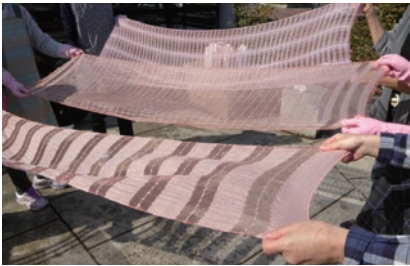


イベント

桜染め教室



桜の幹の皮をむいてチップにした物を煮込んだ煮汁を使って絹のスカーフなどを桜色に染めます。

時 3月11日(火) 9:00～12:00
場 東武カルチャースクール講師 小池啓子さん

定 20人
費 ①参加費 1,000円(当日支払) 染め液、道具、保険、講習代

②材料費(当日支払)
シルクスカーフ
1,000円～3,000円
桜柄レースハンカチ 800円等
※当日は講師の準備する材料から好みの材料を選び、染める枚数購入。材料は5～7種類程度準備します。

当日の服装
・汚れてもよい服装またはエプロン
・帽子(屋外での作業あり)
・作業しやすい靴(長靴、スニーカー等)
他 2月初旬からサンプルを総合窓口に展示します

場 申 閏2月8日(土) 9:30から総合公園(☎592-4050)へ直接。定員に満たない場合は13:30から電話での受付も行います。また、募集開始時点で定員を超えた場合はその場で抽選。

応急手当(上級救命)講習



時 3月23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 費 無料
内 AEDを用いた心肺蘇生法
※講習修了者には修了証を交付

対 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講習受講者は、WEB講習受講証明書

申 閏2月15日(土) 9:00～3月16日(日)に桶川西分署(☎048-788-0119)へ電話または直接。

スポーツ

ニュースポーツ教室「ラダーゲッター」



時 2月17日(月) 9:30～11:30
内 心身のリフレッシュ。
対 市内在住・在勤の人 定 30人

費 無料
持 動きやすい服、室内シューズ、タオル、飲み物

場 申 閏2月8日(土) 9:00から勤労福祉センター(☎591-8550)へ直接。電話申込不可。9:00に定員を超えた場合は抽選。

健康増進センターイベント

初心者モルック教室(全2回)
時 3月7日・14日の金曜日
10:00～11:30
定 15人(先着順)
申 2月10日(月)から

認知症総合講座
(認知症の原因・症状・対応等の講座)
時 3月13日(木) 10:00～11:30
場 北本市地域包括支援センター きたもと寿苑 看護師
定 15人(先着順)
申 2月13日(木)から

各イベント共通
内 特記なければ北本市・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 閏健康増進センター(☎592-4300)へ電話または直接。※9:00～16:00

健康相談(睡眠、息切れ、しびれ、その他各種)
時 3月13日(木)
11:00～13:00
場 栄養サポートみかん 岡野裕香さん
管理栄養士・介護支援専門員
定 3人(先着順)
申 2月9日(日)から

初心者スマホ教室
時 3月15日(土) 10:00～12:00
定 20人(先着順)
申 2月14日(金)から



【募集】令和7年度学校体育施設利用団体

原則として右表のとおり学校体育施設を開放しています。令和7年度中に利用を希望する団体は必ず登録申請をしてください。

対 次の①～③を満たしている団体
①構成員が5人以上である
②構成員の半数以上が市内在住、在勤する者
③成人の代表者がいる

申 2月3日(月)～20日(木)に、所定の用紙(市ホームページからダウンロードまたは生涯学習課で配布)に必要事項を記入し、生涯学習課へ直接。
他 1団体につき最大2校まで登録可。種目・内容によっては登録できない場合あり。体育館の夜間使用(19:00～21:00)は、夜間開放使用料として1団体1回の利用につき1,000円が必要。

施設名・区分			開放日	開放時間
体育館	日中	各小学校	土 日 祝	8:00～17:00
	夜間	各小学校	月～金	19:00～21:00
		北本中学校	月 金 土	
		東中学校	水 金 土	
		西中学校	火 水 木	
校庭	日中	宮内中学校	火 木 土	6:00～17:00(6:00～8:00は成人のみの使用)
		各小・中学校	土 日 祝	

【令和7年度第1学期(4月～8月)分の利用にかかる調整会議】
登録申請団体は必ず出席してください。※欠席団体は登録不可

時 校庭利用団体…2月26日(水) 18:00～
体育館利用団体…2月27日(木) 18:00～

場 文化センター

場 生涯学習課生涯スポーツ担当(☎594-5568)



ボッチャ&ラダーゲッター教室

ボッチャは、パラリンピックで話題になったゲーム。ラダーゲッターは、ゴムボールでつながった紐を投げ、ハシゴにかけるゲームです。子どもからお年寄りまで、誰でも気軽に参加できます。

時 2月15日(土) 9:30～12:00
9:10～受付

場 西部公民館 費 無料
対 市内在住・在勤の小学生以上の人
定 30人

持 動きやすい服、室内シューズ、タオル、飲み物

申 閏2月13日(木)までに北本市スポーツ推進委員連絡協議会(☎080-5542-0480)へ電話。

体育センタースポーツ教室

①HIPHOP教室
時 毎週水曜日 対 各10人(先着順)
・Kidsコース(4歳～小学1年生)
時 16:00～16:45 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

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

①②共通
持 動きやすい服、室内シューズ(館内土足禁止)

場 申 閏 参加費を添えて体育センター(☎593-2511)へ直接。

浦和レッズハートフルクラブサッカー教室

コンセプトは「サッカーの楽しみを知る」。プログラムはウォーミングアップから始まり、ボールフィーリング、ゲームを予定していますが詳しい内容は当日のお楽しみです。

時 3月8日(土) 9:00～11:00
※少雨決行

場 浦和レッズハートフルクラブより来園予定。

対 定 小学生80人(先着順) 費 無料

持 飲み物、サッカーボール

場 申 閏 2月8日(土) 10:00からQRコードまたは総合公園(☎592-4050)窓口へ直接。



〈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
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

認定補聴器技能者
柴田 治のお店
取り扱いメーカー Phonak WIDEX GN Oticon Signia

〈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

〈PR〉

北本市公式
Instagram
@kitamoto_city