

生涯学習体験教室参加者を募集します!!

教室番号	教室名・講師	日時	会場	費用	定員
11	100歳は夢でないー老後の生き方を考える 講師／岡野誠一さん	10月1日(火) 午前10時～11時30分	北朝霞公民館	無料	15人
12	カンタン遺言書作成セミナー 講師／彩相統相談所 藤田孝久さん	10月6日(日) 午後1時～3時	産業文化センター	無料	20人
13	切り絵教室 講師／加藤三郎さん	10月7日(月) 午後1時30分～4時30分	膝折市民センター	無料	10人
14	笑い健康法・オキシトシン療法 講師／恩田邦彦さん	10月10日(休) 午前10時～11時30分	中央公民館・コミュニティセンター	無料	20人
15	ヨガ教室 講師／五十嵐玲子さん	10月20日(日) 午前10時～11時	弁財市民センター	無料	20人
16	おひとり様とおふたり様の安心の終活 5つの備え 講師／正木隆雄さん	10月26日(土) 午後1時30分～3時	産業文化センター	無料	20人

対／市内在住・在勤・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／9月13日(金)【必着】までに電話、FAX または右のコードで

※詳しくは、市ホームページや市内公共施設に設置するポスター・チラシをご確認ください。



市民企画講座

主催 年金者組合朝霞支部

「マイナカードの問題点」

回／9月14日(土) 午後1時30分～

「笑いの神さま」

回／10月1日(火) 午後1時30分～

問／木村 ☎080-2255-2367

主催 朝霞基地跡地の自然を守る会

「朝霞市みどりの基本計画づくりを学ぶ～今年から改訂作業開始、市民参加で作りましょう～」

回／10月5日(土) 午後1時30分～4時

問／大野 ☎090-5209-9467

共通事項 会／中央公民館・コミュニティセンター 申／当日、直接会場へお越しください。

※日時・会場についてはやむをえず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。

第63回朝霞市文化祭 将棋大会・囲碁大会・第6回音楽祭 参加者募集

【将棋大会】回／10月27日(日) 午前9時30分～(集合：午前9時) 対／市内在住の方

定／20人(事前申込制・先着順)

【囲碁大会】回／11月10日(日) 集合：午前9時15分

対／朝霞・和光・志木・新座市在住で3級～有段者の方 定／32人(事前申込制・先着順)

会／中央公民館・コミュニティセンター

申／はがきに、大会名・住所・氏名・年齢・電話番号・棋力(段・級)を記入し、次の宛先へ

将棋：〒351-0014 膝折町4-3-27 朝霞市将棋愛好会 三上勉宛て(10月15日(火)【必着】)

囲碁：〒351-0007 岡3-27-30-402 朝霞市囲碁連盟 菊池孝久宛て(11月3日(日・祝)【必着】)

【第6回音楽祭】回／11月10日(日) 午後2時開演 会／ゆめぱれす(市民会館) ホール

申／10月28日(月)までに、電話・FAX・メールで。詳しくはお問い合わせください。

問／吉見 ☎・FAX：080-0777-0277 ✉eteru@f2.dion.ne.jp

回日時 会会場 対対象 定定員 申申し込み 問問い合わせ

第69回 朝霞市民スポーツ大会(旧・市民体育祭) 10月13日(日) 午前8時開会

会場／中央公園陸上競技場(雨天中止)

当日参加者チームで地区対抗(オープン)種目にしよう! 玉入れ・チームジャンピング・綱引きに参加する人を募集します。詳しくは市ホームページで。

自由参加種目／100m競走・50m競走・みんなでかけっこ・障害物競走・パンつかみ取り競走・親子動物競走・スポーツ〇×クイズ
エキシビション／実業団等による男子3000m走・女子1500m走
地区対抗種目／大玉リレー・玉入れ・チームジャンピング・綱引き・年代別リレー

競技に参加すると“お菓子”と“スピードくじ”がもらえます!

当選者には、スポーツ用品や朝霞市キャラクターぽぽたんのグッズなどをプレゼント!



第63回 朝霞市ロードレース大会 11月23日(土・祝) 午前8時30分開会

※当日は、中央公園および青葉台公園周辺の道路が交通規制されます。

会場／中央公園陸上競技場 主催／朝霞市教育委員会・朝霞市スポーツ協会



参／1人500円(種目:ふれあい1組1,000円) ※当日納入 締／10月4日(金)【当日消印有効】
申／市ホームページの電子申請または生涯学習・スポーツ課、総合体育館、各公民館などにある申込書(9月上旬頃配置予定)に記入のうえ、生涯学習・スポーツ課へ持参

おごせ おお たか とり やま かつら ぎ かん のん 越生の秋を大高取山376mから桂木観音へ 難易度★★☆ 約9km 主催／朝霞市歩こう会

日・集／10月26日(土) 午前7時30分 北朝霞駅東口広場(雨天決行) 行程／朝霞台駅→越生駅(降車)→大高取山→桂木観音→越生駅 対／小学生以上(小学生は保護者同伴) 参／300円(保険代等) 持／弁当・水筒・雨具・ストック等 締／10月11日(金) 申／はがきにコース名、参加者全員の住所・氏名・電話番号を記入し、生涯学習・スポーツ課へ 問／前川 ☎464-5394

第34回 24時間リレーマラソン

主催／朝霞ジョギングクラブ

日／9月7日(土)～8日(日) 午前10時～翌午前10時
会／中央公園陸上競技場外周ジョギングコース
種／タスキリレー方式の周回マラソン 参／無料
申／個人:直接会場受付で チーム:事前予約制・問い合わせ先で予約 問／早川 ☎090-2468-8754

文化・スポーツ振興公社からのご案内

【教室のご案内】

relax ヨガレッスン (午前9時30分～10時30分)
はじめてピラティス and... (午前10時45分～11時45分)
日／9月30日(月)～令和7年2月17日(月) 全12回
会／総合体育館 対／18歳以上の方 定／各40人
参／6,000円 締／9月9日(月)必着

【イベントのご案内】

親子ふれあいサッカー
日／10月27日(日) 1部:午前9時～10時30分、2部:午前11時～午後0時30分、3部:午後1時～2時30分
※雨天等中止 会／中央公園陸上競技場 対／各部対象のお子さんとその保護者 1部:5～6歳の未就学児、2部:小学1～2年生、3部:小学3～4年生 定／各24組48人 参／2,500円 締／10月3日(木)必着

共通事項 申／公社ホームページの申込フォームまたは往復はがきで ※詳細は、公社ホームページをご確認ください。 問／総合体育館

市民総合スポーツ大会 卓球大会

主管／朝霞市卓球協会

日／10月20日(日) 午前8時30分 会／総合体育館
種／小学生(男女一緒)・中学生・一般・40歳以上・50歳以上・60歳以上(各男女別) 1人1種目 対／市内在住・在学・在勤の方、朝霞市卓球協会員 参／小学生無料・中学生200円・高校生以上500円 締／10月9日(火) 申／総合体育館設置の申込書に必要事項を記入し、総合体育館に持参または郵送 問／茂木 ☎461-8397

第10回秋桜カップ 主催／朝霞市テニス協会

日／10月27日(日)～11月17日(日) 会／青葉台公園テニスコート 種／ダブルス 対／男子A/B、女子A/B
参／非協会員2,500円、協会員2,000円(保険代含) 締／10月9日(火) 申／協会ホームページで 問／朝霞市テニス協会 ☐asakatennis.office@gmail.com

体育施設臨時休館日(9月・10月)

総合体育館 9月9日(月)、10月7日(月) 武道館(改修工事中) 4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

滝の根テニスコート 9月2日(月)・17日(火)、10月7日(月)・21日(月)

内間木公園テニスコートは9月1日(日)から利用を再開します。詳しくは、市ホームページ等をご確認ください。

日日時 会会場 集集場所 種種目 対対象 定定員 参参加費 持持ち物 締締め切り 申申し込み 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
旧高橋家住宅	〒351-0005 根岸台 2-15-10 （根岸台市民センター隣）	☎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

旧高橋家住宅活用事業「さつまいも掘りをしよう！」参加者募集

旧高橋家住宅の畑で、ボランティアの皆さんが育てたさつまいもを掘ってみましょう。

日時／10月12日(土) 午前10時～11時30分

※雨天中止

会場／旧高橋家住宅 **対象**／どなたでも

定員／10組（1組4人まで・申込多数の場合、抽せん）

締め切り／9月20日(金)【必着】

申込方法／往復はがきで、往信欄に参加希望者全員の住所・氏名（ふりがな）・年齢（学年）・電話番号・「さつまいも掘り希望」、返信欄に住所・氏名を記入し、文化財課文化財保護係宛てに郵送

※小学生以下の方は、保護者と一緒に申し込みください。



テーマ展示 「朝霞市県展作品展」



「渉り」彫刻
埼玉県美術家協会賞

第72回埼玉県美術展覧会（県展）に出品された市内作家の入選作品等をご紹介します。

日時／9月14日(土)～29日(日)

午前9時～午後5時（入館無料）

会場／博物館 展示室

市指定文化財「溝沼獅子舞」 奉納舞のお知らせ



「溝沼獅子舞」は溝沼地区に古くから伝承されてきた、地域の安全や悪魔ばらい・疫病ばらいの願いが込められた、大獅子・中獅子・女獅子の3匹による獅子舞です。起源や由緒は定かではありませんが、江戸時代には舞われていたと伝えられています。溝沼獅子舞保存会のみなさんによって大切に保存・継承され、春と秋に溝沼氷川神社で奉納舞が行われています。郷土に伝わる貴重な民俗芸能をご覧ください。

日時／10月6日(日) 午後2時開始予定

※雨天の場合、中止となることがあります。日程の変更等がある場合は、市ホームページ等でお知らせします。

会場／溝沼氷川神社（溝沼6-23-1）

※駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください。

9月のおやすみ

●博物館・旧高橋家住宅

2日(月)・9日(月)・17日(火)・24日(火)・30日(月)

●埋蔵文化財センター

2日(月)・9日(月)・17日(火)・24日(火)・27日(金)・30日(月)



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 ㊟466-8441 ㊟tosyo@city.asaka.lg.jp
北朝霞分館 〒351-0033 大字浜崎669-1
☎470-6011 ㊟470-6013
㊟tosyobun@city.asaka.lg.jp

図書館ホームページ



♪図書館（本館）の催し物♪ ㊟／図書館（本館）

おはなしくらぶ（乳幼児向けの読み聞かせ）

㊟／9月20日（金） 午前11時30分～正午
㊟／視聴覚室 ㊟／16組（先着順）

うさみみタイム（幼児・児童向けの読み聞かせ）

㊟／9月5日・12日・19日・26日
毎週木曜日 午後3時～
㊟／視聴覚室
㊟／各回16組（先着順）



「松の木読書会」

『火花』又吉直樹
㊟／9月13日（金） 午前10時～
㊟／読書活動支援室

♪北朝霞分館の催し物♪ ㊟／図書館北朝霞分館

北朝霞分館の絵本のよみきかせ ㊟申込制

㊟／9月17日（火） 午後3時30分～
㊟／産業文化センター2階 研修室兼集会室1
㊟／30人 ※先着順。定員に満たない場合、当日受付可
㊟／窓口・電話・メールで、住所・氏名（ふりがな）・電話番号をお伝えください。

シネマライブラリー

作品／「はじまりの歌」（73分・2013年作品）
作：荒井修子 主演：松本潤
㊟／10月5日（土） 午後2時～
（受付：午後1時30分～）
㊟／視聴覚室 ㊟／図書館（本館）

「ティーンズコーナー」ってどんなところ？

図書館本館には、中学生・高校生を中心としたティーンエイジャーの皆さんにおすすめの本を集めた“ティーンズコーナー”があります。ティーンズコーナーには、小説や実用書はもちろん、進路に悩む10代の皆さんにぜひ見てほしい進路コーナーや、自由に投稿できる「青少年の主張」BOX、季節や行事に合わせた展示コーナーなど、さまざまな棚があります。

最近アニメ化されたライトノベルなど話題の新刊から、勉強や課題のお供になる学術書まで、皆さんの生活に寄り添ってくれる資料が目白押しです。

コーナー入口には、毎週新しく入った本にPOPを添えて展示しています。来館時はぜひ、覗いてみてください。



9・10月の図書館のおやすみ

●本館

9月10日（火）・27日（金）
10月8日（火）・15日（火）～24日（休）
（蔵書点検）

●分館

9月11日（水）・26日（休）
10月9日（水）・21日（月）・24日（休）

●公民館図書室臨時休館日

（蔵書点検のため）

西朝霞公民館 10月31日（休）
北朝霞公民館 10月10日（休）
内間木公民館 10月3日（休）

※10月21日（月）は、システム更新のため、公民館図書室も全室、お休みです。

図書館資料を大切に

図書館資料は、借りた方だけではなく、次の利用者、次世代の利用者まで利用する可能性のある、大切な資料です。水濡れや汚れにより、利用できなくなってしまう資料もありますので、図書館資料を大切に利用してください。

図書館資料を汚して・傷つけてしまったら…

・突然の雨で濡らしてしまった ・食べ物・飲み物で汚してしまった 等

⇒乾いたタオル等で、急いで水分等をふき取ってください。

ただし、決してこすらないでください。

・ペットにかまれてしまった ・運んでいる途中でちぎれてしまった

⇒破れたりちぎれたりした場合、セロハンテープ等で修理すると、かえって資料を傷めます。

破損箇所はそのまま、ちぎれた部分も一緒に図書館へお持ちください。



㊟日時 ㊟会場 ㊟定員 ㊟申し込み ㊟問い合わせ

施設名	電話番号	住 所	メールアドレス	施設名	電話番号	住 所	メールアドレス
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	tyuo-kom@city.asaka.lg.jp	南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	minami-kom@city.asaka.lg.jp
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	higasi-kom@city.asaka.lg.jp	北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	kita-kom@city.asaka.lg.jp
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	nisi-kom@city.asaka.lg.jp	内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	utimagi-kom@city.asaka.lg.jp

※番号はお間違いないようお願いします。

公民館のひろば

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。

各公民館の催し物の詳細は、右のコードから
ご確認ください。(市ホームページにリンク
します)



東朝霞公民館

問／☎463-9211

●生活教養講座「論語の世界」

渋沢栄一にも愛読されたあの名言を、丁寧に読み解きます。昨年の講座が好評につき、第2弾の開催です。
日／9月28日(土)、10月5日(土) 午後2時～4時
対／両日参加可能な方 定／20人 講／放送大学埼玉学習センター 打越電也さん 参／無料 持／筆記用具 締／9月11日(水) 申／電話・窓口・右上のコードで

●生活教養講座「LINE デビュー！」

LINEを用いて、今後の生活をエンジョイしませんか？
日／10月2日(水) 午前10時～11時30分 対／スマホの基本操作ができる60歳以上の方 定／20人 講／ソフトバンク株式会社スマホアドバイザー 二宮りえさん 参／無料 持／筆記用具 ※講座では、貸し出しするスマートフォンを使用します。 締／9月17日(火) 申／電話・窓口・右上のコードで

北朝霞公民館

問／☎473-0558

●映画会

アンパンマンと恐竜ノッシーの大冒険のお話です。
日／9月21日(土) 午前10時～11時 対／どなたでも 作品／「それいけアンパンマン恐竜ノッシーの大冒険」 参／無料 申／当日直接会場へ

●子育て講座「ベビーバランスボール」

赤ちゃんと一緒にバランスボールエクササイズを楽しみましょう！
日／9月27日(金) 午前10時～11時30分 対／4か月から1歳未満の赤ちゃんと保護者 定／12組24人 講／ベビーバランスボールインストラクター 小澤美智子さん 参／無料 持／バスタオル1枚、飲み物、ヨガマット（お持ちの方） 締／9月18日(水)午後1時 申／電話・窓口で

●教養講座「空き瓶リメイク」

捨てるの待って！空き瓶を素敵に変身させましょう。
日／10月2日(水) 午前10時～11時30分 対／どなたでも 定／10人 講／日本デコラージュ協会クラフトマイスター 磯貝佳子さん 参／300円（材料費） 持／裁縫道具 締／9月20日(金) 申／電話・窓口・右上のコードで

※先着順などを除き、定員のある講座で申込多数の場合は、市内在住者を優先し、抽せんとなります。

内間木公民館

問／☎456-1055

●さわやか健康教室「今日から始める膝痛予防～痛みなく歩き続けるために～」

膝痛の原因を知り、自宅で出来る膝痛予防の運動の方法を学びます。
日／9月28日(土) 午後2時～3時 対／どなたでも 定／20人 講／イムス記念病院 理学療法士 温泉風花さん 参／無料 締／9月18日(水)正午 申／電話・窓口で

西朝霞公民館

問／☎462-1411

●育児講座「絵本の時間 ぽぽたいむ」

絵本の読み聞かせやふれあいあそび、音楽を楽しみましょう。保護者はハンドケアを受けられます。
日／9月11日(水) 午前10時30分～10時50分 対／乳幼児とその保護者 定／8組程度 申／当日直接会場へ

南朝霞公民館

問／☎461-0163

●さわやか健康教室「日本の温泉～歴史と効能を学ぶ」

温泉の歴史と効能を学びます。今回は、東北編！
日／9月26日(水) 午前10時～正午 対／どなたでも 定／20人 講／温泉ソムリエ 神野佳奈子さん 参／無料 締／9月14日(土) 申／電話・窓口・右上のコードで

●さわやか健康教室「ボッチャに挑戦！～投げる・転がす・近づける～」

障害の有無や年齢や性別を問わず誰でも一緒に楽しめるスポーツにチャレンジしてみませんか？
日／9月26日(水) 午後1時30分～3時30分 対／どなたでも 定／12人 講／朝霞市スポーツ推進委員連絡協議会のみなさん 参／無料 締／9月14日(土) 申／電話・窓口・右上のコードで

中央公民館

問／☎465-7272

●さわやか健康教室「かんたん！ズボラ筋トレニング」

インナーマッスルである「ズボラ筋」をトレーニングし腰痛などの改善を目指します。
日／10月11日(金) 午前10時～11時30分 対／どなたでも 定／15人 講／関節トレーニング認定インストラクター 小澤美智子さん 持／タオル、飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。 締／9月17日(火)正午 申／はがき・窓口・右上のコードで

9月の各公民館の おやすみ

●中央公民館 2日(月)・9日(月)・16日(月・祝)・23日(月)・30日(月)
●東・西・北朝霞公民館 1日(日)・9日(月)・15日(日)・16日(月・祝)・22日(日・祝)・23日(月)・24日(火)・29日(日)
●南・内間木公民館 2日(月)・8日(日)・16日(月・祝)・17日(火)・22日(日・祝)・23日(月)・30日(月)

日 日時 対 対象 定 定員 講 講師 参 参加費 持 持ち物 締 締め切り 申 申し込み 問 問い合わせ