

☎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

大学といっても難しいことはありません。楽しく気軽に身近なことを学びましょう！

今回は、生涯学習講座の企画開催を通じて、市民と会員が、学びあいと地域参加のできる豊かな社会づくりを目指し活動されている「特定非営利活動法人あさか市民大学」の代表理事である坂本和哉さんと副代表理事の川池さえ子さんにインタビューした内容をご紹介します。

Q. 団体立ち上げのきっかけは？

A. 過去に朝霞市と東洋大学が協働で開催した、あさか・パートナーシップ・カレッジの卒業生を中心に、「他市にあるような市民による学びの場を朝霞にも創ろう」という声が上がリ、10年ほど前に任意団体として発足しました。活動の幅が広がっていくにつれ、渉外を行う際の知名度の大切さを実感し、平成28年6月に法人認証を受け、現在はNPO法人として、会員38人、登録講師約70人で活動しています。

Q. 活動内容の概要は？

A. 主に、生涯学習に関する事業、健康増進に関する事業、特別事業の3事業で構成しています。まず、生涯学習に関する事業の「登録講師講座」は、市民講師が仕事や趣味で培った特技や知識を、楽しく分かりやすくお伝えする講座で、年10回前後開催しています。また、同じく生涯学習に関する事業の「朝霞を知ろう講座」は、設定したテーマを軸に、朝霞の歴史、自然、文化等を学ぶ探訪講座で、今年は「朝霞のオリンピックを学ぼう」をテーマに、6月から10月まで連続7回の講座を実施中です。次に、健康増進に関する事業では、毎年、東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科の神野宏司教授と学生の皆さんに企画からご協力をいただき、東洋大学の体育館を会場に「健康体操教室」を開催しています。そして、特別事業は、バス移動による見学会を開催しており、今年はJAXA筑波宇宙センターの見学会を予定しています。

各講座は、チラシや広報などで開催のお知らせをしますので、ご興味のある講座にふるってご参加ください。

Q. 取り組みたい課題は？

A. 企画、広報、事務、渉外活動等、専門的な運営に関わる会員の不足が課題となっています。役割分担や組織系図を整理して、より円滑な運営を目指していくために、ホームページの更新や講座のプランニング等のお手伝いをしていただける会員をただいま募集中です。

～8月の講座のお知らせ～

8月24日(土)・25日(日)に中央公民館・コミュニティセンターで開催されるサマーフェスティバルで、「花せっけんづくり」等、楽しい出展を開催予定です。

☎市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎090-8680-3018 (坂本)

※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。



「ハッ場ダム見学バスツアー」の様子

7月15日(月・祝)～24日(水)は「夏の交通事故防止運動」実施期間です！交通ルールを守りましょう！

☎市民活動支援ステーション ☎463-1514

公募型プロポーザル方式による朝霞市まち歩きガイドマップ作成業務委託を実施します

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会などで、朝霞市を訪れる、外国人を含めた来訪者に配布するためのガイドマップを作成します。

委託内容、参加要件等の詳細は、市ホームページでご確認ください。

☎シティ・プロモーション課 ☎423-3241



ツイッター・フェイスブックページで朝霞市からのお知らせをご覧いただけます



市では、公式のツイッターおよびフェイスブックページで、市の事業、催しやお知らせなどさまざまな情報を発信しています。「フォロー」または「いいね！」をしていただきご覧ください。
※市ホームページのトップページからもご覧いただけます。
ツイッター-https://twitter.com/asaka_city
フェイスブックページ-<https://www.facebook.com/asakacity.koho>
☎シティ・プロモーション課 ☎463-3059

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>

催し・講座

記載のないものは、対象/どなたでも
費用/無料、申込方法/事前申込不要

第1日曜日の朝は朝市へ!

☎/産業振興課 ☎463-1903

日時/7月7日(日) 午前7時～9時 ※雨天中止
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あり
主催/朝霞市朝市出店者協議会

朝霞産農産物直売 あさか新鮮野菜市

☎/産業振興課 ☎463-1904

日時/7月11日(木)・18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30回朝霞駅前商店会ふれあいまつり～ジャズのタベ～

☎/朝霞市商工会 ☎470-5959

朝霞高校ジャズバンド部、プロジャズミュージシャン
等の演奏により、駅前広場が素敵なジャズライブ会
場になります!!ぜひ、ご来場ください。
日時/7月15日(月・祝) 午後4時～7時
※開催時間は、都合により変更する場合があります。
会場/朝霞駅南口駅前広場
主催/朝霞駅前商店会
協力/朝霞TMO(朝霞市商工会)、ジャズ喫茶海

第20回みつばすみれ学園・すずらん夏祭り

☎/みつばすみれ学園・すずらん ☎471-3115

夏の夜のひと時を一緒に楽しみましょう。
日時/7月27日(土) 午後5時～8時 雨天決行
会場/みつばすみれ学園・すずらん
※駐車スペースに限りがありますので、路線バス等
をご利用ください。

消費税の軽減税率制度説明会

会場・☎/朝霞税務署 ☎467-2894

10月の税率引き上げと同時に軽減税率制度が実施さ
れるため、制度の概要等の説明会を開催します。
日時/8月27日(火)・28日(水)・29日(木)
午後1時～、午後3時～
定員/各回約100人

無料特設行政相談

☎/東京総合行政相談所 ☎03-3987-0229

日時/7月11日(木) 午前10時～午後5時(受付は午後
4時30分まで)
会場/東京総合行政相談所(西武池袋本店7階 行
政・法律・くらしの相談コーナー内)
内容/登記、労働、相続、税金、国の行政に関する相談
参加機関/東京法務局、池袋労働基準監督署、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

保育付き起業家育成支援セミナー 「わたしがコトノハコをオープンするまでにしたこと」

☎・☎/産業振興課 ☎463-1903

日時/7月20日(土) 午後1時30分～4時
会場/産業文化センター
内容/市内事業者の滝澤さんがどのようにして開業に
至ったか。やりたいことを実現するための計画の立て
方やお金の借り方などを実体験をもとにお伝えします。
対象/市内在住または市内で起業をお考えの方
講師/複合型レンタルスペース「コトノハコ」代表
滝澤いとさん
定員/20人(先着順)
申込方法/7月17日(水)までに電話、FAXまたは市ホ
ームページの応募フォームで
保育/1歳以上の未就学児対象(定員8人)。7月10日
(水)までにお申し出いただき、事前に保険代1人当
たり500円をお持ちください。

保育園・放課後児童クラブ就職相談会同時開催 就職支援セミナー

☎/産業振興課 ☎463-1903

日時/8月21日(水) 午後1時～2時
会場/産業文化センター
対象/市内在住、在勤、在学または市内で就職希望の方
内容/子育て支援セミナー等を全国で開催している高祖
さんをお招きし、保育園などの子どもと関わる仕事に
就くための心構え等についてご講演いただきます。
講師/NPO法人ファザーリング・ジャパン理事・子育
てアドバイザー高祖常子さん

葬儀個別基本相談

会場・☎/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/7月5日(金) 午前9時～11時(1人30分まで先着順)
対象/市内在住の方

保育のお仕事「保育園・放課後児童クラブ就職相談会」

☎/保育課 ☎463-2939

市内の保育園・放課後児童クラブでのお仕事に興味
のある方を対象に相談会を開催します。参加法人によ
るPRタイムも設けておりますので、ぜひご参加ください。
日時/8月21日(水) 午後2時～4時30分(受付は4時まで)
会場/産業文化センター
参加事業所/市内の保育園、小規模保育施設および放
課後児童クラブ14法人
内容/参加法人の紹介および各ブースでの個別相談等
その他/入退場自由、服装自由、保育あり

情報
BOX
催し・講座

平和パネル展

☎/人権庶務課 ☎463-1738

パネルの展示

日程・会場/①8月1日(木)～7日(水)…それいゆぷらざ
(女性センター) ②8月8日(木)～15日(水)…市役所1
階市民ホール

内容/「東京大空襲」ほか

DVDの放映

日時・会場/①8月3日(土) 午後1時30分～…それい
ゆぷらざ(女性センター) ②8月8日(木) 午前11時
～・午後2時～…市役所1階市民ホール

内容/①「ガラスのうさぎ」(アニメ・83分)
②「ちいちゃんのかげおくり」(アニメ・17分)

～第1弾～ 地域デビュー! ボランティア講座

☎・☎/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2485 FAX486-2418
✉chiiki@asaka-shakyo.or.jp

これまでボランティア活動に触れたことがない方、こ
こからボランティアをはじめてみましょう!

日時/①8月6日(木) 午後2時～3時30分
②8月21日(水) 午後2時～3時30分
③9月7日(土) 午前10時～11時30分
④9月19日(木) 午前10時～11時30分
⑤9月27日(金) 午後2時～3時30分
(講座開始30分前より受付開始)

会場/①根岸台市民センター ②弁財市民センター
③中央公民館・コミュニティセンター
④膝折市民センター ⑤はあとぴあ(総合福祉
センター)

定員/各会場25～40人程度(先着順)
保育/定員6人(2歳から就学前までのお子さん)

申込方法/電話、FAX、メールまたは窓口で
※詳細は当会ホームページに掲載しております。
※定員に達していなければ当日参加もできます。

第3回SAITAMA PRIDE 和光ビームライフルチャレンジカップ

☎・☎/和光市秘書広報課東京オリンピック・パラリンピッ
ク等推進プロジェクトチーム ☎424-9091 FAX464-8822
✉a0100@city.wako.lg.jp

東京オリンピック・パラリンピックを先取り!!
今年もビームライフルチャレンジカップの開催が決定
しました。

日時/8月10日(土) 午前10時～午後4時
会場/和光市総合体育館
対象/県内在住の小学4～6年生
定員/各学年30人(申込多数の場合抽せん)
内容/ビームライフルを使用した記録会(予選と決勝)
持ち物/動きやすい服装、上履き、昼食、飲み物
申込方法/7月23日(火)までに、参加者の氏名(ふりがな)、
住所、年齢、性別、学校名、メールアドレス、練習会
参加の有無を明記のうえ、メールまたはFAXで

※初めての方も参加しやすいよう、7月31日(水)・8月
1日(木)・2日(金)・5日(月)・6日(火)にビームライフル練
習会を実施します。練習会に参加を希望される方はお
問い合わせください。

親子映画会

☎/こども未来課 ☎463-2930

日時/7月26日(金)
午前10時15分～、午後2時～ ※各回30分前開場
会場/ゆめばれす(市民会館)
内容/「ミニオンズ(91分)」上映
主催/朝霞市・朝霞市青少年育成市民会議

ピースのお部屋

会場・☎/子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

日時/7月30日(火) 午後1時30分～3時
定員/10組(令和元年5月生まれ対象)
予約開始日/7月2日(火)
内容/2か月のお子さんがある方向士おしゃべりや、お
友達を作りたい方に場所を提供します。
※予約制ですので、まずはお問い合わせください。

市民活動団体支援補助事業 親子で楽しむ手品講習会

主催・☎・☎/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/7月21日(日) 午後1時30分～3時30分
会場/中央公民館・コミュニティセンター
内容/朝霞マジックサークルの方が、家族で楽しめる
マジックを教えてください
定員/市内在住の小学生とその保護者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

市民活動団体支援補助事業 朝霞の森虫捕り観察会

主催・☎・☎/朝霞基地跡地の自然を守る会 おおの 大野
☎090-5209-9467

日時/7月21日(日) 午前9時～11時
会場/朝霞の森(管理棟前集合)
内容/講師の指導により、虫捕り観察会を行います。
講師/(公財)埼玉県生態系保護協会 おおい 大井惣太さん
持ち物/虫捕り網、虫かご、飲み物、帽子など

第69回社会を明るくする運動 朝霞地区大会

☎/福祉相談課 ☎463-1594

7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です。犯
罪や非行を防止し、罪を犯した人や非行に陥った少年
たちの更生への理解を深め、犯罪や非行のない明るい
社会を築こうとする運動です。

日時/7月24日(水) 午後1時30分～
会場/パルシティ(志木市民会館)
定員/約780人
内容/教育評論家 みずなにおおひ 水谷修さんによる講演会「優しさ
と勇気の育てかた～夜回り先生、いのちの授業」(手
話通訳あり)、吹奏楽演奏、薬物乱用防止キャラバン
カーの展示、刑務所作業製品の販売など

催し・講座

記載のないものは、対象/どなたでも
費用/無料、申込方法/事前申込不要

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…7月4日(木)
午前9時30分～11時
園庭開放…7月4日(木)・24日(木)
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)。

※7月4日(木)は園内で工作やリズム遊び等を実施

※東朝霞・浜崎保育園では7月4日(木)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。

Classic for Babies

会場・園/ゆめばれず(市民会館) ☎466-2525

0才児からの小さなお子さんと一緒にご入場いただける約1時間のクラシックコンサートです。今回はバレエダンサーも登場します!安心してお楽しみいただけるよう、おむつ交換や授乳、思い出に残る写真撮影スペースもあります。

日時/10月14日(月・祝)

午前11時開演(午前10時30分開場)

入場料/500円(全席指定)

※小さなお子さんもチケットが必要です

発売日/7月14日(日) 午前10時～(電話予約は同日午後1時30分～ゆめばれず(市民会館)のみ)

チケット取扱所/ゆめばれず(市民会館)・産業文化センター・パルシティ(志木市民会館)

出演/東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団
東京シティ・バレエ団

夏休み親子下水道教室

園・園/(公財)埼玉県下水道公社荒川右岸支社 ☎466-2400

日時/7月25日(木)・26日(金) 午前9時～正午

会場/新河岸川水循環センター

内容/施設見学と水質実験

対象/小学生と保護者 定員/各回20組40人

申込方法/7月1日(月)～12日(金) 午前9時～午後5時に電話で

親子料理教室

会場・園・園/学校給食課(溝沼学校給食センター)

☎451-0370 FAX451-0372

溝沼学校給食センターを見学し、給食メニューの調理実習をします。

日時/7月23日(木)～26日(金)・29日(月)

午前10時～午後1時

献立/こぎつね寿司、冬瓜のみそ汁、とり肉の赤しそ焼き、フルーツサイダーゼリー

対象/小・中学生とその保護者(各回6組12人)

※申込多数の場合は抽せん

費用/1人249円(材料費)

持ち物/エプロン・三角巾・筆記用具・上履き・飲み物
申込方法/7月5日(金)(必着)までに、はがき、FAXまたは各学校給食センターにある申込書(市ホームページでダウンロード可)に、児童名(ふりがな)、学校、学年、保護者名(ふりがな)、住所、電話番号、第1・第2希望日を記入のうえ、〒351-0023 朝霞市大字溝沼1029-8 学校給食課宛てへ

夏休み親子消費者教室

「ショッピングモールチャレンジ大作戦」

園・園/地域づくり支援課 ☎463-2648

社会と経済の関わりやしきみについて、ショッピングモールの完成を目指すボードゲームを通して楽しく学びます。

日時/7月23日(木) 午前10時～正午

会場/産業文化センター

対象/小学5・6年生とその保護者

定員/40人(先着順)

申込方法/7月16日(木) 午後5時15分までに電話または窓口へ

3R啓発事業

「今日から始めよう! Let's エコ・クッキング」

園・園/クリーンセンター ☎456-1593

エコ・クッキングとはどんなことなのか、自分たちは何ができるのかを調理実習を通して学習します。

日時/7月25日(木) 午前10時30分～午後2時

会場/内間木公民館

献立/石焼風ビビンバ、わかめスープ

対象/小学4～6年生(24人) ※申込多数の場合は抽せん

費用/1人540円(材料費・保険代)

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、上履き、タオル

2枚(お手拭き用・食器拭き用)、飲み物、筆記用具

申込方法/7月11日(木)(必着)までに、往復はがき住所、氏名、電話番号、学校、学年を、返信用表面にも住所、名前を記入のうえ、〒351-0033 朝霞市大字浜崎390-45 クリーンセンター宛てに郵送(参加者1人につき1枚郵送)

※7月16日(木)に結果を郵送します。

※アレルギーのある方は申込前にご相談ください。

地域支えあいネット講座

歩いて健康になろう! ノルディック・ウォーク

園・園/地域包括支援センター朝光苑
☎450-0855 FAX450-0966

ポールを持って歩くことで全身の筋肉を刺激し、背筋が伸びて肩や首のコリも解消します。

日時/7月16日(木) 午後1時30分～3時30分

会場/中央公民館・コミュニティセンター

講師/全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

対象/おおむね65歳以上の市民

定員/男女各10人(先着順)

持ち物/飲み物・タオル・リュックまたはウエストバック、動きやすい服装、運動靴(屋外用)、帽子

申込方法/7月11日(木)までに電話またはFAXで

共催/朝霞市社会福祉協議会



“フレイル予防”のための「いきいきトレーニング教室」

申・閏/長寿はつらつ課 ☎463-1952・1719

加齢に伴う身体的な機能の衰えや気力・活力など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／8月5日～11月25日 祝日を除く毎週月曜日（同じ内容で2部開催）全12回 ※次回は12月以降実施予定
第1部 午後1時30分～2時40分 **第2部** 午後3時～4時10分
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 **定員**／各部30人（先着順）
内容／筋トレ、ストレッチ、リズム体操、食事・栄養など **持ち物**／上履き、飲み物、タオル、運動できる服装
申込方法／7月16日(火)～25日(休)に電話または窓口で受付 ※1度の申し込みで全12回分になります。
 ※新規の方を優先し、参加したことがある方は抽せんのうえ当選した方のみ電話連絡します。

本町元気サロン

閏/地域包括支援センターモーニングパーク
☎0120-247355 FAX465-5845

イスに座ってできる簡単な体操。茶話会など。
日時／毎月第3木曜日開催 午後2時～3時30分
会場／富士見町内会館
対象／おおむね65歳以上の市民 **費用**／100円

「手話体験」参加者募集

申・閏/朝霞市社会福祉協議会手話通訳者等派遣事務所
☎486-2479 FAX486-2473

聴覚障害者に対する理解を深め、聴覚障害者のコミュニケーション手段のひとつである手話を学びます。
日時／7月25日、8月1日・8日・22日（すべて木曜日）
 全4回 午後1時30分～3時30分
会場／はあとびあ（総合福祉センター）
対象／市内在住で、手話に興味がある小学生以上の方。
 親子での参加もお待ちしています。
定員／25人（先着順）
申込方法／7月1日(月)～12日(金)に、氏名（ふりがな）、
 年齢、郵便番号、住所、電話番号を明記
 のうえ、電話、FAXまたは窓口で
 ※詳しくは朝霞市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。



“令和時代”の高齢者福祉と介護保険の説明会

申・閏/長寿はつらつ課 ☎463-1952

介護保険の仕組みや高齢者福祉サービスの利用方法、本市の地域包括ケアシステムの取り組みなどを説明します。

日時	会場	定員
7月18日(木) 午前10時～11時30分	根岸台市民センター	50人
7月23日(火) 午後2時～3時30分	溝沼市民センター	50人
7月25日(木) 午前10時～11時30分	宮戸市民センター	50人
7月29日(月) 午前10時～11時30分	産業文化センター	150人
7月31日(水) 午前10時～11時30分	中央公民館・コミュニ ティセンター	150人

申込方法／7月1日(月)～開催日の前日に電話または窓口
 で（先着順）※各回の内容は同じ
持ち物／筆記用具

7月の朝霞市障害福祉施設自主製作品展示販売会

閏/障害福祉課 ☎463-1599

市内の障害福祉施設の皆さんが自主製作した製品やお菓子などの展示販売会を市役所で行います。ぜひお越しください。

日時・団体・販売物／

7月9日(火) 午前10時30分～11時30分 ひまわり工房/手芸品等の雑貨・ばい煎コーヒー
7月11日(木) 午前10時30分～午後0時30分 はあとびあ福祉作業所/レザークラフト、菓子
7月12日(金) 正午～午後1時 障害者ふれあいセンターあさか福祉作業所/雑貨、パン
7月16日(火) 午前10時30分～午後1時 なかよしかふえ/雑貨、焼き菓子
7月23日(火) 午前10時～午後1時 あさか向陽園/メモ帳、縫製品等の雑貨
7月24日(水) 午前10時30分～午後1時 地域活動支援センターぱれっと/ 革製品、焼き菓子、パン

会場／市役所1階市民ホール

跡見学園女子大学2019年度講習

申・閏/跡見学園女子大学心理教育相談所 ☎478-3565

本学教員が、日常の“こころ”に関するテーマを取り上げて行います。どうぞお気軽にご参加ください。
日時／8月3日(土) 午前10時40分～午後0時10分
会場／跡見学園女子大学新座キャンパス
テーマ／「元気の素を活用する」
講師／跡見学園女子大学教授 松崎くみ子さん
申込方法／7月27日(土)（必着）までに、往復はがきに
 氏名（ふりがな）、郵便番号・住所、電話・FAX番号、
 性別、年齢、職業、希望の講座名、講習を知った経
 緯を記入のうえ、〒352-8501 新座市中野1-9-6
 跡見学園女子大学心理教育相談所宛てに
 郵送で。受講者にはご案内を送付します。
 ※9月以降も講習会を予定していますので、
 詳しくはホームページをご覧ください。





わくわくどーむからのご案内

会場・甲・問/わくわくどーむ(健康増進センター) ☎472-6000

《スポーツ教室 第3期 8月開講(8～9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4期(10～11月)の募集は、第3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	8/6～9/24 ※8/13除く	20
②	キッズバレエ(小学1～6年生)	火曜 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		20
④	キッズテーマパークダンスA初級(小学1～6年生)	水曜 16:30～17:30	8/7～9/25 ※8/14除く	25
⑤	キッズテーマパークダンスB中級(小学1～6年生)	水曜 17:45～18:45		20
⑥	リトルチアダンスA(3～6歳の未就学児)	木曜 15:00～16:00		15
⑦	リトルチアダンスB(3～6歳の未就学児)	木曜 16:15～17:15	8/8～9/26 ※8/15除く	20
⑧	キッズチアダンス中級(小学1～6年生)	木曜 17:30～18:30		15
⑨	キッズHIPHOP(小学1～3年生)	木曜 16:15～17:15		20
⑩	キッズHIPHOP(小学4年生～)	木曜 17:30～18:30	8/1～9/26 ※8/15・29除く	15
⑪	キッズHIPHOP中級	木曜 18:45～19:45		15
⑫	キッズストリートダンス(小学3年生～中学生程度)	木曜 18:45～19:45	8/8～9/26 ※8/15除く	25
⑬	キッズスポーツクラブ(3～6歳の未就学児)	金曜 15:30～16:30	8/2～9/27	15
⑭	キッズチアダンス初級A(小学1～6年生)	土曜 13:00～14:00		15
⑮	キッズチアダンス初級B(小学1～6年生)	土曜 14:15～15:15		15
⑯	キッズ空手初級(小学1～6年生)	土曜 15:30～16:30	8/3～9/28	20
⑰	キッズ空手中級(小学生～高校生)	土曜 16:40～17:40		20
⑱	キッズ空手上級(小学生～高校生)	土曜 17:50～18:50		20

No.	教室名(プール)	日程(休館日・祝日を除く)	定員	料金
⑲	幼児水泳教室A	14:00～15:00	7/31～8/2 連続3日間	20
⑳	幼児水泳教室B	15:15～16:15		
㉑	幼児水泳教室C	14:00～15:00	8/6～8/8 連続3日間	
㉒	幼児水泳教室D	15:15～16:15		
㉓	幼児水泳教室E	14:00～15:00	8/19～21 連続3日間	
㉔	幼児水泳教室F	15:15～16:15		
㉕	こども水泳教室A(初級) 水慣れ・パタ足・息なしクロール8m	16:30～17:30	7/31～8/2 連続3日間	30
㉖	こども水泳教室B(中級) クロール・背泳ぎ	17:45～18:45		
㉗	こども水泳教室C(初級) 水慣れ・パタ足・息なしクロール8m	16:30～17:30	8/6～8/8 連続3日間	
㉘	こども水泳教室D(中級) クロール・背泳ぎ	17:45～18:45		30
㉙	こども水泳教室E(初級) 水慣れ・パタ足・息なしクロール8m	16:30～17:30	8/19～8/23 連続5日間	
㉚	こども水泳教室F(中級) クロール・背泳ぎ	17:45～18:45		20
㉛	こども水泳教室G(上級) 平泳ぎ・バタフライ	金曜 19:00～20:00	8/2～8/30	
㉜	こども水泳教室(特級)	水曜 19:00～20:00	8/7～8/28 ※8/14除く	15

【お子さん対象教室】No.①～㉚～応募方法～

受付期間：7月1日(月)～14日(日)/結果：7月20日(出)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

公式HP「わくわくどーむ」で検索)もしくは、右記の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)



web予約QRコード

※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・キッズチアダンス中級の対象は、ダンス歴1年以上となります。
※キッズHIPHOP中級クラスはインストラクターの承認を得た方のみとなります。
※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。

●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。

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

33	ズンバ	34	シェイプヨガ	35	体質改善ストレッチ	36	ボディケアヨガ	37	朝のハタヨガ	38	ソフトボールピラティス	39	ソフトウェアピラティス
40	楽しく体操(60歳以上)	41	アクティブピラティス	42	健康ヨガ	43	陽名時太極拳	44	背骨コンディショニングA	45	24式太極拳	46	背骨コンディショニングB
47	骨盤ダイエット	48	ダンスエクササイズ	49	キック&パンチ	50	ルーシーダットン	51	簡単ベリーダンス	52	レディース水泳教室(平泳ぎ・バタフライ)	53	レディース水泳教室(水慣れ・クロール・背泳ぎ)
54	レディース水泳教室(上級)	55	シニア水泳教室A(60歳以上)	56	シニア水泳教室B(60歳以上)	57	成人水泳教室	58	アクアビクス				

【16歳以上対象教室】No.33～58～応募方法～

1次募集：7月2日(火)～14日(日)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7月15日(月・祝)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。

申し込み手続きはわくわくどーむ窓口のみで受け付けます(電話申し込み不可)。

《レストラン営業のお知らせ》 ただいま、土・日曜日、祝日のみ営業中。(営業時間：午前11時～午後2時)

7月20日(土)～8月28日(水)の期間は、(平日) 午前11時～午後2時/ (土日祝) 午前11時～午後4時にて営業致します。

《ベビーズタイム お休みのお知らせ》

7月20日(土)～8月28日(水)の期間は利用者が集中するため、ベビーズタイムは一時休止とさせていただきます。お客様のご理解・ご協力をお願い致します。

《特別イベント ヨーヨー祭り》 7月20日(土) 午前10時30分～ 1Fインナーガーデンにて開催。先着300人。

《プールイベント 水中探検》 7月28日(日) 午後2時50分～3時 プールエリア内にて開催。参加は無料。無くなり次第終了となります。

《わくわくどーむ7月の休館日》 7月1日(月) ※3～11月(8月は除く)は毎月第1日曜日、12～2月は毎週日曜日がお休みです。