

## イベント

### 応急手当講習(上級救命講習)

時 9月24日(土) 9:30~17:30  
受付 9:20~  
(WEB講習受講者は10:20~)  
場 埼玉県中央広域消防本部  
内 AEDを用いた心肺蘇生法(成人~新生児)傷病者管理法、外傷の応急手当、搬送法、筆記試験  
対 中学生以上の北本市、鴻巣市、桶川市の在住・在勤者15人(先着順)  
持 筆記用具、昼食 ※WEB講習受講者はWEB講習受講証明書  
申 8月15日(月)9:00~9月17日(土)に桶川消防署(☎048-773-1190)または桶川西分署(☎048-788-0119)へ電話または直接。

## スポーツ

### 民間プール施設の開放

時 8月7日(日)、9月4日(日)・11日(日)  
12:30~14:00  
対 市内在住、在勤、在学の人  
※小学3年生以下は保護者同伴  
定 80人(先着順) 費 500円/回  
申 当日直接会場へ。  
他 水泳帽子を着用。浮き輪等の遊具は禁止。アームヘルパー貸出可。  
場 間 スウィン北本スイミングスクール(本宿1-1、☎592-8595)

## 健康増進センターイベント

**フレイル予防教室第II期**  
時 9月8日~11月10日の木曜日 10:00~11:00(全10回)  
講 北本市シルバー人材センターフレイル予防サポーター  
定 20人(先着順)  
持 動きやすい服、タオル、飲み物、筆記用具  
申 8月10日(水)から

**秋の健康体操教室**  
時 9月7日~11月23日の水曜日(全12回)  
①健康ゆる体操教室  
時 10:30~11:40  
対 市内在住で65歳以上の人  
②はつらつ健康体操教室  
時 13:20~14:30  
対 市内在住で50歳以上の人  
講 樋田雪江さん 定 各30人(抽選)  
持 動きやすい服、タオル、飲み物  
申 8月15日(月・消印有効)の往復はがきで応募。1人1枚応募可、2枚目以降は無効。申込者多数の場合は抽選。結果は8月21日(日)以降返信はがきで通知。

**初心者ゲートボール教室**  
時 9月3日(土)、10月1日(土)(全2回) 9:30~12:00  
講 北本市ゲートボール連盟教育指導員  
定 10人(先着順)  
持 動きやすい服、履きなれた靴、帽子、飲み物、タオル、筆記用具  
申 8月19日(金)から

**初心者スマホ教室**  
時 9月3日(土) 10:00~12:00  
講 スマホアドバイザー  
定 15人(先着順) 持 飲み物  
※講座用スマホは会場に用意します。  
申 8月17日(水)から

**栄養サポート講習会**  
「認知症を予防する食生活」  
時 9月6日(火) 10:30~12:00  
講 NPO法人みかん 矢部由美子さん  
定 20人(先着順)  
持 筆記用具、電卓、飲み物  
申 8月18日(木)から

—— 各イベント共通 ——  
対 特記なければ市内在住で60歳以上の人  
費 無料。ただし1回ごとに入館料100円(60歳未満は300円)  
場 申 健康増進センター(☎591-8251)へ電話または直接。※9:00~15:00

往信宛名面	返信文面(うら)
切 364-0013 往信 中丸10-55 北本市 健康増進センター宛	※記入しない
返信宛名面	往信文面(うら)
切 〇〇〇-〇〇〇〇 返信 申込者の 郵便番号、住所、氏 名を記入	・郵便番号 ・住所 ・氏名(フリガナ) ・年齢 ・電話番号(未記入 は受付不可) ・希望する教室の番号 (①②どちらか)

〈広告〉



心を豊かにしてくれるもの。  
人生を楽しくしてくれるもの。  
家族の絆を深くしてくれるもの。

そんな家具をご提案し続けたい。

専門店  
**小川家具**  
since 1945

☎048-591-3517  
北本市北本 2-137  
http://www.ogawakagu.jp

## 体育センター教室

●**体育センター杯バスケット交流大会**  
時 9月24日(土) 9:00~17:00  
定 12チーム(先着順)  
費 6,000円(1チーム)

●**日曜卓球教室**  
時 毎週日曜日 15:00~17:00  
定 10人(先着順) 費 2,400円/月  
持 動きやすい服、室内シューズ

●**月曜卓球教室**  
①時 毎週月曜日 12:00~14:00  
費 1,800円/月3回  
②時 毎週月曜日 14:00~16:00  
費 1,800円/月3回  
定 各コース10人(先着順)  
持 動きやすい服、室内シューズ

●**フラダンス教室**  
時 毎月第1~3火曜日  
13:00~14:00  
対 女性10人(先着順)  
費 3,000円/月  
持 動きやすい服、室内シューズ  
場 申 いずれも8月7日(日)から  
参加費を添えて、体育センター(☎593-2511)へ直接。

### 第30回グラウンドゴルフ大会



時 9月24日(土) 8:30~12:00  
予備日 10月1日(土)

以降雨天中止  
場 北本市総合公園  
費 1人300円(保険料等)  
内 北本市民および加盟団体会員による男女別個人戦  
対 市内在住の18歳以上の人3人1組で30組90人(先着順)  
申 申 申込書(体育センター、北本総合公園、各公民館に設置)に記入し、8月19日(金)10:00から北本市スポーツ協会(〒364-0003古市場1-156、☎593-1050※月曜定休)へ参加費を添えて直接。

### 令和4年度市長杯大会 第46回北本市硬式テニス秋季大会

①男・女ダブルス 時 9月25日(日)  
②男・女シングルス 時 10月2日(日)  
③男・女ベテラングラブル 時 10月2日(日)  
③のみ  
対 男性55歳以上、女性50歳以上(令和4年12月31日時点)  
①②③共通  
8:20まで受付、8:30試合開始  
※予備日10月9日(日)  
場 総合公園  
対 市内在住、在勤、在学の人または協会加盟団体会員加入者  
費 シングルス1,500円、ダブルス2,000円(クラブ加入者以外は当日支払い)  
申 9月9日(金)までに総合公園管理事務所へ直接。クラブ加入者は各クラブ代表者へ。  
場 北本市テニス協会(坂井☎080-5019-5573)

〈広告〉

心温まるご葬儀は当社へ

安心の**家族葬**

感染予防対策実施中

2つのメリット+1  
会館・祭壇  
使用料無料  
返礼品2割引

**プラザオオノ**

(本社)〒364-0004 北本市山中1-115  
北本店・桶川店・上尾店 http://plaza-oono.com  
友の会会員募集中・事前相談随時

もしもの時...まずはご連絡ください(霊安室完備)  
365日  
24時間受付

☎0120-33-7475

