

イベント

ミニ門松作成講座

時 12月21日(土) 10:00~11:30
 内 間伐竹材で自宅に飾るミニ門松を作る
 講 (公財) さいたま緑のトラスト協会保全第8号地 佐山一男さん
 定 20人(先着順) 費 900円(材料費)
 場 申 11月21日(木) 9:00から学習センター(☎592-3325)へ直接。



健康増進センターイベント

認知症総合講座
 時 11月28日(木) 10:00~11:30
 定 15人(先着順) 申 11月8日(金)から

パッチワーク教室(全3回)
 時 12月1日~15日の日曜日 10:00~11:30
 定 10人(先着順) 費 700円
 申 11月9日(土)から

骨盤調整体操(全2回)
 時 12月3日・17日の火曜日 10:30~12:00
 定 20人(先着順) 申 11月12日(火)から

心身を整える椅子ヨガ体操(全2回)
 時 12月3日・17日の火曜日 10:00~11:30
 定 15人(先着順) 申 11月10日(日)から

初心者フラダンス教室(全3回)
 時 12月5日・19日・26日の木曜日 13:00~14:00
 定 20人(先着順) 申 11月11日(月)から

共通 特記なければ北本市・桶川市・鴻巣市在住の60歳以上の人
 特記なければ無料。ただし1回ごとに入館料60歳以上100円、60歳未満300円)
 場 申 健康増進センター(☎592-4300) ※9:00~16:00



デーノタメ遺跡講座

時 12月7日(土) 10:00~11:30
 内 北本市にある縄文時代の遺跡であるデーノタメ遺跡についての講演
 講 市文化財保護課職員 磯野治司さん
 定 40人(先着順) 費 無料
 場 申 11月10日(日) 9:00から学習センター(☎592-3325)へ直接。

ビデオシアター『若草物語』

時 11月23日(土・祝) 9:45開場、10:00上映
 定 45人 費 無料
 場 申 学習センター(☎592-3325)

初心者グラウンド・ゴルフ(全2回)
 時 12月5日・12日の木曜日 10:30~12:00
 定 10人(先着順) 申 11月18日(月)から

かんたん太極拳(全3回)
 時 12月6日~20日の金曜日 11:00~12:00
 定 20人(先着順) 申 11月14日(木)から

木彫り教室(全2回)
 時 12月6日・13日の金曜日 10:00~12:00
 定 15人(先着順) 費 900円
 申 11月17日(日)から

健康相談(高血圧・息切れ・めまい等)
 時 12月19日(木) 11:00~13:00
 定 50歳以上の人3人(先着順)
 申 11月16日(土)から

初心者「家庭果樹剪定」講座
 時 12月20日(金) 9:30~12:00
 定 15人(先着順) 申 11月15日(金)から

足揉み健康法(全2回)
 時 令和7年1月6日・20日の月曜日 10:00~11:30
 定 11人(先着順) 申 12月2日(月)から

Hip Hopダンス発表・体験&イルミネーション点灯式

時 12月1日(日) 15:00~ Hip Hopダンス発表・体験
 16:00~ 飾り付けと点灯式
 内 ダンスを鑑賞・体験後、クリスマスツリーの飾り付け、イルミネーションの点灯式を実施。
 講 成井陽子さん
 出演 Baby Doll Kids
 定 20人(ダンス体験) 費 無料
 場 申 11月9日(土) 9:00から、ダンス鑑賞は当日14:30から勤労福祉センター(☎591-8550)へ直接。

クリスマスピアノコンサート

時 12月7日(土) 14:00~15:00
 内 市内在住のピアニスト内田有美さんによるピアノ演奏。クラシックからジブリ・ディズニー・なつかしの曲など
 費 無料
 場 申 勤労福祉センター(☎591-8550)

親子クリスマスケーキ教室

時 12月14日(土) 9:00~12:00
 内 クリスマスケーキ作り。作ったケーキを1家族1ホール持ち帰れます。
 講 中森道子さん
 定 10組(先着順) 費 3,000円(材料費等)
 場 申 11月15日(金) 9:00から参加費を添えて勤労福祉センター(☎591-8550)へ直接。9:00に定員を超えた場合は抽選。



さをり織り体験

時 12月14日(土) ①9:00~12:00、②13:00~16:00
 内 自分で織った布地で世界に一つだけの作品を作ってみませんか。
 定 ①、②それぞれ3人程度(先着順)
 費 ランチョンマット1,500円、ストール4,000円(初めての人はランチョンマット)
 場 申 11月5日(火) 8:30から北本市立あすなろ学園(☎592-6260)へ電話。

季節を楽しむ冬のリース作り

時 12月1日(日) ①9:30~11:30、②13:30~15:30
 内 場内の木の実や枝などの素材を集め、リースや壁面ツリー等を作ります。
 定 ①②各12人(応募多数の場合は抽選)
 費 大人1,000円、小学生500円、未就学児300円
 場 申 11月21日(木)までにサンアメニティ北本キャンプフィールド(☎593-0008)へ電話。

応急手当(上級救命)講習

時 12月22日(日) 9:00~17:00
 ※受付8:50~(WEB講習受講者は受付10:50~)
 場 埼玉県中央広域消防本部
 内 AEDを用いた心肺蘇生法他 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)
 持 筆記用具、昼食、(WEB講習受講証明書)
 申 11月15日(金) 9:00~12月15日(日)に鴻巣消防署(☎048-597-2005)へ電話または直接。

生きものいきいき隊

生きものがすみやすい公園づくりのために管理作業を行います。
 時 11月16日(土) 9:30~12:00 ※雨天中止
 定 中学生以上(中学生は保護者同伴)
 定 20人(先着順) 費 無料
 場 申 自然学習センター(☎593-2891)へ電話。



スポーツ

体育センタースポーツ教室

①少少林寺拳法教室
 時 毎週日曜日 19:00~20:00
 定 小学生~一般 費 1,000円/月

②HIPHOP教室
 時 毎週水曜日 定 各10人(先着順)
 ・17時コース 小学生 時 17:00~18:00 費 3,800円/月
 ・18時コース 中学生 時 18:00~19:00 費 3,800円/月
 ・大人コース 高校生以上 時 19:00~20:00 費 4,400円/月

③スポーツウェルネス吹矢教室
 時 毎週水曜日 14:00~16:00
 定 10人(先着順) 費 1,200円/月

①~③共通
 持 動きやすい服、室内シューズ
 場 申 参加費を添えて体育センター(☎593-2511)へ直接。

美姿勢・美肌・健康運動講座

時 11月27日(水) 10:00~11:30
 場 市役所 定 40人(先着順)
 講 セントラルウェルネスクラブ 24 桶川北本インストラクター
 申 詳細・申込みは健康づくり課健康推進担当(☎511-7704)に電話、直接またはQRコードから。



第43回北本市市民レクリエーションの集い

時 11月23日(土・祝) 10:00~12:30 受付12:00まで
 場 体育センター、総合公園
 内 ラダーゲッター、バルーン、カローリング、つりっこ、輪投げ、オリエンテーリング等
 定 市内在住・在勤の人 費 100円 申 不要
 他 景品がもらえるスタンプラリーを実施
 ・健康スタンプ対象事業
 場 北本市レクリエーション協会(細田 ☎090-4618-2343)

ファミリーバドミントン教室

バドミントンをアレンジしたニュースポーツ。子どもからお年寄りまで簡単に楽しめます。
 時 11月30日(土) 9:30~12:00 受付開始9:10
 場 西部公民館 費 無料
 定 市内在住・在勤の小学生以上の人30人
 持 動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物
 他 健康スタンプ対象事業
 申 11月28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。



〈広告〉

お気に入りの一枚にきっと出会える!

手織絨毯と一枚板の特売会

11/2±3日4日 10:00-19:00



専門店 小川家具 since 1945
 ☎048-591-3517
 北本市北本 2-137
 http://www.ogawakagu.jp

〈広告〉

成年後見・遺言・相続・各種許認可

きむら行政書士事務所 埼玉県行政書士会会員 コスモス埼玉 会員
 行政書士 木村義昭【鴻巣市富士見町5-18】
 TEL:048-594-7421 出張相談可

気軽に相談下さい(土日可能)
 相談については、事前に予約が必要です。
 【電話受付:平日9時~18時】
 無料セミナー 定期的に開催

安心・安全な国産畳表推奨店

熊本産たたみ表証明書 熊本県はい草の生産日本一
 ついてます!

神戸畳店

北本市中丸5-70
 591-4651
 お気軽に、ご相談ください。
 ©2010熊本県くまモン#K26719

