

# スポーツ

## 護身術体験講座

時 6月13日(土) 13:30~15:00  
受付 13:00~  
場 体育センター  
講 元警察官 折原和夫さん  
対 市内在住の人 30人(先着順)  
費 無料  
持 動きやすい服装、室内用シューズ  
申 関 スポーツ協会事務局(体育センター内 ☎ 593-1050 ※月曜定休)へ電話または直接。



## 体育センタースポーツ教室

①フットサル教室  
時 毎週金曜日(月4回)  
対 各10人(先着順)  
・バシコクラス(初級)  
時 16:50~17:50  
対 年長~小学4年生  
費 3,800円/月  
・メゾオクラス(中級)  
時 17:50~19:00  
対 小学1年生~6年生  
費 4,300円/月  
②少林寺拳法教室  
時 毎週日曜日 19:00~20:00  
費 1,000円/月(別途保険代/年)  
対 小学生から大人まで  
①②共通  
持 動きやすい服装、室内用シューズ  
場 申 関 参加費を添えて体育センター(☎ 593-2511)へ直接。

## 体力測定会



時 5月23日(土) 9:30~12:00  
※ 11:30 受付終了  
場 体育センター 費 無料 申 不要  
対 20歳~64歳の人...握力、上体起こし、立ち幅跳び、長座体前屈、反復横飛び、急歩  
65歳以上の人...握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行  
対 市内在住の20歳以上の人  
持 動きやすい服装、室内用シューズ  
場 関 スポーツ推進委員連絡協議会(飯塚 ☎ 080-5542-0480)

## 総合公園春季テニス教室



時 5月13日・20日、6月3日・10日の水曜日 9:00~10:30(全4回)  
※雨天延期(予備日あり)  
対 テニスの基本講習  
場 関 総合公園契約コーチ  
対 成人・テニス歴にかかわらず基礎を身に付けたい人 ※過去のテニス教室参加者は参加できません。  
定 6人(先着順) 費 6,600円  
他 テニスラケット無料レンタル可  
場 申 関 5月3日(日・祝)から講習費を添えて総合公園(☎ 592-4050)へ直接。

## 北本市弓道連盟 弓道教室

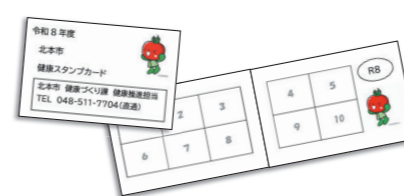


時 5月17日~7月12日の毎週日曜日 10:00~12:00(全8回、6月21日を除く)  
場 体育センター  
対 用具の取扱い、所作、射技を学びます。  
対 原則高校生以上  
定 15人(先着順)  
費 3,000円/1人  
持 靴下または足袋、動きやすい服装(膝の隠れる服装)  
申 関 4月25日(土)~5月13日(水)に弓道連盟(吉丸 ☎ yoshimaru@dream.com、☎ 090-2249-6928、☎・FAX 591-8434)へ連絡。

## 初心者アーチェリー教室

時 5月16日・23日・30日、6月6日の土曜日 13:30~15:30  
場 体育センター  
対 アーチェリーの入門、体験コース  
対 市内在住・在勤の15歳(高校生)以上の人 20人(先着順)  
費 1,500円(傷害保険等)  
持 動きやすい服装(上着はダブついているもの)、外履き用運動靴  
申 関 5月14日(木)までにアーチェリー協会事務局(加藤 ☎ 090-6027-5200、☎ takabo.1301@yahoo.ne.jp)へ電話、メールまたは協会ホームページから申込み。

## 健康教室に参加して健康スタンプを集めよう



市が主催または推奨する健康に関する教室等に参加した人に健康スタンプを押印します。健康スタンプが10個に達したカード1枚で景品が当たる抽選に応募できます。  
詳細は健康づくり課、公民館等に設置してある案内または市ホームページをご確認ください。  
期 5月1日(金)~11月30日(月)  
対 市内在住で18歳以上の人  
場 健康づくり課健康推進担当(☎ 511-7704)

## もっと歩こう もっと知ろう きたもと〜めざせ! 毎日1万歩運動「ARUKU + 北本」新愛称

楽しく歩いてポイントを貯めよう!  
専用アプリをダウンロードしたスマートフォンまたは専用活動量計を身につけ、年代別の目標歩数等を目指して各自ウォーキングを行うと、達成状況等に応じて健康ポイントが貯まります。貯まったポイントで記念品が当たる抽選に参加できます。  
対 市内在住・在勤・在学の18歳以上(令和8年度中に18歳になる人を含む)で、健康上、歩くことに支障がない人(運動制限がない人)  
費 専用アプリを利用する人は無料  
活動量計の使用を希望する場合は購入代金 3,410円(税込)

詳細は市ホームページをご覧ください。  
場 健康づくり課 健康推進担当(☎ 511-7704)



## 北本市文化奨励賞を贈呈

3月23日、田沼清昭さんへ北本市文化奨励賞を贈呈しました。田沼さんは、第73回埼玉県美術展覧会の第6部写真にて、毎日新聞社賞を受賞されました。文化奨励賞は、本市の芸術および社会文化の進展に関し、特に奨励する功績を得た人等に贈呈するものです。  
場 市長公室秘書担当(☎ 594-5502)



〈広告〉

まかせて安心 地元の業者  
**岩崎 豊店(有)**  
☎ 048-591-1766  
北本市東間 2-230-1

そろばん フラッシュあんざん 生徒募集  
パソコンを使い右脳が発達するフラッシュあんざんを新入学から始めませんか!  
右脳が発達し他の教科の成績アップになり偏差値の高い学校を目指せます  
ゲーム感覚で始められます!  
お電話下さい

日本商工会議所・日本珠算連盟 指定教場  
北本市中央2-78(北本駅西口徒歩1分)  
お問い合わせ[電]048-594-0980

**石川珠算学院**

ニッポンの家をよくしたい  
**MADO ショップ北本店**  
**(有)大川ガラス**  
シャッター・網戸・玄関  
北本市下石戸下 470  
☎ 048-591-0967  
防音・防犯・窓、玄関リフォームできます!

建設 埼玉  
建設職人の強い味方!  
労災・建設国保・資格取得  
会費は毎月口座引落し!

●一人親方歓迎  
●豊富な講習会で仕事確保  
●住宅に関する最新情報を提供  
●建退共の加入手続きができます

**建設埼玉**  
北足立地区本部  
☎ 048-542-2548  
鴻巣市本町 7-7-6

橘川市内小中学校・市立保育所  
**給食調理員募集**

市内の小中学校勤務 市立保育所勤務

① 8:30~12:30(実働4時間) ② 11:30~16:00(実働4時間)  
※ 夏休みなど給食の無い日はお休み 年間200日程度の勤務日数

① 8:30~11:30(実働3時間) ② 13:00~16:00(実働3時間)  
※ 週休二日制・勤務日はシフトにより異なります

未経験OK!  
週末手当(年2回)  
嘱託職員の採用あり

時給 1,230円~

勤務日数のご相談・ご質問などお気軽にお問い合わせ下さい  
公益財団法人 橘川市施設管理公社 ☎ 048-787-5111  
〒363-0028 橘川市下日出谷西二丁目4番地の1 (平日8:30~17:15)

あなたの困った! に寄り添う便利屋さん

庭仕事 / 家事代行 / 力仕事  
遺品整理 / ハウスクリーニング  
部屋の片付け / その他お困りごと  
お気軽にご連絡ください!

スピード対応・お見積り無料

**070-2614-3528**  
**便利屋ファースト**  
北本店  
ホームグラウンド合同会社