

# イベント

## 家族釣りの祭典2024



時 10月6日(日) 7:00～13:00  
場 総合公園 定 200人程度

内 一般男子、一般女子、子どもの部に分かれ実施。釣った魚の種類や大きさにかかわらず、1尾としてカウントし、数に基づきそれぞれの部で表彰。リール釣りは禁止、釣具一式は参加者で用意。ヘラブナ200kg放流予定。  
費 500円(中学生以下100円)  
申 総合公園で当日受付し、参加券を配布。  
問 (公財) 日本釣振興会埼玉支部 (☎048-728-0909) 総合公園 (☎592-4050)

## 草木染め(胡桃染め)教室

時 10月8日(火) 10:00～12:00  
講 東武カルチャースクール講師 小池啓子さん  
定 20人(先着順)  
費 参加費…1,000円  
材料費…当日に講師の準備する材料から好みのものを選び、染める枚数分購入(1枚1,000円～3,000円程度) ※スカーフ1,000円～、トートバッグ1,500円～。サンプルを9月初旬に総合公園に展示。  
持 汚れても大丈夫な服装。エプロン着用、帽子のご用意をお勧めします。  
場 申 9月10日(火) 9:30から総合公園 (☎592-4050) で受付開始。  
※参加費・材料費は当日払い

## 総合公園AED講習会(普通救命講習I)

時 10月24日(木) 13:00～16:00  
内 AEDを用いた心肺蘇生法 費 無料  
場 埼玉県中央広域消防本部北本東分署  
定 市内在住・在勤・在学の中学生以上の人10人(先着順)  
場 申 9月9日(月) 10:00～20日(金) 17:00に総合公園 (☎592-4050) にて受付。募集開始時点で定員を超えた場合はその場で抽選。  
他 終了後、普通救命講習I修了証を交付。

## 応急手当(普通救命)講習

時 10月20日(日) 9:00～12:00  
受付 8:50～(WEB講習受講者は受付9:50～)  
場 埼玉県中央広域消防本部  
内 AEDを用いた心肺蘇生法 費 無料  
定 北本市・鴻巣市・桶川市に在住・在勤で中学生以上の人30人(先着順)  
場 申 9月15日(日) 9:00～10月13日(日)に桶川西分署 (☎048-788-0119) へ電話または直接。

## 「できた」に感動! キャンプフィールドを遊びつくせ!

時 9月29日(日) 10:00～15:00  
内 五感を使った様々なワークショップを体験。1日遊べます。  
定 親子30組(応募多数抽選)  
費 大人1,000円、小学生1,000円、未就学児800円  
申 9月18日(水)まで  
場 申 9月10日(火) 9:30から総合公園 (☎592-4050) で受付開始。  
巨大なシャボン玉ワークショップ▶



# スポーツ

## モルック&マットス教室



モルックは棒倒しゲーム。マットスはマットにお手玉に似た球を投げてマスの取り方で点数が決まります。  
時 9月21日(土) 9:30～12:00  
受付 9:10～  
場 体育センター 定 30人 費 無料  
定 市内在住・在勤の小学生以上  
持 動きやすい服、室内シューズ、飲み物、タオル  
他 健康スタンプ対象事業  
場 申 9月19日(木)までに北本市スポーツ推進委員連絡協議会(飯塚 ☎080-5542-0480) へ電話。

## 第16回北本市長杯争奪スポーツウエルネス吹矢大会

時 11月16日(土) 11:30～  
場 北部公民館 費 1,500円  
内 市内在住、在勤、在学の人。または市内クラブ加入者。  
競技部門 6m、8m、10mの男女混合の個人戦。各クラス1～6位まで表彰。  
場 申 9月24日(火)～10月23日(水)に北本市スポーツウエルネス吹矢協会(清水 ☎・FAX591-5702、E hideo1943@outlook.com) へFAXまたはメール。申込者は必ず受信確認をお願いします。

## 第32回グラウンドゴルフ大会



時 10月5日(土) 8:20～12:00  
予備日 10月12日(土) ※以降雨天中止  
場 総合公園  
内 市民、加盟団体員による男女別個人戦  
定 市内在住18歳以上の人3人1組で30組90人(先着順)  
費 300円/1人(保険料等)  
場 申 体育センター、総合公園、公民館に配架の申込書に記入し、9月7日(土) 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。

## 健康増進センターイベント

リズム健康体操(全4回)  
時 10月4日～25日の金曜日10:00～11:30  
定 市内在住の60歳以上の人25人  
申 9月15日(日)消印有効の往復はがき(1人1枚電話番号必須、宛先:〒364-0013中丸10-55)で応募。結果は9月21日(土)以降に返信。  
※窓口持参可(9:00～16:00)

健康けん玉教室(全2回)  
時 10月2日・9日の水曜日10:00～12:00  
定 11人(先着順) 申 9月10日(火)から

ノルディックウォーキング(全2回)  
時 10月4日・18日の金曜日10:00～11:30  
定 10人(先着順) 申 9月12日(木)から

切絵教室  
時 10月8日(火) 10:00～12:00  
定 10人(先着順) 費 100円  
申 9月13日(金)から

各イベント共通 内 北本市・桶川市・鴻巣市在住の60歳以上の人 費 無料。ただし1回ごとに入館料100円  
場 申 健康増進センター (☎592-4300) ※9:00～16:00



## 体育センタースポーツ教室

①フラダンス教室  
時 第1・2・3火曜日(月3回) 13:00～14:00  
定 10人(先着順) 費 3,000円/月  
②美骨調整(姿勢改善)  
時 毎週火曜日 11:00～12:00  
定 15人(先着順) 費 3,000円/月  
③Beauty body make  
時 毎週水曜日 19:00～20:00  
定 15人(先着順) 費 4,400円/月  
持 筋膜ローラー(お持ちの人)  
①②③共通  
持 動きやすい服、室内シューズ(館内土足禁止)、飲み物、汗拭きタオル  
場 申 体育センター (☎593-2511) へ電話連絡の上、参加費を添えて窓口へ。

## めざせ! 毎日1万歩運動 スマホアプリ事前申込み開始

今までの専用の活動量計による参加に加え、10月から新たにスマートフォンアプリから参加できるようになります。  
内 市内在住・在勤・在学で18歳以上の人(令和6年度中に18歳になる人を含む)で、健康上、運動に支障がない人 費 無料(アプリで参加する人)  
アプリ事前申込み期間 9月30日(月)まで  
特典 アプリによる新規参加者または参加方法を活動量計からアプリに変更した人へ特典として300ポイント付与  
他 詳細は「令和6年度めざせ! 毎日1万歩運動のご案内・申込書」をご覧ください。アプリ非対応のスマホもあります。  
申 「令和6年度めざせ! 毎日1万歩運動のご案内・申込書」(健康づくり課窓口、市ホームページよりダウンロード)を記入し、健康づくり課へ持参またはQRコードからお申し込みください。

問 健康づくり課健康推進担当 (☎511-7704) アプリ参加申込みフォーム▶



## 第47回初心者フォークダンス教室

時 9月18日(水)～10月16日(水)(全5回) 14:00～16:00  
場 中丸公民館 他 健康スタンプ対象事業  
定 15歳以上の人10人(先着順)  
費 2,000円(音楽資料等、傷害保険加入)  
持 動きやすい服装、室内用シューズ  
申 9月10日(火)までに各公民館備え付けの申込書でフォークダンス連盟(斉藤 ☎・FAX592-2887) へ申込み。

(広告)

まかせて安心 地元の業者  
**岩崎 豊店(有)**  
朝お預かり 夕方お届け  
☎048-591-1766  
北本市東間 2-230-1  
北本駅前 東口 旧中山道 至浦集  
北本駅前 東口 旧中山道 至浦集  
北本駅前 東口 旧中山道 至浦集

便利屋トータルサービス鴻巣店  
●不要品片づけ作業 ●庭木の剪定・伐採・抜根  
●住まいの修理 ●引越・荷物運び  
●網戸・障子・襖 ●家具移動・組立・各種解体  
●室内外の簡易作業 ●ハウスクリーニング  
まずはお気軽にお電話ください。(8:00～19:00)  
TEL048(538)7874 鴻巣市原馬室422-6  
ケータイ080(5058)2635 (担当 くぼた)

(広告)

補聴器のご相談は ☎048-577-4080  
認定補聴器専門店  
相談室ライカへ  
北本市本町6-33-1北栄ビル102 認定補聴器技能者 柴田 治のお店  
営業時間午前9時～午後5時(月曜定休)  
他店で購入した補聴器も修理点検・再調整を行っています 取り扱いメーカー Phonak WIDEX GN Oticon Signia