



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	4月24日(木) 午前10時～11時45分	保健センター	令和6年5月～9月生まれの第1子の保護者	申／3月6日(木)から電話で (先着20組)
マタニティ教室	5月10日(土) 午後1時30分～3時30分 5月25日(日) 午前10時～正午または 午後1時30分～3時30分		令和7年8月～10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／3月6日(木)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。			



成人の方へ

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
こころの健康相談	3月28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

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

ヴェルディのレクイエムを歌ってみよう

日時／3月29日(土) 午後1時～3時
会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／500円 対象／歌ってみたい方 申込方法／電話で その他／初心者大歓迎！楽しく歌いましょう！ 主催／朝霞第九を歌う会 問／高橋 ☎090-9808-8464

♪公開リハーサル開催♪
(ビッグバンド)

日時／3月30日(日) 午後1時～4時
会場／内間木公民館 その他／リハーサル終了後、プロとの懇談会で演奏法やその他質問を受け付けます。
主催／T.S.O.A 問／若島 ☎090-3401-4677

おりがみを折る会

日時／3月9日(日) 午前9時30分～午後4時 会場／溝沼市民センター 対象／どなたでも(小学生は保護者同伴で) 申込方法／電話で その他／持ち物：折り紙と折り紙の本 主催／おりがみを折る会 問／村田 ☎050-5894-5210

朝霞高校吹奏楽部 第6回定期演奏会

日時／3月27日(木) 午後2時～4時
会場／ゆめばれす(市民会館) 主催／埼玉県立朝霞高等学校 問／朝霞高校吹奏楽部(顧問：小嶋) ☎465-1010

作品展示会

日時／3月14日(金) 午前10時～午後2時30分 会場／栄町高齢者地域交流室(栄町3-1-15 コト朝霞中央公園101号室) その他／古布を利用して、小物・雛人形を作り、展示しています。 主催／すまいるサロン 問／亀田 ☎090-1768-5149

第16回 春季朝霞市美術協会展

日時／3月11日(火)～16日(日) 午前10時～午後5時(11日は正午から、16日は午後4時まで) 会場／中央公民館・コミュニティセンター その他／油絵・日本画・水彩画等、小品を中心に多様な絵を展示 主催／朝霞市美術協会 問／竹内 ☎463-7703

会員募集

デッサン二流会

日時／毎月第1・3土曜日 午後1時～4時 会場／西朝霞公民館 入会金／1,000円 費用／月2,000円 その他／画材・画題は気の向くままに。個性あふれるお絵描きサークルです。 問／植松 ☎080-5315-8237

ずっと元気 健美／気功ストレッチ会

日時／毎週金曜日 午前10時～正午 会場／栄町市民センター 費用／月3,000円 対象／身体を動かしたい方どなたでも 問／高木 ☎400-7930

カラオケ愛好会

お年より唄のたのしみ会

日時／毎月第2・3・4水曜日 午後1時～4時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／1,000円(材料費、CD・テープコピー代) 対象／お年寄り(おおむね60代以上)で歌の好きな方 問／尾仲 ☎090-1534-6038

コーラスぐるーぷ ゆりかご

日時／毎月2回水曜日 午後7時～8時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／月3,000円 対象／歌が好きな方 その他／日本の歌を中心に男女4声で楽しんでいます。初心者大歓迎！ 問／蔵田 ☎090-4821-8918

ハローフレンズ(親子リトミック)

日時／毎月第1・3・5月曜日 午前10時～11時 会場／東朝霞公民館 費用／1回500円 対象／1人で歩けるお子さん～未就園児とその保護者 その他／リトミック・手遊び歌・製作等を親子で楽しめます。体験可 問／前田 ☎v4o_o-hellofriends@yahoo.co.jp

キューティーズ(ミニテニス)

日時／毎週月曜日 午後6時30分～9時 会場／第四中学校 費用／月500円 対象／高校生以上 その他／どなたでも簡単にできる楽しいスポーツです。 問／辻 ☎090-7424-8240

オカリナ風恋土

日時／毎月第1・3・4土曜日、第2火曜日 午後1時～4時30分 会場／内間木公民館 費用／月3,000円 対象／はじめての方でもOK その他／第2火曜日はオカリナ風土/haru山下徳行さんの指導があります。 問／小澤 ☎456-1532