



## 乳幼児と保護者の方へ



「やせ」も「肥満」も要注意！  
今年の健康づくりの目標を立てよう！

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
離乳食ステップアップ教室	2月20日(木) 午前10時～11時45分	保健センター	令和6年3月～7月生まれの第1子の保護者	申／1月9日㈭から電話で (先着20組)
マタニティ教室	3月8日(土) 午後1時30分～3時30分 3月23日(日) 午前10時～正午または 午後1時30分～3時30分	保健センター	令和7年6月～8月出産予定の初妊婦・パパになる方	内容／歯っぴい講座、家族で育む食生活 講座、もく浴・妊婦体験、DVD上映 申／1月9日㈭から電話で (先着32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。			



## 成年の方へ

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
こころの健康相談	1月24日(金) 午後2時～3時	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

## 令和6年度「高齢者新型コロナウイルス予防接種」と「高齢者インフルエンザ予防接種」終了のお知らせ

「高齢者新型コロナウイルス予防接種」と「高齢者インフルエンザ予防接種」は、1月31日金で終了しますので、希望される方は、1月中に接種してください。

**対象者**／①接種日に65歳以上の方 ②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器等の機能およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害を有する身体障害者1級に相当する方

**申込方法**／市内協定医療機関に電話等で直接予約

**自己負担額**／高齢者新型コロナウイルス予防接種…3,300円 高齢者インフルエンザ予防接種…1,500円

※生活保護受給者および中国残留邦人等支援受給者は無料

**持ち物**／マイナンバーカード等、本人確認ができるもの(生活保護受給者は受給証、中国残留邦人等支援受給者は

は本人確認証、②の方は身体障害者手帳)

※市内協定医療機関は保健センターガイドまたは右のコードから市ホームページをご確認ください。

県内のかかりつけ医で接種を希望される場合は、健康づくり課にお問い合わせください。

※2月1日㈯以降に接種する場合は全額自己負担となります。



市内協定医療機関

## 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

## 行事案内

### 高齢者医療と介護について

日時／1月26日(日) 午前10時～正午  
会場／膝折市民センター ホール その他／①高齢者介護について(講師：地域包括支援センター朝光苑) ②糖尿病とダイエットについて(講師：老人保健施設千束 片見厚夫医師) 主催／シャルマンコープ第2朝霞自治会 問／高橋☎070-5083-0712

## 子どもの歯列と姿勢

日時／2月9日(日) 午前10時～11時45分 会場／産業文化センター ギャラリー 対象／興味のある方。

お子さんとご一緒にどうぞ

申込方法／右のコードで

その他／歯列と姿勢、変化してきている口腔の話を歯科医の森田健太郎さんに伺います。 主催／子育て応援サークル ル・スリール 問／小島

✉3.oji.match.9.22@gmail.com

## 員募集

### こえど kids 親子英語サークル

日時／毎週木曜日 ①午後5時45分～②午後6時～ ③午後7時～(学年別・各1時間) 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／月4,000円(4回分)

対象／年長～高校生 その他／無料体験あり。ハロウィンなどのイベントも行ってます。 問／今村 ☎090-1536-1883

## バーボンストリート TC(硬式テニス)

日時／毎週月・水曜日 午前10時30分～午後4時30分 会場／青葉台公園テニスコート 費用／参加の時に400～500円

対象／市内在住の30歳以上の方で初級～中級レベルの方、レクリエーションレベルのシニアの方 問／戸島✉mitch-bourbon-st@ezweb.ne.jp

## sue ストレッチ

日時／毎週火曜日 午前10時～11時30分 会場／南朝霞公民館 費用／1回

1,000円 対象／成人女性 その他／癒しの楽音を聴きながらゆっくりと身体を伸ばし、体を動かすことの気持ちよさを感じてください♪ 問／末武 ☎090-8942-0495

## フィジカルトレーニングサークル

日時／毎週木曜日 午前10時～正午 会場／東朝霞公民館 費用／月2,500円

対象／成人女性 問／酒井 ☎461-1713



## 員募集

### フラ・オハナ・モキハナ

日時／月3回金曜日 午後1時～2時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／月3,300円 対象／50歳以上の女性 間／佐藤 ☎466-9238

### 朝霞混声合唱団

日時／毎月第1・3日曜日 午前10時～正午 会場／中央公民館・コミュニティセンター 入会金／1,000円 費用／月3,500円 その他／合唱組曲・ポピュラー・童話など楽しく合唱します。 間／岸村 ☎090-5545-9249

### 木馬クラブ(親子幼児サークル)

日時／毎週水曜日 午前10時30分～11時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／月2,000円 対象／令和7年4月1日時点で2歳の子とその保護者 その他／2月26日㈬、3月5日㈬に体験会を予定 間／篠原 ☎mokubaclub.2025@gmail.com

### こども英会話サークル

日時／毎週水曜日 午前10時15分～11時 会場／溝沼市民センター

入会金／1,000円 費用／月3,000円 対象／1歳10か月～3歳のお子さんとその保護者 その他／リトミック、知育、モンテを取り入れながら英語を楽しみましょう。 間／喜多 ☎nshoda@mail.goo.ne.jp

### さくら健康太極拳

日時／毎週土曜日 午後2時～3時20分 会場／溝沼市民センター 費用／1回500円 その他／開講8年目です。参加自由で都合の良い日にお越しください。 間／藤松 ☎090-1557-7272

### 社交ダンスサークルピーチ

日時／毎週火曜日 午後2時～4時30分 会場／産業文化センター 入会金／1,000円 費用／月3,000円 対象／初級～中級者 その他／男性プロ講師が男女ともに一人ひとり丁寧に指導してくれます。ぜひ、見学に来てください。 間／戸田 ☎090-2150-2345

### chil time yoga ヨガ・ピラティス

日時／毎週木曜日 正午～午後1時15分 毎週土曜日 午後6時～7時 会場／膝折市民センター(木曜日)、中央公民館・コミュニティセンター(土曜日) 費用／1回500円 間／滝谷 ☎070-3816-0202

### Makami Mālie(優しい風)

日時／毎週金曜日 午後3時～4時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／1回1,000円 その他／2025年1月スタートのフラダンスです。 間／佐々木 ☎090-3809-5746

### APPLE YOGA(アップルヨガ)

日時／毎週火・日曜日 午前10時～、午前11時～(子どもと一緒に可) 会場／中央公民館・コミュニティセンター 入会金／1,000円 費用／月1,000円、体験料1,000円 対象／10代～70代の女性 その他／リラックスするヨガからアクティブラッセmentsヨガまで色々なヨガと一緒に心地よい時間を過ごしませんか？体が硬い方も大歓迎 間／東山 ☎abc4742@yahoo.ne.jp

### 楽しく学べる韓国語

日時／毎月第4土曜日 午後1時～2時40分 会場／弁財市民センター 入会金／1,500円 費用／月3,500円、教材費500円 対象／韓国語初心者や興味のある方 その他／2025年4月から入門クラスオープン 間／千恵眞 ☎hangul.joa@gmail.com



## PHOTO NEWS

### 交通 安全 作品 の 表彰 を 行 い ま し た

令和6年11月20日㈬、朝霞市交通安全対策協議会主催の交通安全作品表彰式が行われました。市内小学生から寄せられた応募作品815点の中から、作文5点、ポスター6点、標語5点が選ばれ、受賞された皆さんに賞状と記念品が贈呈されました。また、入賞作品は、看板やポスター、作文集を制作し、交通安全の啓発に活用させていただきます。

入賞作品など、詳しくは市ホームページをご確認ください。



### 市への寄付 あ と う ご ざ い ま し た

令和6年11月22日㈮、明治安田生命保険相互会社から75万8,700円の寄付をいただき、感謝状を贈呈しました。

市では、市民の健康保持増進のために役立てていただきたいという意向に沿うよう、有効に活用させていただきます。

▼左から、明治安田生命保険相互会社中村珠美支部マネジャー、富岡市長、鈴木宗生川越支社長、南裕一郎朝霞営業所長





## CAMERA 障害者芸術体験教室が開催されました

令和6年11月22日(金)～23日(土・祝)、丸沼芸術の森展示室で、10月7日(月)に行われた障害者芸術体験教室で作成した陶芸や美術作品の展示会が実施され、最終日には表彰式が行われました。教室に参加された24人の方には、作品等の写真を岐阜県瑞浪市窯業技術研究所で転写加工したマグカップやお皿が贈呈されました。



## CAMERA あさか冬のあかりテラス2024点灯式を実施しました

令和6年11月30日(土)、シンボルロードほそう広場等で、「あさか冬のあかりテラス2024 A-ジャンボリー」点灯式を実施しました。当日は多くの方々が来場いただき、イルミネーションの点灯をはじめ、キッチンカー等の出店やお汁粉の配布、音楽演奏やよさこい踊り等、さまざまなイベントが行われました。1月26日(日)まで点灯していますので、朝霞の冬の風物詩をお楽しみください。詳しくは右のコードから、市ホームページをご確認ください。



## CAMERA 全国スポーツ推進委員研究協議会で朝霞市スポーツ推進委員2名が表彰されました

令和6年11月14日(木)、15日(金)に開催された第65回全国スポーツ推進委員研究協議会宮崎大会にて、朝霞市スポーツ推進委員の塩味光夫さん(しおみみつお)が「30年勤続スポーツ推進委員表彰」、同じく椎橋成美さん(しいばししげみ)が「スポーツ推進委員功労者表彰」を受賞し、二見教育長に受賞を報告しました。

▼左から、朝霞市スポーツ推進委員連絡協議会馬場会長、椎橋さん、二見教育長、塩味さん

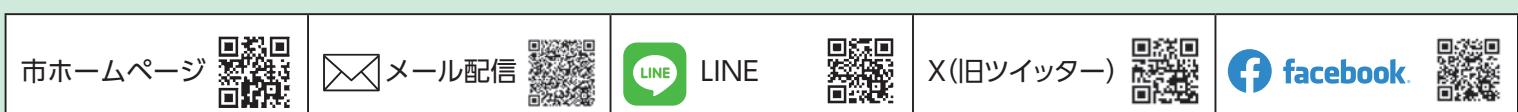


## CAMERA 損害調査結果の提供及び利用に関する協定を締結しました

令和6年12月13日(金)、三井住友海上火災保険株式会社と「損害調査結果の提供及び利用に関する協定」を締結しました。

この協定に基づき、被災者の早期の生活再建を目的に、大規模な水害が発生した際には同社が実施した損害調査の結果が、契約者の同意を前提として市に提供されます。これにより、速やかな被害の認定や罹災証明書の発行などが期待されます。

▼左から、富岡市長、三井住友海上火災保険株式会社谷口健一埼玉支店長



広報あさか No.812 発行日／令和7年1月1日(毎月1回1日発行) 発行人／朝霞市長 編集／朝霞市シティ・プロモーション課  
朝霞市役所／〒351-8501 埼玉県朝霞市本町1-1-1 TEL 463-1111㈹ FAX 467-0770㈹

広報あさか音声CD(デジタル形式)を図書館本館と北朝霞分館で貸し出しています。  
また、市内の視覚障害のある方で郵送をご希望の方は、シティ・プロモーション課へご連絡ください。

広報あさかは、市で委託した業者が各家庭のポストへ直接配布しています。発行日(毎月1日)までに  
広報あさかが届いていない場合は、シティ・プロモーション課へご連絡ください。  
※写真は編集の都合上、加工する場合があります。



広報あさかは再生紙を使用しています  
この印刷物は環境にやさしい  
「植物油インキ」を使用しています