

募集

一般職非常勤職員(給食調理員)

対象・人数/20歳以上・若干名

雇用期間/2月1日(金)～3月31日(日)

(小・中学校給食実施日および研修日等に勤務)

勤務時間/午後1時30分～4時または4時30分

勤務内容/食器洗浄作業

勤務場所/溝沼学校給食センター他

報酬/時給1070円(交通費支給)

応募方法/1月11日(金)までに履歴書(JIS規格のもの)を持参

選考方法/面接

囲・圃/学校給食課(溝沼学校給食センター) ☎45

110370

特別養護老人ホーム 朝光苑正規職員

職種/①介護職員 ②看護師

採用人数/①3人(未経験・無資格可) ②2人(看護師資格者)

師資格者)

条件/59歳まで

給料等/法人給与規程による

選考方法/面接

※随時受け付けています。詳細はホームページ

(http://www.a.tukusnikai.org)またはお問い合わせください。

圃/朝光苑 ☎46513255

シルバー人材センター会員

資格/原則として60歳以上の健康で働く意欲のある方

内容/公共施設の管理・受付業務、清掃作業、屋内外軽作業、植木の手入れ、除草作業、家事援助サービス等

入会説明会 日時/1月15日(火)、2月14日(木)、3月14日(木)いずれも午前9時～

定員/24人(予約制) ※事前申し込みが必要です。詳細はお問い合わせください。仕事も随時募集しています。危険な仕事以外は何でもご相談ください。

会場・圃/(公社)朝霞地区シルバー人材センター ☎46510339

朝霞市小学校理科支援員

資格/理科に関する知識や技能を有し、学校教育に理解がある方

任用期間/5月1日(水)～平成32年3月7日(土)

勤務概要/年間20回、1回3時間、時給1030円

応募期間/1月9日(水)～30日(水)

詳細は、問い合わせ先または市ホームページ「職員採用」等でご確認ください。

※報酬は平成30年度実績です。圃/教育指導課 ☎46312884

体験農園利用者

農園主の指導を受けながら年間およそ30種類の作付けから収穫まで体験でき、初心者の方でも楽しみながら野菜作りを学べます。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し出しではありません。栽培する作物の選定や時期などは農園主の指導の下に行います。

募集農園/さかうえ農園(朝霞第六小学校正門前)

募集区画/若干(1区画約30平方尺)

※募集数を越えた場合は抽せん

対象/徒歩または自転車を通

える方(市内在住の方優先)

利用期間/3月上旬～平成32

年1月末(更新可)

利用料/4万円(指導料等)

※種、苗、肥料、農具は農園主が用意します。

申込方法/1月31日(水)(消印有効)までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、FAX番号、農業体験の有無を記入し、〒351-0023朝霞市溝沼6-1-11 さかうえ農園渡辺聡宛てへ郵送。

※返信面には何も記入しないでください。

圃・圃/さかうえ農園(渡辺) ☎46210094

高齢者住宅入居者

所在地/根岸台1-5-26 「つつじ荘」2階

応募方法/1月4日(金)から長寿はつらつ課で配布する申請書と必要書類を1月31日(木)までに窓口へ(郵送不可) ※入居資格等はお問い合わせください。

圃・圃/長寿はつらつ課 ☎46311921

樹木の剪定、伐採、草刈り

お見積もりは無料です！
例：樹高3m剪定3,000円 芝刈り㎡200円
*オープンガーデン(日本庭園、枯山水)約400㎡見学会開催中です。

グリーンスペース株式会社

〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9
TEL 048-424-3928 FAX 048-424-3982
URL : http://www.greenspaceltd.info
*詳しくはホームページをご覧ください。

相続登記

お済みですか？



土地・建物名義変更、会社設立、役員変更の登記代理手続き
遺言書、成年後見申立てなど各種手続き・ご相談

栗山司法行政事務所

朝霞市本町2-1-1野口ビル201

048-465-2261 4台完備

朝霞市役所
目の前!

信頼と実績の48年
司法士栗山昇

朝霞市教育委員会表彰

今年度開催された大会で次の成績を収めた小・中学生を募集し、表彰します。

対象／都道府県大会入賞、関東大会・全国大会(東日本大会を含む)または国際大会出場

※学校を通して出場した大会に限りません。

書類提出期限／2月6日(水)

※詳しくはお問い合わせください。なお、市内小・中学校に通う児童・生徒は学校から推薦されます。

☎教育総務課 ☎46312760



ご案内

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日／1月19日(土)～22日(火)
25日(金)～28日(月)
31日(休)～2月4日(月)

会場／戸田ボートレース場
※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。

☎埼玉県都市競艇組合 ☎823-8711
<http://www.boatrace-toda.jp/>

情報BOX

募集

情報BOX

ご案内

あさか市民活動ニュースレター

vol.64

☎市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417 ✉simin_katudo@city.asaka.lg.jp

楽しい時間を会員の皆さんと一緒に作っています！～すまいるサロン～

今回は、朝霞市内の高齢者の方を対象に、仲間づくりや生きがいづくりの活動をしている、「すまいるサロン」の代表・亀田さんと会員の方にインタビューした内容をご紹介します。

Q.活動内容について教えてください。

A.毎週金曜日午前10時から午後3時頃まで栄町高齢者地域交流室で活動しています。主な活動内容として、折り紙での傘作りや布を使っての小物作り等を行っております。作品の題材は、季節やその年の干支をモチーフにしたり、本を参考に会員の方たちと一緒に作りたい物を選んだりしています。完成した作品は毎年11月に開催する、朝霞でいきいきネットワーク(介護予防)主催の「朝霞いきいきふれあいひろば」での展示会や、3月に開催するすまいるサロン主催の作品展でお披露目しています。また、月に1度うめぼし体操で体を動かすことや、脳トレで頭の体操をしています。その他、不定期ですが、AEDの使用法や認知症予防の勉強会等も行っています。

Q.会員の皆さんが活動に参加したきっかけを教えてください。

A.会員募集を兼ねて行った「傘づくり講習会」のチラシを見て入会した方、栄町高齢者地域交流室があるマンションにお住まいで活動している様子を見て入会した方、3月に行う作品展を見て自分も作ってみたいと思い入会した方、会員の紹介で入会した方など、参加したきっかけはさまざまです。

Q.会の活動を通して感じていることを教えてください。

A.私自身、会を運営することが初めての経験で、活動のイメージが持てないままゼロからのスタートで、最初は不安もありました。しかし、会員の皆さんがとても協力的で、仲良く活動できるようにサポートしてくださるので、ト

ラブルもなく活動ができており、会員の皆さんにはとても感謝しています。また、会員の方から「サロンに来るのが楽しみです。」とおっしゃっていただけるのが、一番のやりがいにもなっており、頑張ってきて良かったと思います。これからも変わらず皆さんと仲良く活動していきたいと思っています。

～すまいるサロンからのお知らせ～

①朝霞でいきいきネットワーク(介護予防)主催の「もの作り体験」に参加予定です。

日時／3月3日(日) 午前10時～午後3時

会場／産業文化センター

②すまいるサロン主催の「第5回作品展」を開催します。3月15日(金)に「栄町高齢者地域交流室」で開催する予定です。ぜひ、皆さん足をお運びください。お待ちしております。

☎すまいるサロン代表：亀田 ☎090-1768-5149

※このコーナーは、主に朝霞市内でNPOなどの市民活動を行っている団体にインタビューした内容を掲載しています。活動内容等の詳細につきましては、団体にお問い合わせください。

☆メールマガジン配信のお知らせ☆

市民活動に関する情報や市民活動団体によるイベントのお知らせ等について、毎月メールマガジンを配信しています。

配信を希望する方は、件名「メールマガジン配信希望」として、配信希望アドレスを記載のうえ、市民活動支援ステーション・シニア活動センターまでメールにてお申し込みください。



小物作りの様子

市民葬指定葬儀社

葬儀は 信用と信頼の (株)アトラス

安心価格の「朝霞市民葬」を使用した「家族葬」をご提案しております。

事前相談・見積り無料。お気軽にお電話下さい。

コールセンター 24時間対応 **0120-40-1059**

本社：朝霞市浜崎3-17-30 家族葬ホール・霊安室完備
URL <http://www.atlas-sougi.co.jp> 葬儀 アトラス で検索

塗り替えをする前に聞きたい知りたい予備知識を教えます 屋根・外壁の塗り替えセミナー(参加費無料)

1/6(日) 19(土)

①10～12時 ②13～15時

朝霞市産業文化センター 研修室兼集会室(3)
(朝霞市大字浜崎669-1)

講座参加の方には...

「業者に見積を取る前の外壁塗装の教科書」を差し上げます

参加申し込みはお電話をお願いします

主催 一般社団法人 市民講座運営委員会

0120-167-555

協賛 プロタイムズ 朝霞店 (株)ライフプラス 朝霞市満沼1272-7

都市計画変更の原案の縦覧および説明会のお知らせ

根岸台三丁目地内の大規模工場跡地における土地利用が具体的になったことから、地区計画の変更の原案を作成しました。この原案の縦覧および説明会を実施します。

縦覧

縦覧期間／1月中旬に縦覧開始
 予定（15日間。土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分）

縦覧場所／まちづくり推進課
 または市ホームページ

意見を提出できる方／地区計画区域内の土地所有者または利害関係人

意見書の提出／縦覧場所にある意見書に必要事項を記入のうえ、まちづくり推進課へ持参または郵送

※匿名・電話での意見は受け付けできません。詳しくはお問い合わせください。

説明会

日時／1月17日（木）午後6時～
会場／根岸台市民センター
 ※事前申込不要、どなたでも参加できます。

問い合わせ／まちづくり推進課 ☎463-12518

生け垣設置補助制度の拡充

新たに「緑化したフェンスの設置」および「多年生のつる性植物で既存フェンスの緑化」を補助対象に加えしました。詳細は市ホームページをご覧ください。

対象事業

新しい生け垣や緑化フェンスを設置する植栽工事、新たに設置するため高さ50センチ以上のブロッケンを取り壊す工事、既存フェンスへの多年生のつる性植物の植栽費用

対象者／本市に住民登録があり、市税を完納している方

補助金額／設置費用および撤去費用に対し1坪あたり1万円まで（それぞれ10万円限度）。既存フェンスへの多年生のつる性植物の植栽費用は、1坪あたり2千円まで（2万円限度）

問い合わせ／みどり公園課 ☎463-10374

産業文化センターの臨時休館

施設内設備修繕のため、産業文化センターを臨時休館し

朝霞市は男女平等社会の実現を目指しています

「イクメン」みんなで応援する社会へ

「イクメン」という言葉は、ここ数年で浸透し、赤ちゃんを抱っこして、パパだけの買い物姿も珍しくないこのごろです。「イクメン」とは、単純に「子育て中の男性」というよりは、子育てを楽しみ、自らも成長をする男性を指します。そして、孫の世話や遊び相手をするだけでなく、人生経験やキャリアを活かした「イクジイ」や、イクメンが育児等をきっかけに地域に関わる「イクメン」も増えています。このように、近年、育児の関わりや地域とのつながりに積極的な男性が増え、その意識は変わりつつあるようです。

男性の育児休業取得率は、長期的には上昇傾向ですが、現状では5.14%（厚生労働省「平成29年度雇用均等基本調査」）と、少ない状況です。

子育てに積極的に関わりたいと考える男性の中には、育児休業等の制度を活用しにくい雰囲気があると感じている人もいます。育児休業を活用されたパパのお話によると、応援してくれる仲間を増やした上で、「解雇」覚悟で上司に相談し、何とか取得されたとのことでした。

予測不能な行動をとる子どもと向き合うことは許容力・段取り力等の向上につながり、イクメンが増えることは企業にとって良い影響力を与えていると言われています。仕事と育児を両立しやすい環境整備に努める理解ある上司のことを『イクボス』と呼びますが、イクメンには、必要不可欠な存在です。

男女が共に活躍できる社会のためには、「イクメン」の頑張りだけでなく、職場や地域でそれを支える「イクメンサポーター」を増やしていくことも大切ではないでしょうか。私もその一人として、これからも応援していきたいと思えます。

※このコラムは、市と協働している男女平等推進事業企画・運営協力員が、日々の生活の中で感じている「男女平等」について執筆しています。

（次回は2月号に掲載します。）
 問い合わせ／それいゆぷらざ（女性センター） ☎463-2697

これってDV?

配偶者等から身体的・精神的暴力等を受けていると感じたら、一度ご相談ください。

問い合わせ／それいゆぷらざ（女性センター） ☎463-0356

ます。施設内の図書館北朝霞分館およびトモンダチcafeCOZYもお休みとなります。ご利用の皆さんには大変ご迷惑をおかけしますがご了承ください。

休館日／1月10日（木）
問い合わせ／産業振興課 ☎463-1903

くつらい不妊治療でお悩みの方

【定休日】 朝霞駅・志木駅より 徒歩8分
 木・日曜・祝祭日

まずはお電話を！> お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル ☎048-473-7830

妊娠を望まれている方の体づくりと心のケアは、漢方相談薬局へ

朝霞市 漢方 昭和薬局
 http://www.saitamakano.com/ 埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106

予約制
 薬み合う場合もございますので電話予約をして頂きますとスムーズにご相談いただけます。

生理痛・生理不順・更年期障害等でお悩みの方もぜひご相談下さい。

「普段通りの暮らし」+「確かな安心」=

シニア向け生活支援付き 賃貸マンション BLDK

入居募集中!

塩味病院グループが健康をサポート! リハビリ・レクリエーション 介護・医療

・バリアフリー・緊急コールシステム・シニア向け浴室・人感センサー付照明等

サービス付き高齢者向け住宅 **シニアルーム**

モーニングパーク朝霞
 〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼2-4-15-111 TEL 048-486-9500

防災行政無線の点検のため 試験放送を行います

1か所ずつ点検を行いますので、防災ラジオから同じ内容の放送が何度も流れます。ご理解、ご協力をお願いします。

日時 / 1月16日(水)・17日(木)
午前8時30分~午後5時
場所 / 危機管理室 ☎463-1788

埼玉県が防災ヘリコプター 夜間離着陸訓練を実施します

訓練当日は騒音等によりご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。なお、訓練の見学スペースはありません。

日時 / 1月10日(木) 午後3時30分~7時

場所 / 新座防災基地
☎ / 埼玉県消防防災課 ☎830-8186

水道管の凍結防止対策 をお願いします

屋外に露出している水道管は、冬の時期は凍結して水がなくなることや、破裂して漏水する可能性があります。保温材を巻きつけたり、少

情報BOX

い案内

消費生活センターだより vol.67

☎ / 消費生活センター(市役所別館4階) ☎463-1111 内線2256
月~金曜日(祝日を除く) 午前10時~正午、午後1時~4時

初心者でも簡単に稼げる? 情報商材の購入・内職に注意!

■相談内容■

半年前、スマホから海外アパレルの写真などをコピーして通販サイトに載せれば、毎月確実に収入が得られるという、サイドビジネスの勧誘メールがSNSで届いた。メールの言葉を信じて情報商材50万円をクレジットカードの分割払いで購入した。業者から提供されたソフトを使って作業を開始したが、2か月後にソフトが動かなくなった。業者に問い合わせたが返信がない。現在カード会社への支払が続いているが、ソフトが使用できず、収入も得られないのにこのまま払い続けるしかないのか。

◆解説◆

誰にでも簡単に稼げることを強調して、もうけ方のノウハウが書かれた情報商材を売りつけるトラブルが発生しています。ブログなどへの宣伝書き込みの内職の契約を迫ったり、内職のために購入させたりするケースもあります。

情報商材は、PDFファイルのダウンロードやDVDの購入等、さまざまな形態があります。簡単に稼げることや高収入が得られることがうたわれていますが、もうかる仕組みの具体的な内容を確認できません。また、契約後の返金や解約に業者がなかなか応じてくれないケースがほとんどです。

【トラブルに遭わないために】

- ①安易に広告を信じて資料請求したり、情報商材を購入したりしないようにしましょう。
- ②何の作業もなしに高収入が得られるなどという「うまい」話はありえません。業者の説明をうのみにせず、第三者の意見も聞きつつ冷静に判断しましょう。困ったことがありましたら、消費生活センターにご相談ください。

量の水を出し続けることで凍結を防止することができます。※出す水の量に応じて水道料金がかかりますのでご注意ください。

また、長期間水道を利用しない場合は、水道メーターボックス内にあるバルブを閉めるようにしてください。水道管が凍結、破裂した場合、朝霞市指定給水装置工

虐待かな?

児童虐待を発見(疑い含む)した場合はご連絡ください。

☎ / 児童相談所 全国共通ダイヤル ☎189 (いちはやく)

事業者にご相談ください。修理費用は、水道利用者の負担になります。
☎ / 水道施設課 ☎463-1204

市融資制度をご利用の方へ 利子補給補助金申請書類を 12月下旬に発送しました

対象 / 市融資制度の利用者で平成30年中に利子を支払った方(代位弁済を受けた方を除く)。市外へ転出した方は、転出した月までの支払利子が対象です。

申請方法 / 借入れ先の金融機関で支払利子額の証明を受けた申請書を2月28日(木)までに産業振興課まで提出(郵送不可)。提出が遅れた場合は利子補給の対象となりません。

※対象利子、補助率、補助期間など、詳しくは送付書類をご覧ください。
※対象となる方で1月31日(木)までに申請書類が届かない方はご連絡ください。

☎ / 産業振興課 ☎463-1903

コンビニ交付サービスを 一時停止します

システムメンテナンス作業に伴い、すべての証明書の発行を一時停止します。

停止日 / 2月12日(水) 13日(木)

☎ / 総合窓口課 ☎463-2605 課税課 ☎463-2852~3

医療法人が運営する介護付有料老人ホーム

コンフォルト朝霞



入居者募集中

介護職員
募集中!

資料のご請求、ご入居・ご見学のお問い合わせは
☎0120-332-016
〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼 1-5-2



相続遺言/建設・宅建・産廃業/法人設立
農地転用/外国人雇用/Visa Application等

毎月1回 無料相談会 開催中!

市役所徒歩1分 お気軽にお問合せ下さい

☎048-450-1390



ASK (エースケー) 行政書士法人
朝霞市本町2-7-21 www.gasaka.com
行政書士 松尾信一/浅川知之/松尾明子

1月下旬に納付済額のお知らせを送付します 確定申告等にご利用ください

平成30年中に普通徴収(納付書または口座振替)で納付された国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料が対象です。

これらの保険税(料)は社会保険料控除の対象となりませんので、所得税の確定申告や住民税の申告にご利用ください。

なお、特別徴収(年金からの天引き)で納付された保険税(料)は、各年金保険者から送付される「公的年金等の源泉徴収票」に記載されます。

☎ 463-2040・20463-12040・20463-11928
23、介護保険料：長寿はつらつ課 ☎ 463-117
19、後期高齢者医療保険料：保険年金課 ☎ 463-11928

ゆめぱれす臨時休館のお知らせ

1月21日(月)は、保守点検のため臨時休館します。

☎ ゆめぱれす(市民会館)
☎ 466-2525

老齢年金受給者の皆さんへ 1月中旬以降 源泉徴収票が送付されます

記載されている平成30年分の支払金額は、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。源泉徴収票を紛失された場合には、住所地在を管轄する年金事務所まで再交付できます。※遺族・障害年金受給者には、源泉徴収票は送付されません。

☎ ねんきんダイヤル ☎ 0570-0511165
(050)から始まる電話でかける場合は ☎ 03-16700-11165)
川越年金事務所 ☎ 0491-242-2657

1月10日(木)は「110番の日」

埼玉県警察では、110番通報の正しい利用を呼びかけています。各種照会や間違い、いたずら等による110番通報が、本来緊急を要する事件・事故への対応を遅らせています。急を要さない相談・照会等、けいさつ総合相談センター ☎ #9110 ☎ 8221
9110、朝霞警察署 ☎ 465-00110

自治会・町内会加入促進活動を実施します!!

☎ 朝霞市自治会連合会事務局(地域づくり支援課内) ☎ 463-2645

市内の自治会・町内会への加入率の向上を目的に、加入促進活動を実施します

①街頭活動

1月25日(金)夕方に、朝霞駅前や北朝霞駅前、朝霞台駅前にてポケットティッシュを配布し、自治会・町内会への加入を呼びかけます。

②加入促進強化運動期間

2・3月の2か月間、各地域の自治会・町内会の担当者が、未加入の世帯に直接お伺いし、自治会・町内会への加入のご案内をさせていただきます。

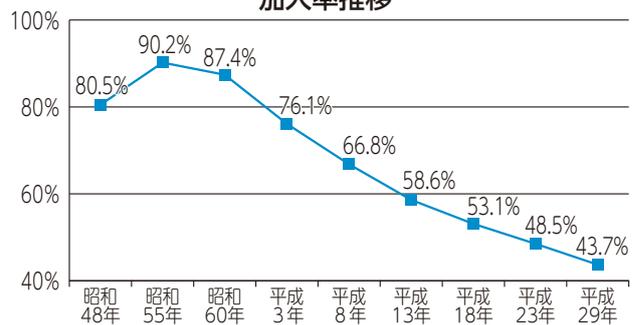
ご自宅への訪問や、お電話をさせていただくことがあります。ご理解とご協力をお願いします。

自治会・町内会とは?

地域住民同士が住みよくなるよう、良好な住環境の維持を目的として、防犯・防災活動や子どもの見守り活動、環境美化活動、親睦活動などの活動をする任意の自治組織です。

自治会・町内会に加入し、地域の方々と顔の見える関係を築いておくことで、いざという時の災害時の助け合いがスムーズに行えるなど、加入のメリットがたくさんあります。

加入率推移



大切な人とのお別れは

(株)花輪式典

がプロデュースする安心サポートご葬儀で。

直葬(火葬式)・家族親族葬・一般葬

合祀墓・散骨・樹木葬・納骨堂
お手配、ご準備致します

24時間年中無休で受け付けております。

TEL 0120-452-870

〒351-0005 朝霞市根岸台4-11-12 <http://shiminso.jp>

相続についてのお悩み・ご相談は

いそどり

彩相続相談所にお任せください

行政書士、税理士、弁護士、司法書士、不動産業等の専門家が、相続対策から相続発生時の手続き支援までワンストップでトータルサポート!

各種相続手続き、遺言書作成、相続対策等、相続に関することなら何でもご相談ください

<運営事務局>

行政書士 藤田 孝久 事務所(埼玉県行政書士会所属)

住所:埼玉県朝霞市本町2-2-32 セレネ朝霞202

お問い合わせは TEL:048-469-2850 までお気軽にどうぞ



わたしたちができること

～障害者差別解消法～

☎/障害福祉課 ☎463-1599

No.20 『発達障害の種類③』

LD (学習障害)

知的能力には遅れがないのに、「読む」「書く」「計算する」などの特定の事柄だけが苦手な状態のことをいいます。



分からないのは、なまけていたり注意不足だったりするのではないことを理解しましょう。「勉強ができない」と決めつけず、その人(子)に合った学び方を工夫しましょう。苦手なことも「できる」に変わることが可能です。

発達障害に関する情報は、こちらのサイトで紹介しております。
発達障害情報・支援センター <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

情報BOX
ご案内

日本手話情報コーナー No.31

☎/障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

「時間」

例) 6時

人差し指でもう一方の手首を指さします。(腕時計を指さす仕草です)

数字を表します。(画像は「6」を表しています)

数字(1~10) ※相手側から見た形です。

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

20歳になったら国民年金

成人した皆さん、国民年金は日本に住んでいる20~60歳までのすべての人が加入しなければならぬ制度です。年金は、皆さんが高齢になつたときの所得保障となるほかに、障害を負つたときの保障としての障害基礎年金や年金加入者が亡くなつたときの保障としての遺族年金等もありますので、20歳になつたら加入手続きをして保険料を納めましょう。

なお、現在、職場で厚生年金に加入している方は加入手続きの必要はありません。また、保険料を納めることが困難な方には、次のような制度があります。

学生納付特例制度 / 学生の方で、本人の所得が一定以下の場合、在学期間中の保険料を後払いにできます。

申請免除制度 / 20~59歳の方で、本人、配偶者および世帯主の所得が一定以下の場合、保険料が免除されます。

納付猶予制度 / 50歳未満の方で、本人および配偶者の所得が一定以下の場合、保険料を後払いにできます。

※詳しくは、お問い合わせください。
☎/保険年金課 ☎463-0284

国民年金の任意加入制度をご存知ですか

国民年金の老齢基礎年金を満額受け取るためには、保険料を20歳から60歳になるまで40年間納める必要があります。この間に年金の未加入期間や納め忘れがある方などは、65歳になるまで、本人の申し出により国民年金に任意で加入して保険料を納めることができます。

また、日本国籍を持つ20歳以上65歳未満の方が海外に在住する期間は国民年金の加入義務はありませんが、希望により任意で加入することができます。

持参するもの / 年金手帳(マイナンバーカード、または通知カードと身分証明書)、金融機関の通帳・届け出印 ※すでに老齢基礎年金を受給している方、厚生年金に加入している方などは任意加入できません。
☎/川越年金事務所 ☎049-242-1265、保

84 除年金課 ☎463-102

防災行政無線の放送内容を 確認できます

専用ダイヤル/0800-8000-744 (通話無料)
※IP電話からの放送確認はできません。
※定時放送(子どもの見守り放送、夕焼け放送)の放送は除きます。
※回線が混み合っている場合は、つながらないことがあります。しばらくしてからおかけ直してください。

☎/危機管理室 ☎463-1788

ほぼたんLINE やってるぽ!

ぽぼたんが「LINE」で朝霞の素敵な場所やイベント出演情報などをお伝えしてるぽ。QRコードを読み込むか「朝霞市」を検索してお友だちになってぽ♡



☎/シティ・プロモーション課 ☎423-3241

「田島ヶ原サフランソウ自生地」で、草焼きを実施します

煙や降灰の発生が予想されますが、貴重な文化財の保護のため、草焼きの必要性をご理解頂きますようお願いいたします。

日時／1月16日(水) 午前9時

～午後2時(予定)

※天候などにより時間の延長や延期となる場合があります。また、途中で中断し、数日に分けて実施する場合があります。

バス・鉄道共通カードの引き換えや申請はお済みですか？

問／長寿はつらつ課 ☎463-1921

高齢者の外出支援を目的として、バス・鉄道共通カードの交付やチャージ料の補助を行っています。まだ平成30年度の申請をされていない方は、お早めにお手続きください。

カードの交付

対象／①今年度70歳になる方 (昭和23年4月1日～昭和24年3月31日生まれ) ②今年度転入してきた70歳以上の方

給付金額／3,000円分(カード発行手数料500円を含む)のカードを1枚交付

※当課より送付した引換券をお持ちください。

チャージ料の補助

対象／今年度71歳以上になる方 (昭和23年3月31日以前生まれ)

給付金額／2,000円を指定口座に振り込み

※申請書に必要な事項をご記入のうえ、2,000円以上チャージしたことがわかる領収書を添付してご提出ください。

共通事項

交付・申請場所／長寿はつらつ課、支所および各出張所

交付・申請期限／3月31日(日)※お一人様年度内1回限り

1月の納付

- 市県民税 (4期)
 - 国民健康保険税 (7期)
 - 介護保険料 (7期)
 - 後期高齢者医療保険料(7期)
- ※納期限は1月31日(休)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。

場所／田島ヶ原サフランソウ自生地(桜草公園内)さいたま市桜区田島ほか) 問／さいたま市文化財保護課 ☎829-11723

☆きらり☆ ASAKA でかがやく外国人にインタビュー

問い合わせ／地域づくり支援課 ☎463-2645 ✉tiiki_sien@city.asaka.lg.jp

広報10月号で紹介しました、朝霞市多文化推進サポーターのレダ・ダニエル・ニガトさんは、日本とエチオピアをつなぐ活動をしており、その一環として、今回、エチオピアワインを日本に初上陸させました。日本で、エチオピアの文化を広めようと頑張っているダニエルさんに、お話を伺いました！

Q ダニエルさんは、白頃どんな活動をしているのですか？

A エチオピアと日本の文化を、相互に伝える活動をしています。例えば、エチオピアと日本の歌手をお互いの国に招いて交流をしました。演歌とエチオピアの歌は、似ているところがあるんですよ。

他にも、エチオピア大使館と協力してイベントを開催しています。

Q 日本、そして朝霞市は住みやすいですか？

A 日本は安全でとても住みやすいです。朝霞に住んだことで、AISに入り友達も沢山できました。彩夏祭にも出展して、エチオピアをPRすることもできました。

Q エチオピアワインが輸入できるようになるまでの苦労を聞かせてください。

A 日本で販売するためのライセンスを取ったり、口に入れる物なので原材料を一つ一つ検査したりと、輸入できるようになるまでに、とても時間がかかりました。また、品質を維持するため、船ではなく飛行機で輸送しています。コストはかかりますが、船は運搬時間が長く味が落ちてしまう可能性があるからです。エチオピアはコーヒーのイメージが強いと思いますが、おいしいワインがあることを知ってもらい、もっとエチオピアに興味を持ってもらいたいです。ワインはこれから、レストランやお店に置いてもらうなど、販路を拡大する予定です。

Q ダニエルさんの、これからの目標を教えてください！

A エチオピアの文化を世界に発信し、日本と、もっと交流を深めていきたいです。小さなことから地道に始めて、それを大きくできるように、これからも頑張ります！

日本人の口に合う、飲みやすいワインですよ～



ダニエルさんとエチオピアワイン

「自分がエチオピアと日本の架け橋になるんだ」とダニエルさんは笑顔で話してくれました。

《国際交流と日本語学習を行っている団体》

A I S (朝霞地区インターナショナルソサエティ)

活動日時／毎週金曜日 午前10時～12時

活動場所／中央公民館・コミュニティセンター

問い合わせ／伊藤 ☎090-6003-5621

http://ais1989.hp-ez.com

※この日本語学習は、AISが活動の一環として年間を通して行っていますが、日時・場所・内容などが変更になる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。身近に日本語の分からない方がいましたら、この情報をお伝えください。





催し・講座

記載のないものは、費用/無料、対象/どなたでも

防災講演会「大地震！その時大切な人のいのちを守るために、今、あなたが出来ること」

申・閏/危機管理室 ☎463-1788

東日本大震災や熊本地震で乳幼児ママが直面した「あの日何が起きたか」、「どうやって子どもを守ったか」、そして地震が来る前に、今何が出来るのか。被災地のママのリアルな声と知恵を、映像やスライドを使ってお話します。
日時/2月2日(土) 午前10時~正午(午前9時30分受付開始)

会場/中央公民館・コミュニティセンター

講師/(一社)スマートサイバープロジェクト特別講師 かもんまゆさん

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ

保育/先着8人(1歳以上の未就学児)

※保育希望は1月18日(金)までに申し込み

※手話通訳があります。



消防出初め式

閏/危機管理室 ☎463-1788

消防団員による機械器具の点検や人員服装規律の点検および消防演技を行います。また、正午頃~午後1時頃に「消防団ふれあいひろば」を開催し、消防車を使用した放水体験や写真撮影、乗車体験など、お子さんにも楽しんでいただける各種イベントも行われます。

日時/1月13日(日)

午前9時~正午(雨天中止)

会場/市役所正面駐車場

※車でのご来場はご遠慮ください。

※出初め式に伴い、1月11日(金)

午後5時15分~13日(日)午後5時

は市役所正面駐車場の一般開放は行いませんのでご注意ください。



第43回朝霞市小・中学校図工美術展

閏/教育指導課 ☎463-2884

日時/1月12日(土)・13日(日) 午前9時~午後4時30分

会場/中央公民館・コミュニティセンター

第41回朝霞市小・中・高等学校書きぞめ展覧会

閏/教育指導課 ☎463-2884

市内小・中・高等学校の児童・生徒の書きぞめ作品を展示します。

日時/2月2日(土)・3日(日)

午前9時~午後4時30分

会場/中央公民館・コミュニティセンター

第21回朝霞市吹奏楽・器楽フェスティバル

閏/教育指導課 ☎463-2884

日時/1月27日(日) 午前10時~午後4時

会場/ゆめぱれす(市民会館)

出演団体/朝霞第一小学校、市内全中学校・高校、東洋大学吹奏楽研究部、埼玉県南西部消防音楽隊、朝霞市民吹奏楽団、ジャグラーズ・ウィンド・オーケストラ

市民参画と協働のあり方について考える懇談会

主催・閏/政策企画課 ☎463-3089

市では、市が実施するさまざまな事業に市民の皆さんに参画していただくとともに、地域で活動している団体や市民の皆さんと協働して地域の課題を解決していけるまちづくりを進めています。これからの市民参画と協働によるまちづくりのあり方を一緒に考えませんか。

第2回テーマ「防災・環境・まちづくり」

日時/1月20日(日) 午後2時~4時

発表団体/溝沼第二町内会、あさか環境市民会議

第3回テーマ「市民活動・生涯学習」

日時/2月2日(土) 午後2時~4時

発表団体/NORDICあさか、あさか市民大学

【共通事項】

会場/中央公民館・コミュニティセンター

対象/市内在住、在勤または在学の方

定員/40人

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ

無料特設行政相談

閏/東京総合行政相談所 ☎03-3987-0229

日時/1月11日(金) 午前10時~午後5時

(受付は午後4時30分まで)

会場/西武池袋本店7階 東京総合行政相談所(行政・法律・くらしの相談コーナー内)

内容/登記、相続、税金、国の行政に関する相談

参加機関/東京法務局、東京弁護士会、東京税理士会 豊島支部、関東管区行政評価局

主催/総務省関東管区行政評価局・東京行政評価事務所

里親入門講座

申・閏/狭山市子ども支援課 ☎04-2953-1111

里親とは、さまざまな事情により、親と暮らせない子どもを迎え入れ、あたたかい愛情と家庭のぬくもりをもって養育してくださる方のことです。里親について興味がある方、里親の体験談を聴いてみたい方など、多くの皆さんに「里親制度」を理解していただけるよう「里親入門講座」を開催します。

日時/2月16日(土) 午前10時~正午(午前9時30分受付開始)

会場/狭山市役所 ※駐車場あり

内容/里親制度の説明、里親支援専門相談員の話、里親体験談等

定員/50人(先着順) 申込方法/電話で

保育/先着10人(1歳以上の未就学児) ※保育希望は2月1日(金)までに申し込み

共催/朝霞市、狭山地区里親会、所沢児童相談所、所沢里親会



催し・講座

記載のないものは、費用/無料、
対象/どなたでも

園庭開放・いっしょにあそぼう保育園で

園/保育課 ☎463-2939

日時/いっしょにあそぼう保育園で… 1月18日(金)

午前9時30分～11時

園庭開放… 1月18日(金)・23日(水)

午前9時30分～正午

会場/各公設保育園(北朝霞保育園分園は除く)

※民設民営の保育園は園庭開放を行っていません。

内容/未就園のお子さんもお近くの保育園で遊んでいただけるよう毎月2回公設保育園の園庭を開放しています(園庭開放は雨の場合中止)。

※1月18日(金)は園内で工作やリズム遊び等を実施

※本町・浜崎保育園では1月18日(金)に家庭児童相談員による育児に関する相談を実施します。

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ

消費者教室「消費税10%に備える家計見直し術」

申・園/地域づくり支援課 ☎463-2648

✉tiiki_sien@city.asaka.lg.jp

日時/2月5日(火) 午後2時～4時

会場/中央公民館・コミュニティセンター

内容/消費税引き上げが家計に及ぼす影響や、家計管理の基本的なことをについて

対象/市民 定員/40人(先着順)

講師/金融広報アドバイザー 伊田賢一さん

申込方法/1月23日(水) 午後5時15分までに電話、メールまたは窓口へ

保育/6人(1歳以上の未就学児) ※申込時に予約

※メールの場合は、件名を「消費者教室申込」とし、氏名、住所、電話番号、保育希望の有無(希望がある場合、お子さんの人数、年齢)を記入してお送りください。

情報
BOX



催し・
講座

ピースのお部屋

会場・園/子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

日時/1月29日(火) 午後1時30分～3時

定員/10組(平成30年11月生まれ対象)

予約開始日/1月8日(火)

内容/2か月のお子さんがある方向士お喋りをしたり、お友達を作ったりしたい方の場所を提供します。
※予約制ですので、まずはお問い合わせください。

第7回北朝霞どんぶり王選手権

園/産業振興課 ☎463-1903

日時/2月3日(日) 午前10時30分～午後4時

※審査時間は午後2時まで(商品が無くなり次第終了)

※「第12回あさか産業フェア」と同時開催

会場/埼玉県朝霞県土整備事務所駐車場

内容/市内外の飲食店等が、味・アイデア自慢の「どんぶり」を持ち寄り販売します(一杯300円)。

来場者の投票により「どんぶり王選手権グランプリ」を決定します。なお、グランプリになったどんぶりは、出店者のお店で提供されます。

主催/北朝霞商業振興会



第12回あさか産業フェア

主催・園/あさか産業フェア実行委員会(朝霞市商工会)

☎470-5959

あさかの逸品をはじめとした市内商工業の商品・製品の展示販売コーナーやモノ作り体験といったさまざまなイベントを開催します!!

日時/2月3日(日) 午前10時～午後4時

会場/産業文化センター

イベント内容/

○まるしえあさか

- ・朝霞のオイシイ食べ物、スゴイ商品があつまります!
- ・あさかの逸品展示販売コーナー

○Made in Asaka朝霞のモノ作り大集合

- ・工業製品の展示です。朝霞のすごさを見て下さい!
- ・HONDAレース用バイク、無限カスタマイズ車両展示!

○たくさん体験!!未来の技術者養成所(ワークショップ)

- ・電子回路でオルゴールを作ろう!(有料)
- ・ソーラーで動く飛行機作り教室(無料)
- ・ダンボールクラフト教室(無料)

○アイデアコンテストの「アイデア」作品の展示

○北朝霞商業振興会の主催による「第7回北朝霞どんぶり王選手権」を同時開催!

※イベント内容は変更になる場合があります。雨天決行

※駐車場はありません。
協力/朝霞市、新座総合技術高等学校、埼玉県産業振興公社、本田技研工業(株)、(株)本田技術研究所二輪R&Dセンター、(株)M-TEC

朝霞産農産物直売 あさか新鮮野菜市

園/産業振興課 ☎463-1904

日時/1月17日(木) 午前10時30分～午後1時

会場/市役所1階市民ホール

内容/朝霞産農産物のPRと地産地消を推進するため、旬の野菜を市内の生産者が直売します。

皆さんのご来場をお待ちしています。

主催/朝霞市都市農業推進協議会、朝霞市

協力/ファーマーズ朝霞



第1日曜日の朝は朝市へ!

園/産業振興課 ☎463-1903

日時/1月6日(日) 午前7時～9時

会場/市役所正面駐車場

内容/服飾、雑貨、野菜・果物、お茶などお手ごろな価格で提供しています。

※商品が無くなり次第終了。内容は変更になる場合があります

主催/朝霞市朝市出店者協議会

第37回彩の国21世紀郷土かるた朝子連大会

主催・**閩**/朝霞市子ども会連合会事務局 **わたなべ 渡辺**
☎・FAX462-0094

仲間作りを進めるとともに、さいたまを知り郷土愛を高め、青少年の健全育成に寄与するために「彩の国21世紀郷土かるた朝子連大会」を開催します。ふるってご参加ください。

日時/1月20日(日) 午前10時開会
(午前9時30分受付開始)

会場/中央公民館・コミュニティセンター

種目/団体…低学年の部(小学1~3年生)

高学年の部(小学4~6年生)

※団体は1チーム4人(1人は交代選手。必ず男女混合3人1組で競技します。)

個人…低学年の部(小学1~3年生)

高学年の部(小学4~6年生)

競技方法/予選はリーグ戦・決勝はトーナメント(参加チーム数により方法を検討)

ルール/埼玉県子ども会育成連絡協議会「彩の国21世紀郷土かるた」競技必携

参加チーム数/制限なし(参加する単位子ども会では、必ず参加1チームにつき1人の審判の推薦をお願いします)

申込方法/1月15日(火)(消印有効)までに〒351-0023 朝霞市溝沼6-1-1 朝霞市子ども会連合会事務局 渡辺宛てにはがきまたは電話、FAXで

後援/朝霞市青少年育成市民会議・朝子連ジュニアリーダーズクラブ

※高学年の各部の優勝者は、3月10日(日)に戸田市で行われる県大会に朝霞市代表として出場する資格が得られます。

成年後見制度研修会・相談会

『わかりやすく楽しく学ぼう!! 成年後見制度の基本』

申・**閩**/長寿はつらつ課 ☎463-1921
障害福祉課 ☎463-1598 FAX463-1025

日時/2月4日(月)(研修会)、2月12日(火)(相談会)
いずれも午後2時~4時

会場/産業文化センター

講師/リーガルサポート埼玉所属の司法書士

対象/市民または介護サービス事業者等
(相談は市民優先)

定員/研修会50人、相談会8人(先着順)

※相談(1人30分)を希望される方は研修会に必ずご参加ください。また、申込時に相談会参加希望とお伝えください。相談内容は緊急性がなく将来を見据えた相談でも構いません。

持ち物/筆記用具

申込方法/1月7日(月)から電話またはFAXで

“フレイル予防”のための「いきいきトレーニング教室」

申・**閩**/長寿はつらつ課 ☎463-1952

加齢に伴う筋肉・筋力といった身体的な機能の衰えや気力・活力といった精神的な状態の低下(フレイル状態)になることを予防します。

日時/1月21日~3月18日 祝日を除く毎週月曜日
全8回(同じ内容で2部開催)

第1部…午前9時15分~10時25分(3月4日まで)

午後1時30分~2時40分(3月11日から)

第2部…午前10時45分~11時55分(3月4日まで)

午後3時~4時10分(3月11日から)

会場/わくわくどーむ(健康増進センター)

対象/市内在住の65歳以上の方で、全8回すべて参加できる方 定員/各部30人(先着順)

内容/筋力トレーニング、ストレッチ、脳トレ、リズム体操、食事・栄養など

申込方法/1月7日(月)から電話で

埼玉県内市町村職員採用情報フォーラム

主催・**閩**/彩の国さいたまづくり広域連合 ☎664-6681

日時/2月15日(金) 午後0時55分~4時

会場/埼玉会館

内容/講演、大学生と市町村職員によるディスカッション、職員への質問コーナーなど、県内市町村職員の仕事の内容や魅力をPRするフォーラムです。



定員/1,300人(先着順) ※事前申込不要

第9回あさか市民活動まつり

「ひろげよう市民活動の輪」来て! 見て! 体験して!

閩/あさか市民活動まつり実行委員会 **さの 佐野**
☎080-5011-1511

地域で社会活動を行っている団体による展示、体験、模擬店や物品販売などを行います。健康チェックや着物の着付け、歌声喫茶、フラダンス、ノルディックウォーキングなど子どもから大人まで楽しめる出店が多数あります。

日時/1月19日(土) 午前10時~午後3時

会場/中央公民館・コミュニティセンター

主催/あさか市民活動ネットワーク 協力/朝霞市

親子で楽しむ手品講習会

主催・**申**・**閩**/NPO法人朝霞ぐらんぱの会 **かたやま 片山**
☎466-2942 ✉mituhiko550206@jcom.home.ne.jp

日時/1月27日(日) 午後1時30分~3時30分

会場/東朝霞公民館

対象/市内在住の小学生と保護者

定員/40人(先着順) 費用/1人300円

申込方法/ホームページ(<http://asaka-grandpa.com/>)、電話またはメールで

葬儀個別基本相談

会場・**閩**/斎場 ☎460-0055

もしもの時に備えて、基本的な葬儀の流れを個別で説明します。当日は式場の見学もできます。

日時/1月8日(火) 午前9時~11時(一人30分まで先着順) 対象/市内在住の方

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ



《スポーツ教室 第6期 2月開講（2～3月）のご案内》

対象／市内に在住、在勤または在学の方（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）。
 ※参加者全員にスポーツ傷害保険に加入していただきます（保険代は下記の受講料金内に含まれています）。
 ※次回第1期（4～5月）の募集は、第6期受講者へ参加継続優先枠があります（お子さんが対象の教室を除く）。
お子さん対象スポーツ教室・水泳教室 ◆◇ 便利なインターネットでのweb予約もあります！

No.	教室名(スタジオ)	日 程(休館日・祝日を除く)	定員	料金
①	キッズダンス基礎クラスA (4～6歳の未就学児)	火曜 15:15～16:15 2/12～3/26	20	6,048円 /全7回
②	キッズバレエ (小学1～6年生)	16:30～17:30	15	
③	キッズダンス基礎クラスB (4～6歳の未就学児)	水曜 15:15～16:15 2/13～3/27	20	6,048円 /全7回
④	キッズテーマパークダンスA 初級(小学1～6年生)	16:30～17:30	25	
⑤	キッズテーマパークダンスB 中級(小学1～6年生)	17:45～18:45	20	
⑥	リトルチャアダンスA (3～6歳の未就学児)	木曜 15:00～16:00 2/14～3/28 ※3/21除く	15	5,184円 /全6回
⑦	リトルチャアダンスB (3～6歳の未就学児)	16:15～17:15	20	
⑧	キッズHIP HOP (小学1～3年生)	木曜 16:15～17:15 2/14～3/28 ※2/28,3/21除く	15	4,320円 /全5回
⑨	キッズチャアダンス 中級 (小学1～6年生)	17:30～18:30 2/14～3/28 ※3/21除く	20	
⑩	キッズHIP HOP (小学4～6年生)	17:45～18:45 2/14～3/28 ※2/28,3/21除く	15	4,320円 /全5回
⑪	キッズストリートダンス (小学3年生～中学生程度)	18:45～19:45 2/14～3/28 ※3/21除く	25	
⑫	キンダースポーツクラブ (3～6歳の未就学児)	金曜 15:30～16:30 2/15～3/29	15	6,804円 /全7回
⑬	キッズチャアダンス 初級A (小学1～6年生)	13:00～14:00	15	
⑭	キッズチャアダンス 初級B (小学1～6年生)	14:15～15:15	20	6,048円 /全7回
⑮	キッズ空手 初級 (小学1～6年生)	土曜 15:30～16:30 2/16～3/30		
⑯	キッズ空手 中級 (小学生～高校生)	16:40～17:40		
⑰	キッズ空手 上級 (小学生～高校生)	17:50～18:50		

※幼児水泳は、完全におむつが外れている3歳以上の未就学児のお子さんが対象です。こども水泳は小学生以上のお子さんが対象です。
 ※キッズテーマパークダンスB・キッズチャアダンス中級の対象は、ダンス歴1年以上となります。
 ※お子さん対象のスポーツ教室は保護者の見学・付き添いはできません。

No.	教室名(プール)	日 程(休館日・祝日を除く)	定員	料金
⑱	幼児水泳教室A (水慣れ/クロール)	火曜 15:15～16:15 2/12～3/26	30	6,804円 /全7回
⑲	幼児水泳教室B (水慣れ/クロール)	16:30～17:30		
⑳	幼児水泳教室C (水慣れ/クロール)	水曜 15:15～16:15 2/13～3/27	30	6,804円 /全7回
㉑	幼児水泳教室D (水慣れ/クロール)	15:15～16:15		
㉒	幼児水泳教室E (水慣れ/クロール)	土曜 9:30～10:30 2/16～3/30	30	6,804円 /全7回
㉓	幼児水泳教室F (水慣れ/クロール)	10:45～11:45		
㉔	こども水泳教室A(中級) クロール・背泳ぎ	火曜 17:45～18:45 2/12～3/26	35	6,048円 /全7回
㉕	こども水泳教室B(初級) 水慣れ・バタ足・息なしクロール8M	16:30～17:30 2/13～3/27		
㉖	こども水泳教室C(上級) 平泳ぎ・バタフライ	水曜 17:45～18:45	15	6,048円 /全7回
㉗	こども水泳教室(特級)	19:00～20:00		
㉘	こども水泳教室D(初級) 水慣れ・バタ足・息なしクロール8M	金曜 16:30～17:30 2/15～3/29	35	6,048円 /全7回
㉙	こども水泳教室E(中級) クロール・背泳ぎ	17:45～18:45		
㉚	こども水泳教室F(上級) 平泳ぎ・バタフライ	19:00～20:00		

【お子さん対象教室】No.①～⑳ ～応募方法～
受付期間／1月1日(火・祝)～14日(月・祝)
結果／1月20日(日)までに通知
 ※申込多数の場合は抽せん。
 ひとりで複数教室への申し込みも可能ですが、
 はがきで応募の際は1枚につき1人1教室までです。
 ただし、受講確定後の一部キャンセルはできません。



web予約QRコード

- web予約
公式HP(「わくわくどーむ」で検索)もしくは、上記のQRコードをご参照ください。
- 往復はがき
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、在学の方は学校名を記入
〒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」係宛て(返信はがき:表にご自宅住所、お名前のみ記入)

16歳以上の方が対象のスポーツ教室・水泳教室・アクアピクス(水中運動)教室 ◆◇ 各教室の曜日/時間等は公式HPにて掲載

31 ズンバ	32 シェイプヨガ	33 体質改善ストレッチ	34 ボディケアヨガ	35 朝のハタヨガ	36 ソフトボールピラティス	37 ソフトウェアピラティス
38 楽しく体操 (60歳以上)	39 アクティブピラティス	40 健康ヨガ	41 揚名時 太極拳	42 背骨コンディショニングA	43 24式太極拳	44 背骨コンディショニングB
45 トータルケア	46 ダンスエクササイズ	47 キック&パンチ	48 ルーシーダットン	49 簡単ベリーダンス	50 レディース水泳教室 (平泳ぎ・バタフライ)	51 レディース水泳教室 (水慣れ・クロール・背泳ぎ)
52 レディース水泳教室 (上級)	53 シニア水泳教室A (60歳以上)	54 シニア水泳教室B (60歳以上)	55 成人水泳教室	56 アクアピクス		

【16歳以上の方が対象の教室】No.31～56～応募方法～
 1次募集: 1月2日(水)～14日(月・祝) 前期継続者優先期間
 2次募集: 1次募集にて定員に満たない教室がある場合は1月16日(火)から2次募集を行います。2次募集については市外(志木市・和光市・新座市など)在住の方も申し込みます。
 申込手続きはわくわくどーむ窓口のみで受け付けます(電話申込不可)。

- 個人情報の取り扱いについて…教室申し込みの際にご提示いただいた個人情報については、ご本人の許可なく当初の目的以外には使用しません。
- 特別イベント おしるご無料配布 1月6日(日) 午前10時30分～ 2Fレストランで、先着300人におしるごを配布します。
- プールイベント アクアチューブ ちくわ型の大きな浮き具に入って、プールを横断。水の上を散歩しているような不思議な感覚を楽しめます。
日時／1月14日(月・祝) ①午前10時30分～11時45分 ②午後1時30分～2時45分
受付は各回10分前から監視室で行います。各回35組(1組2～3人) ※希望者多数の場合は、抽せんになる場合もあります。
- プールイベント どんぶらっこ 1月20日(日) ①午前11時15分～11時45分 ②午後2時～2時30分 ③午後3時30分～4時
受付は各回10分前から監視室で行います。各回30人(先着順)
- わくわくどーむの休館日 冬季(12～2月)は、毎週月曜日(月曜日が祝日の場合、翌平日)がお休みです。
年末年始 平成30年12月31日(月)～1月1日(火・祝)、7日(月)、15日(火)、21日(月)
館内の点検および修繕工事実施のため、1月28日(月)～2月11日(月・祝)は全館休館です。
※工事の状況により、休館日を延長する場合がございます。あらかじめご了承ください。

用…申し込み 間…問い合わせ