

生涯学習体験教室参加者募集!!

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日の教室内容が変更となる場合があります。

朝霞市生涯学習ボランティアバンク登録者が講師となり、講師が持つさまざまな知識や経験、優れた技術や技能を地域に還元します。参加する皆さんと一緒に作り上げていく生涯学習体験講座です。

教室番号	教室名・内容・講師	日時	会場	費用	定員
25	100歳は夢でないー老後の生き方を考える 元気で幸せに暮らすキーワードを、皆さんと一緒に考える機会を作りました。 講師/岡野誠一さん 持ち物/筆記用具	12月7日(月) 午前10時~11時30分	ゆめばれす (市民会館)	無料	20人

対象/市内在住、在勤または在学の方 ※申込多数の場合は抽せん。 ※申込期間終了後、受講に関する通知を郵送します。

申込方法/電話、FAXまたはメールで。FAX、メールの場合、タイトルに「体験教室参加希望」と明記のうえ、住所、氏名(ふりがな)、日中連絡のとれる電話番号、教室番号、教室名を記入し、**11月16日(月)【必着】**までに生涯学習・スポーツ課へ。

※FAX番号・メールアドレスの間違いには十分ご注意ください。また、電話で送達をご確認ください(月~金曜日の午前9時~午後5時)。

市民企画講座のお知らせ (日時・会場はやむをえず変更する場合があります。詳細は講座の問い合わせ先にご確認ください。)

NPO法人朝霞ぐらんぱの会主催事業 『そうだったのか! 子どもの行動 パートII』

日時/11月8日(日) 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/保育士 茂木厚子さん 定員/30人(先着順) 費用/無料

申込方法/電話またはメールで事前申込。氏名と電話番号をお伝えください。

☎/京野 ☎080-5685-4515 ✉yk4668216@gmail.com

朝霞基地跡地の自然を守る会主催事業 【フィールドワーク】朝霞の森遊歩道のみどりをみんなで育てよう ~シンボルロードを専門家と歩き、見て学びます~

日時/11月15日(日) 午後1時30分~3時30分

集合/市役所前広場(朝霞郵便局前・ハローワーク隣)

※小雨決行。荒天の場合、中央公民館で座学に変更します。

講師/造園業・泉翠株式会社専務取締役 千田稔さん 定員/30人(先着順) 費用/無料

申込方法/当日直接会場へ ※参加にはマスクの着用をお願いします。

☎/大野 ☎090-5209-9467 ✉asaka_kichimondai@yahoo.co.jp

NPO法人あさか市民大学主催事業 朝霞の生涯学習を体験して学ぼうーその5

⑤やってみよう、使ってみようリモート講座 ~パソコン持参でリモート講座を実施体験~

日時/11月17日(火) 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/あさか市民大会員 定員/10人(先着順) 費用/300円(資料代など) 持ち物/パソコン、筆記用具

申込方法/電話またはメールで事前申込。氏名と電話番号をお伝えください。

☎/川池 ☎090-5219-0262 ✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

年金者組合朝霞支部主催事業 高齢期を穏やかに過ごす“物と心の整理術”

日時/11月24日(火) 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/あんしんネット事業部 部長 整理コーディネーター 石見良教さん 定員/45人(先着順)

費用/無料 申込方法/当日直接会場へ ☎/田之岡 ☎090-2414-0532



スポーツ・レクリエーションに掲載した大会・行事は、新型コロナウイルスの影響で、中止や内容を変更する場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。

＊ 市民体育賞受賞おめでとうございます ＊ (順不同、敬称略)

【体育功労賞】

野球連盟 島田恒一 相撲連盟 齊藤孝仁
 卓球協会 椿勇治 合気道部 石黒昌広
 ソフトテニス連盟 上原康男・上原久美子
 スキー連盟 橋本和昌 テニス協会 稲田純次
 ソフトボール協会 遠藤敏昭・森下明美
 レクリエーション協会 朝霞ジョギングクラブ
 大神博史・大石光利

【地区功労賞】

20年表彰状 山田真理子・大川玲子(上の原)、加登京子(東南部)

10年表彰状 該当者なし

5年感謝状 伊藤千香(東南部)

【優秀選手賞】

バドミントン 吉野羽都希・大澤史和
 スキー 高橋未羽 スピードスケート 奥野湖々奈
 テニス 青木亮子 サッカー 土方麻椰
 空手道 堀恵多・上野翔太・熊谷拓也

※表彰式に欠席された方は令和3年3月31日(水)までに生涯学習・スポーツ課までお越しください。

第34番 水潜寺 秩父札所巡りここに結願 難易度★☆☆ 約13km 主催/朝霞市歩こう会

日・集/12月20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→秩父鉄道皆野駅→水潜寺→秩父鉄道皆野駅 対/小学生以上(小学生は保護者同伴) 参/300円(保険代等) 縮/12月4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、電話番号を記入のうえ、生涯学習・スポーツ課へ。参加決定の通知はいたしません。当日は直接集合場所へ。
 問/前川 ☎464-5394

第7回フタバカップジュニアソフトテニス大会 主催/朝霞市ソフトテニス連盟

日/12月19日(土) 午前9時15分開会式 会/青葉台公園テニスコート 対/小学生(高学年男子・女子団体戦)
 参/1人500円 縮/12月6日(日)
 申・問/安岡秀人 ☎080-3523-7563
 安岡亮 ☎080-1238-6525

体育施設臨時休館日(11月・12月)

総合体育館・武道館 11月9日(月)・12月14日(月)
 滝の根テニスコート 11月2日(月)・16日(月)～20日(金)
 12月7日(月)・21日(月)

よこそ！
あさかの生涯学習へ

★★スポーツ教室のご案内★★(11月～)

主催/(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社

	教室名・内容	日時・会場等
1	ASAKA フィジカルトレーニングクラブ(第4期) ①競技力向上クラス ②ボディメイク・ダイエットクラス ③健康増進クラス	日/11月30日、12月7・14・21日、1月4・18日(すべて月曜日) ※雨天順延 予備日あり 午後7時30分～8時45分(全6回) 会/中央公園陸上競技場 対/市内在住・在勤・在学の中中学生以上 定/50人 参/4,500円 縮/11月14日(土)
2	relax ヨガレッスン(第3期) 腹式呼吸を行い、ヨガで心身をリフレッシュしませんか。無理なく始められる初級クラスです。 【受付先着順】	日/12月15日～3月16日 予備日3月23日(12月29日、祝日を除く毎火曜日) 午前10時～11時(全12回) 会/武道館 対/18歳以上 定/30人 参/6,500円 縮/12月14日(月)
3	はじめてピラティス and... (第3期) ピラティスボールを使い、体幹を鍛える初級ピラティスです。1日の始まりをすっきりしましょう。【受付先着順】	日/12月16日～3月10日 予備日3月17日(12月30日を除く毎水曜日) 午前10時～11時(全12回) 会/武道館 対/18歳以上 定/30人 参/6,500円 縮/12月14日(月)
4	refresh 骨盤体操(第3期) バランスディスクを使いながら、骨盤のゆがみをリセットしましょう。楽しくエクササイズしませんか。【受付先着順】	日/12月17日～3月18日 予備日3月25日(12月31日、祝日を除く毎木曜日) 午前10時～11時(全12回) 会/武道館 対/18歳以上 定/30人 参/6,500円 縮/12月14日(月)

申し込みを受け付けています。詳しくは公社ホームページまたは直接総合体育館にお問い合わせください。

2・3・4の教室：11月1日(日) 午前9時から受付(先着順) ※1の教室は申込多数の場合、抽せん

申/《公社ホームページ申込フォーム》紙面上部のコードからアクセスし、必要事項を入力

《往復はがき》教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、メールアドレス、保護者名(1の教室で中学生の方のみ)をご記入のうえ、総合体育館宛てに郵送

他/開催日は、やむをえず変更する場合があります。ご了承ください。事業開催に際しては、新型コロナウイルス感染症の予防対策を行いますので、ご協力をお願いします。 問/総合体育館

日日時 会会場 集集場所 種種目 対対象 定定員 参参加費 縮縮め切り 持持ち物 申申し込み 他その他 問問い合わせ

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

～朝霞市博物館・埼玉県立自然の博物館共催～ 埼玉県立自然の博物館 研究発表会

県立自然の博物館の学芸員が、午前中は「むさしのフロントあさか」にちなみ武蔵野台地をテーマに講演を、午後は植物・昆虫・古生物・動物の分野から研究発表を行います。



～プログラム(予定)～

- 10:35～ 講演会① 主任学芸員 井上素子さん
「足元を知ろう!武蔵野台地の成り立ち」
- 11:20～ 講演会② 学芸員 木山加奈子さん
「文化財にみる武蔵野の自然と人とのかわり-天然記念物を中心に-」
- 12:00 休憩
- 13:00～ 研究発表① 学芸員 鐵慎太郎さん
「新人学芸員から見た埼玉の植物の面白さ」
- 13:30～ 研究発表② 学芸員 半田宏伸さん
「セイボウの生態学-ついに発見 絶滅危惧種ムサシトゲセイボウ-」
- 14:10～ 研究発表③ 学芸員 山岡勇太さん
「化石から紐解く海産貝類の進化」
- 14:40～ 研究発表④ 学芸員 奥村みほ子さん
「埼玉のネズミ事情」

日時/12月5日(出) 午前10時30分～午後3時10分
 対象・定員/どなたでも・30人(申込多数の場合、抽せん)
 会場/朝霞市博物館 講座室
 申込方法/11月24日(火)【必着】までに以下のいずれかの方法で。

<インターネットでの場合>

埼玉県立自然の博物館ホームページ内の「応募フォーム」から

<郵送の場合>

往復はがきに参加者全員の氏名、電話番号、研究発表会参加希望と明記のうえ、埼玉県立自然の博物館宛てに送付

送付先: 〒369-1305 埼玉県秩父郡長瀬町長瀬1417-1
 問/埼玉県立自然の博物館 ☎0494-66-0407

展示およびイベント中止のお知らせ

今年度実施を予定しておりました以下の展示およびイベントは中止となりました。また、今後実施予定の事業も変更・中止の可能性がります。その際は市ホームページにてお知らせします。

<博物館>

・令和2年度企画展および体験教室

<文化財保護係>

・旧高橋家住宅活用事業「手打ちうどんをつくる」
 「収穫祭」および「郷土の伝統芸能鑑賞教室『根岸野謡』」

古文書講座

歴史資料を学ぶために必要な古文書の読み方が学べます。初心者から学習できるので、お気軽にどうぞ! (連続6回)

講師/立正大学特任講師 栗原健一さん

日時/令和3年1月24日・31日、2月14日・28日、

3月7日・14日 すべて日曜日 各回午前10時～正午

対象・定員/どなたでも・30人 会場/博物館 講座室

申込方法/12月18日(金)【必着】までに、市ホームページの申し込みフォーム、はがきまたは博物館窓口で。

※はがきの場合、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、古文書講座受講希望と明記のうえ、朝霞市博物館宛てに送付。

※申込多数の場合、初めてご参加される方を優先のうえ抽せんし、締め切り後1週間以内に結果を送付します。

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(祝日にあたる日は開館)、
 祝日の翌日(土日にあたる日は開館)、12月27日～1月4日

※第4金曜日は館内整理のため休館していますが、文化財課の業務は館内事務室にて行っています。
 ※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(臨時開館・休館の日は除く)。

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	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					

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	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		



～根岸台に残る、江戸時代の武蔵野の農家風景～

国指定重要文化財 旧高橋家住宅からのお知らせ

～旧高橋家住宅歳時記～ 荒神様

重要文化財旧高橋家住宅では、日本に古くから伝わる行事を、展示を通して紹介しています。

11月は、火の神・かまどの神とされる荒神のおまつり「荒神様」の様子を展示します。

荒神は「おかまさま」とも呼ばれ、かまどの近くに神棚を作ってまつられます。旧暦10月は「神無月」と呼ばれ、島根県の出雲大社に日本中の神が集まるといわれますが、荒神も出雲に出かけるとされ、荒神が出雲に向かって旅立つ日、いったん家に戻る日、帰ってくる日のことを特に「荒神様」と呼びます。

「荒神様」は、月遅れで行われることが多く、10月31日が出雲へ出発する「お旅立ち」、11月15日がいっぱい家に戻る「中帰り」、



11月30日が出雲から家に帰ってくる「おちつき」と呼ばれています。「お旅立ち」には「土産団子」と呼ばれる団子を供え、「おちつき」には小豆がゆやうどん、「おちつきそば」と呼ばれるそばを打って供え、出雲まで出かけてきた荒神を労います。

荒神は、「出雲から縁談を持って帰ってくる」という言い伝えがあることから縁結びの神ともされ、また、子どもの守り神ともされており、さまざまに信仰されてきた神でもあります。

※旧高橋家住宅での展示は、10月30日(金)～12月2日(火)を予定しています。

旧高橋家住宅 利用案内

開園時間 午前9時～午後4時30分

休園日 月曜日(祝日の場合は開園)、12月27日～1月4日
 祝日の翌日(土・日曜日にあたる日は開園)

住所 朝霞市根岸台2-15-10 (根岸台市民センター隣)

問い合わせ 文化財課文化財保護係 ☎463-2927

みんなの図書館

朝霞市立図書館（本館） 〒351-0016 青葉台1-7-26
 ☎466-8686 FAX 466-8441 ✉tosyo@city.asaka.lg.jp
 北朝霞分館 〒351-0033 大字浜崎669-1
 ☎470-6011 FAX 470-6013 ✉tosyobun@city.asaka.lg.jp

♪ほんかんの催し物♪

事前申込制の催し

うさみみタイム(幼児・児童向け)

日時／11月5日・12日・19日・26日、12月3日
 すべて木曜日 午後3時～

会場／おはなし室

内容／絵本や紙芝居の読み聞かせ

定員／各回7人

申込方法／窓口、電話、メール、FAXによる事前申込

参加希望日1週間前の木曜日午前10時から前日までに、住所、氏名、電話番号を図書館（本館）へお知らせください。

※空きがあれば当日参加も可能です。



おはなしくらぶ(乳幼児向け)絵本の読み聞かせ

日時／11月23日(月・祝) 午前11時30分～正午

会場／展示集会室

定員／10組

申込開始／11月1日(日) 午前10時～(先着順)

申込方法／メールによる事前申込

件名に「おはなしくらぶ申込」、住所、氏名、電話番号を図書館（本館）へお送りください。

事前申込不要の催し

松の木読書会

日時／11月13日(金) 午前10時～正午

会場／和室

内容／「おらおらでひとりいぐも」若竹千佐子

親子でご参加ください

申込制 入場無料

「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

日時／11月17日(火) 午後3時～

会場／産業文化センター 2階 研修室兼集会室3

内容／手遊びと読み聞かせ

定員／20人(申込多数の場合は抽せん)

申込期限／11月10日(火) 午後5時まで

申込方法／窓口、電話、メールにて受付します。

申込時に、住所、氏名(ふりがな)、電話番号をお伝えください。

問／図書館北朝霞分館



11・12月の図書館のおやすみ

●本館の休館日

11月／10日(火)、27日(金) 12月／8日(火)・18日(金)

※12月25日(金)は開館します。

●分館の休館日

11月／11日(水) 12月／9日(水)・24日(水)

◆臨時休館(蔵書点検) 11月26日(水)～12月3日(水)

●本館・分館 年末年始の休館日

12月28日(月)～1月4日(月)

●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)

●公民館図書室臨時休室日

※各公民館図書室は蔵書点検のため、臨時休室となります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

11月5日(水)東朝霞公民館 11月19日(水)西朝霞公民館

12月3日(水)南朝霞公民館 12月8日(火)内間木公民館

12月10日(水)北朝霞公民館 12月17日(水)中央公民館

ブックスタートパックをお渡しします！

4か月児健診(保健センター)でブックスタートを受けられなかった方へ、ブックスタートパック(絵本2冊、図書館からの小冊子、ブックスタートのご案内)をお渡しします。

対象／市内在住の令和元年12月生まれ以降の赤ちゃんとお保護者の方

※原則1歳到達までです。

持ちもの／母子健康手帳 配布場所／図書館(本館・北朝霞分館)

問／図書館本館

◆ブックスタートとは、絵本を通して赤ちゃんとお保護者が楽しい時間を過ごすことを応援する1992年イギリス発祥の運動です。



新着図書を紹介

()内は所蔵館とコーナー名

一般書

未だに動脈硬化症を防ぐ生活と食事(本館・分館 実用書B) 松原英多/監修 辰巳出版 493.2ミドリ

灯台からの響き(本館・分館 日本文学) 宮本輝/著 集英社 Wミヤ

児童書

おふろにはいろ(本館・分館 児童コーナー) 三浦太郎/さく・え 童心社 Eアカ

お願い 図書館をご利用の際は、駐車台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関のご利用をお願いします。

☆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。

よこそ！
あさかの生涯学習へ

公民館の

ひろば

施設名	電話番号	住所	11月の休館日
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	11/2・9・16・23・30
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	11/1・3・9・15・23・24・29
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	11/1・3・9・15・23・24・29
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	11/2・3・8・16・22・23・30
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	11/1・3・9・15・23・24・29
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	11/2・3・8・16・22・23・30

※番号はお間違えのないようにお願いします。

特に記載のないものは、どなたでも参加することができます。お気軽に申し込みください。

北朝霞
公民館

教養講座 米袋エコバッグを作ろう

丈夫な米袋（再利用袋）をエコバッグに変身させて使ってみませんか。

日時/11月18日(水) 午前10時～11時30分

対象/成人 定員/8人

講師/日本デコラージュ協会講師 磯貝佳子さん

費用/250円（材料費）

申込期限/11月12日(水) 午後1時まで



東朝霞
公民館

さわやか健康教室 免疫力Up! 気功体験

呼吸を整えることは、免疫力を高めるのに効果的です。運動が苦手な方も安心して参加できます。

日時/11月20日(金) 午前10時～11時30分

対象/おおむね65歳以上 定員/10人

講師/朝霞市社会福祉協議会 吉川美津子さん

申込期限/11月12日(水) 午後1時まで

北朝霞
公民館

映画会

ほのぼののプーさんと森の仲間たちがくり広げる「お話びっくり箱」。クラシックなプーさんをお楽しみください。

日時/11月21日(土) 午前10時～11時

定員/35人（先着順） 作品/プーさんのびっくり箱

申込方法/当日直接会場へ ※来場者多数の場合は、入場をお断りさせていただく場合があります。

中央
公民館

人権教育講座 思いやりの心を大切に

「癌で妊婦で45歳です」の著者が、自身の経験や最近の出来事を題材に、相手の立場に立つとは何か、思いやりの心を皆さんと一緒に考えます。

日時/11月25日(水) 午後2時～4時 定員/50人

講師/森田美佐子さん 持ち物/筆記用具

申込方法/市ホームページの申し込みフォーム、はがきまたは中央公民館窓口で。住所、氏名（ふりがな）、年代、電話番号を明記してください。※はがきで申し込みの場合は、〒351-0016 朝霞市青葉台1-7-1 朝霞市中央公民館 人権教育講座宛て に郵送。

申込期限/11月17日(火) 【必着】

※手話通訳あり。

東朝霞
公民館

生活教養講座 ライフプランと資産運用のはじめの一步!

この時代を乗り切るために、学んでみませんか? 初心者にも分かりやすく解説していただきます。

日時/11月28日(土) 午前10時～正午 定員/15人

講師/日本証券業協会 金融・証券インストラクター 岡田由美子さん

申込期限/11月19日(水) 正午まで

中央
公民館

さわやか健康教室 椅子ヨガ講座

椅子を使ったヨガやストレッチを行います。体が硬い方や初心者も安心して参加できます。

日時/12月3日(水) 午前10時～11時30分

定員/20人

講師/ヨガインストラクター 渋沢典子さん

持ち物/動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物

申込方法/市ホームページの申し込みフォーム、はがき、中央公民館窓口で。住所、氏名（ふりがな）、年代、電話番号を明記してください。※はがきで申し込みの場合は、〒351-0016 朝霞市青葉台1-7-1 朝霞市中央公民館 さわやか健康教室宛て に郵送。

申込期限/11月26日(水) 【必着】

内間木
公民館

快適せいかつ講座 手作りマスクでおしゃれに!

ミシンを使って、丈夫でより快適な立体マスクとケースを作ります。

日時/11月28日(土) 午前10時～正午 対象/成人

定員/7人 講師/サイトウカーテンの皆さん

費用/500円（材料費）

保育/1歳以上の未就学児（定員4人）

持ち物/マチ針、はさみ、定規

申込期限/11月19日(水) 午後3時まで



※イメージ

内間木
公民館

快適せいかつ講座 はじめての篆刻～自分だけの印をつくらう～

ひらがなや漢字で書いた文字を石に彫って、印を作ります。年賀状や絵手紙に素敵なアクセントを!

日時/12月3日(水) 午前10時～正午

定員/12人 講師/篆刻師範 小松章子さん

費用/500円（材料費） ※道具は用意します。

申込期限/11月24日(火) 午後3時まで



北朝霞
公民館

教養講座 薬味・スパイスの効能

薬味とスパイスの薬効を学び、美容と健康の増進に役立てましょう。脳トレタイムもあります。

日時/12月5日(土) 午後1時30分～2時30分

対象/成人 定員/12人

講師/管理栄養士 木村倫代さん 持ち物/筆記用具

申込期限/11月25日(水) 午後1時まで

- ・申込方法は、各イベントの申込期限までに電話または企画実施公民館窓口で受け付けます。
- ・別途申込方法が記載されている場合はそちらをご利用ください。
- ・申込多数の場合、市内在住者優先のうえ抽せんします。
- ・申込結果は、はがきまたは封書にてお知らせします。
- ・特に記載のないものは費用無料。費用は原則当日徴収します。