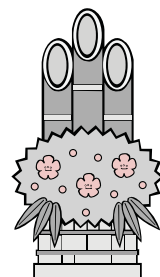
お正月休みの運動不足をわくわくどーむで解消しましょう。お正月企画第1弾を1月2日(土)・3日(日)に開催します。

「新春体組成測定会 ～15秒でピタリとわかる！今年のあなたの運動メニュー～」

「体型分析」として、“隠れ肥満型”とか“運動不足型”など体型が8つに分類されます。体型ごとの「あなたにおすすめの運動メニュー」をご案内いたします。

「運だめし」 新年早々の「運だめし(無料)」を“おみくじ”で、今年の幸運をつかみましょう。

そのほか、「施設利用の方へのサービス」として、プールでのお子さん向けの企画やリフレッシュルームでの催しなど、楽しい企画を取りそろえて皆様のお越しをお待ちしています。お正月から楽しみがいっぱいのわくわくどーむに、ぜひお越しください。



《新年好評！ リラクゼーションコーナーのご案内》

全身の筋肉の緊張を和らげ、日々の疲労解消、病気予防にもなるとされていますボディケア。第2の心臓と言われていて足裏を刺激し、血流の循環を良くすることにより免疫力および代謝機能を高め、デトックス効果もあるとされています足底療法そくていりょうほうをご提供しています。お試しの20分コース、集中的に行える40分コース、おすすめの60分コースをご用意して、皆様のご利用をお待ちしています。ぜひ一度、わくわくどーむ2階のリラクゼーションコーナーにお立ち寄りください。

主催／Fun Space 株式会社(指定管理者)



催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

わくわくどーむからのご案内

問い合わせ/わくわくどーむ(健康増進センター)
☎048-472-6000

《新年! スポーツ教室 第Ⅵ期(2月~3月)開講のご案内》

対象/市内在住・在勤・在学の方(医師から運動を禁止されている方は申し込みできません)。

往復はがき応募受付クラス

応募方法/往復はがきに、希望する教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・在勤の方は勤務先を記入のうえ、1月14日(木)【必着】までに、〒351-0033 朝霞市大字浜崎27番地「わくわくどーむスポーツ教室」係へ。※申込多数の場合は抽せん。※複数教室への申込も可能ですが、はがき1枚につき1人1教室まで。結果の返信は、1月20日(水)までにお知らせ。

受講料金等/各教室により異なりますので一覧表を参照(スポーツ傷害保険含む)。

2次募集/1月15日(金)の時点で、定員に満たない教室がある場合は、2次募集を16日(土)から実施し、わくわくどーむ館内掲示板でお知らせ。2次募集の申込受付はわくわくどーむ窓口のみ(電話不可)。また、申込手続きは教室を受講する本人が必ず行ってください(お子さんが対象の教室はその保護者)。なお、2次募集につきましては市外(志木市、新座市、和光市など)在住の方も可。

お子さんが対象のスポーツ教室(No.1は小学校1~3年生、No.2は3歳、No.3は4~6歳の未就学のお子さんが対象)

	教室名	時間	日程	定員	料金		教室名	時間	日程	定員	料金
1	キッズスポーツクラブ	16:30~17:30	2/2~3/23 毎週火曜日(全7回)	20人	5,425円	3	キンダースポーツクラブ	16:30~17:30	2/5~3/26(2/26除く) 毎週金曜日(全7回)	15人	6,300円
2	キンダースポーツクラブジュニア	15:15~16:15	2/5~3/26(2/26除く) 毎週金曜日(全7回)	15人	6,300円						

館内応募受付クラス

応募方法/定員に空きがある場合は1月16日(土)より先着順で窓口で受け付け(空き状況の電話照会可)。

注意事項/継続対象クラスは前期(12~1月開催)クラスに参加された方の申し込みが優先。往復ハガキでの応募受付は行いません。

受講料金等/各教室により異なりますので一覧表を参照(スポーツ傷害保険含む)。

継続対象クラス(18歳以上の方が対象のスポーツ教室)

	教室名	時間	日程	定員	料金		教室名	時間	日程	定員	料金
4	簡単パワーヨガ	11:00~12:00	2/2~3/30(2/23除く) 毎週火曜日(全8回)	35人	5,200円	15	ベリーダンス	19:00~20:00	2/4~3/25(2/25除く) 毎週木曜日(全7回)	35人	4,550円
5	ダンスエクササイズ	19:00~20:00	2/2~3/30(2/23除く) 毎週火曜日(全8回)	35人	5,200円	16	ヨガピラティス	20:15~21:15	2/4~3/25(2/25除く) 毎週木曜日(全7回)	35人	4,550円
6	スタイルヨガ	20:15~21:15	2/2~3/30(2/23除く) 毎週火曜日(全8回)	35人	5,200円	17	フラダイエット	10:00~11:00	2/5~3/26(2/26除く) 毎週金曜日(全7回)	35人	4,550円
7	キックボクササイズ	20:15~21:15	2/2~3/30(2/23除く) 毎週火曜日(全8回)	25人	5,200円	18	ハツラツ!リフレッシュ体操A	11:15~12:45	2/5~3/26(2/26除く) 毎週金曜日(全7回)	35人	5,425円
8	ラテンエアロスリムアップ	10:00~11:00	2/3~3/17(2/24除く) 毎週水曜日(全6回)	35人	3,900円	19	ハツラツ!リフレッシュ体操B	13:00~14:30	2/5~3/26(2/26除く) 毎週金曜日(全7回)	35人	5,425円
9	体質改善!ストレッチ&トレーニング	10:00~11:00	2/3~3/17(2/24除く) 毎週水曜日(全6回)	20人	3,900円	20	ダンスエアロ	19:30~20:30	2/5~3/5(2/26除く) 毎週金曜日(全4回)	25人	2,600円
10	ポールバランス&ピラティス	11:20~12:20	2/3~3/31(2/24除く) 毎週水曜日(全8回)	35人	5,200円	21	中国式いきいき健康体操(練功十八法)	9:45~10:45	2/6~3/6(2/27除く) 毎週土曜日(全4回)	35人	2,600円
11	脂肪燃焼エアロ&リラックスヨガ	13:30~14:30	2/3~3/31(2/24除く) 毎週水曜日(全8回)	35人	5,200円	22	ダイナミックピラティス	11:00~12:00	2/6~3/27(2/27除く) 毎週土曜日(全7回)	35人	4,550円
12	イシュタスタイルアロマヨガ	20:15~21:15	2/10~3/31(2/24除く) 毎週水曜日(全7回)	35人	4,550円	23	骨盤コントロール	14:00~15:00	2/6~3/27(2/27除く) 毎週土曜日(全7回)	35人	4,550円
13	太極拳	11:00~12:30	2/4~3/25(2/25除く) 毎週木曜日(全7回)	30人	5,425円	24	アシュタンガヨガ	12:30~13:30	2/7~3/28(2/28除く) 毎週日曜日(全7回)	35人	4,550円
14	はじめてのハワイアン・フラ	13:30~14:30	2/4~3/25(2/25除く) 毎週木曜日(全7回)	30人	4,550円	25	アクアピクス	10:00~11:00	2/4~3/25(2/25除く) 毎週木曜日(全7回)	35人	5,425円

※教室終了後、そのまま施設をご利用いただけます。

※募集概要はホームページにも掲載しています! <http://www.wakuwakudome.jp> 主催/Fun Space 株式会社(指定管理者)

情報BOX



催し・講座