



10月20日は世界骨粗鬆症デー
丈夫な骨の為に身体を動かそう！



乳幼児と保護者の方へ

内容	日時	会場	対象	その他
離乳食ステップアップ教室	11月16日(木) 午前10時～11時45分	保健センター	令和4年12月～令和5年4月生まれの第1子の保護者	申/10月5日(木)から電話で(先着20組)
マタニティ教室	12月9日(土) 午前10時～正午または午後1時30分～3時30分		令和6年3～5月出産予定の初妊婦・パパになる方	内容/もく浴・妊婦体験、DVD上映 申/10月5日(木)から電話で(先着24組)
乳幼児健康診査	詳しい日程は、市ホームページをご確認ください。			



成人の方へ

内容	日時	会場	対象	その他
こころの健康相談	10月19日(木) 午後1時15分～2時15分	保健センター	精神面の健康に心配のある方や、認知症や精神障害のある方とその家族	申/相談日の3日前までに電話で
大人の歯の健診	10月26日(木) 午後1時30分～4時		市内在住で16歳以上の方	内容/歯科健診・ブラッシング相談 申/電話で(各20人) ※年度内1回のみ
女性の骨密度測定	10月15日(日)・16日(月)、 11月28日(火) 午前10時～11時30分または午後1時30分～3時		昭和57・52・47・42・37・32・27年6月1日～翌年5月31日生まれの女性	内容/骨密度測定・健康セミナー 申/市ホームページの申込フォーム・電話・窓口で(各日定員200人。先着順) ※年度内1回のみ
30代のヘルスチェック乳・子宮頸がん検診	12月15日(金)・16日(土) 午前9時～11時30分、午後1時30分～3時30分		申/10月27日(金)～11月15日(木)に、市ホームページの申込フォーム・窓口・はがきで ※集団で受ける健(検)診です。詳細は、市ホームページをご確認ください。	

市民伝言板

市内の公共施設で定期的に活動している団体の行事案内・会員募集を掲載しています。掲載を希望される方は市ホームページをご確認ください。



問/シティ・プロモーション課
☎463-3059

記載のないものは、費用/無料 対象/どなたでも 申込方法/当日直接会場へ
※市外局番のない電話番号等の市外局番は(048)です。

行事案内

<ギター彷徨59年>

石丸興明ギターの調べ

日時/10月15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
申込方法/電話で その他/アレンジ協奏曲、オーソレ・ミオ他
主催/チェックギター友の会 問/石丸
☎090-6346-3542

MI's なかよしえいごのハロウィンパーティ

日時/10月21日(土) 午前10時30分～11時20分
会場/宮戸市民センター 費用/800円
対象/未就園児と保護者 申込方法/電話またはフェイスブックで
その他/ハロウィンの歌やアクティビティを一緒に楽しみましょう。ぜひ仮想でご参加ください。
主催/MI's なかよしえいご 問/阿部 ☎090-9291-0117

アンサンブル・キララ 結成20周年記念演奏会

日時/10月9日(月・祝) 午後1時～3時
会場/ゆめぱれす(市民会館) その他/金管楽器による生演奏をぜひ聞きに来てください。
主催/アンサンブル・キララ 問/海老名 ☎090-7016-6881

全国一斉司法書士無料法律相談

日時/10月4日(水) 午後2時～4時
会場/産業文化センター その他/登記・供託・訴訟手続、成年後見業務など
主催/埼玉司法書士会志木支部 問/渡邊 ☎473-7022

可能性を広げる赤ちゃんの発達講座

日時/10月31日(火) 午前10時～11時45分
会場/中央公民館・コミュニティセンター
対象/育児中または育児支援をしている方
申込方法/右のコードで 主催/特定非営利活動法人 美えな塾
問/片山 ☎090-6485-5608

第4回朝霞地区薬剤師会市民フォーラム

日時/11月5日(日) 午前10時30分～午後4時30分
会場/志木市民会館仮設会議室(マルイファミリー志木8F)
対象/市内在住の方 その他/薬剤師によるおくすり相談、血流測定、キッズファーマシーなど
主催/問/(一社)朝霞地区薬剤師会 ☎483-4125

会 員募集

西卓クラブ(卓球)

日時/毎週火・土曜日 午後5時～9時30分
会場/西朝霞公民館 入会金/1,000円 費用/前・後期 各1,000円
対象/成人(初心者を除く) その他/入会前の見学・練習参加可
問/菅原 ☎466-8896

西彩会(水彩画)

日時/毎月第1・2・3木曜日 午前9時30分～午後4時
会場/西朝霞公民館 入会金/1,000円 費用/月1,000円
対象/水彩画を書いてみたい方 その他/都合の良い時間帯に自由参加。見学随時OK
問/安達 ☎a.fusa.fusa9@gmail.com

わくわく田島緑地広場の会

日時/雨天以外は毎日実施(時間に決まりはなし)
会場/田島緑地 その他/景観が良い広場です。芝生整備などのボランティア作業です。健康維持にいかがですか
問/片田 ☎080-2146-5134

バレエ・ザ・ティンクル (モダンバレエ&コンテンポラリー)

日時/月3回土曜日 午後3時30分～4時30分
会場/中央公民館・コミュニティセンター
対象/3歳～小学生 その他/バレエや体を動かすことに興味のある方。まずは一歩体験から♪
問/田上 ☎090-3593-6722