

文化センター中央公民館	☎591-7321	西部学習センター(西部公民館)	☎591-0410	東地域学習センター(勤労福祉センター)	☎591-8550
文化センター中央図書館	☎592-0795	東間深井学習センター(北部公民館)	☎543-2115	本町西高尾学習センター(コミュニティセンター)	☎591-8420
南部学習センター(南部公民館)	☎592-2458	中丸学習センター(中丸公民館)	☎593-1010	野外活動センター	☎593-0008
中央地域学習センター(東部公民館)	☎591-2695	公団地域学習センター(学習センター)	☎592-3325	体育センター	☎593-2511

講座名	とき・ところ	内容	備考
 ルーシーダットン教室	場 東地域学習センター 時 2月18日(土)・25日(土) 午後1時30分～2時30分	体力のない人も楽しめるタイ式ヨガを体験してみませんか。健康・美容にも効果的です	対定 市内在住・在勤の人15人 費 500円(保険料、申込時持参) 申問 1月21日(土)午前9時から東地域学習センター(勤労福祉センター☎591-8550)窓口へ直接 ※21日午前9時に定員を超えた場合は抽選。定員に達しない場合は随時受付
 パソコン講座	場 本町西高尾学習センター 時 1月31日(火)、2月2日(木)・7日(火)・9日(木) 午前9時30分～11時30分	文字入力・簡単な文章の作成	対定 まったくはじめての人15人 費 700円(保険料含む) 申問 1月20日(金)午前9時から本町西高尾学習センター(コミュニティセンター☎591-8420)へ直接※20日午前9時に定員を超えた場合は抽選
 陶でひな人形づくり	場 野外活動センター 時 作陶…1月22日(日)、整形・色付け…2月12日(日) 午前9時～午後1時	陶でひな人形づくり、手作りのおひなさまでお祝いしましょう	定 20人(先着、要予約) 費 2,000円(お殿様、お姫雛の1対) 問 1月5日(木)から野外活動センター(☎593-0008)へ電話または直接
 リフレッシュエアロ	場 体育センター 時 毎週月曜日 午前11時～正午	日頃のストレスを解消!初心者におすすめのエアロビクスです	費 400円 申問 事前予約不要。当日体育センター(☎593-2511)へ直接
 ベーシックヨガ	場 体育センター 時 毎週日曜日 午前11時～正午	基本のポーズを中心に柔軟性を高め、体を引き締めます	対定 一般の人20人(先着)(初心者大歓迎!) 費 2,000円(計8回) 申問 1月4日(水)から20日(金)午前9時から体育センター(☎593-2511・〒364-0003古市場1-156)へ直接または講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、往復はがきで体育センターへ(電話予約可)
 誰でも楽しく始めよう!スポーツ吹矢教室	場 体育センター 時 2月1日～3月21日の毎週水曜日 午後2時～4時	吹矢式呼吸法で、楽しく気軽に健康になろう!(用具は体育センターで準備)	対定 一般男女30人(先着) 費 1カ月2,000円(4回・月謝制) 申問 1月4日(水)午前9時から体育センター(☎593-2511・〒364-0003古市場1-156)へ直接または講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、往復はがきで体育センターへ(電話予約可)
 バドミントン教室	場 体育センター 時 1月28日～土曜日の午後5時～7時	初心者から中級者どなたでも参加できます。初心者大歓迎!	対定 小学生30人(先着)※初心者大歓迎! 費 1カ月1,500円(3回・月謝制) 申問 1月4日(水)午前9時から体育センター(☎593-2511・〒364-0003古市場1-156)へ直接または講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、往復はがきで体育センターへ(電話予約可)
 小学生バドミントン教室	場 体育センター 時 1月16日～月曜日の午後5時～7時	基本からスマッシュ等の技術を学び、多くの仲間と楽しくゲームができるよう目指しましょう	定 中学生・一般男女(高校生・大学生含む) 費 一般1人1,000円、中学生1人500円 申問 1月20日(金)までに体育センター(☎593-2511)へ直接
 第2回北本市体育センター杯バドミントン大会	場 体育センター 時 2月11日(土・祝) 午前9時受付開始、9時30分試合開始	男・女ダブルス: 1部(上級者)、2部(中級者)、3部(初級者)、4部(中学生)	定 市内在住・在勤の人で構成しているチーム(1チーム8人以内、トリムCは男女各4人以内) 費 1チーム1,000円(連盟未登録チームのみ、申込時持参) 申 1月15日(日)から30日(月)までに、連盟登録チームは松本へFaxで、それ以外の方は体育センター窓口へ直接 問 北本市ソフトバレーボール連盟(松本☎・Fax 591-2476)※審判講習会を1月28日(土)午後6時30分から9時30分に南部公民館で開催
 第12回市長杯争奪ソフトバレーボール大会	場 体育センター 時 2月19日(日) 午前9時15分受付開始、9時40分開会式	トリムA(男子18歳以上)、トリムB(女子18歳以上)、トリムC(男女混合18歳以上)、トリムD(小学生・男女混合可)、トリムE(大人2人・子ども2人)	定 2歳から小学6年生までのお子さんとその保護者 ※市外の参加も可 費 無料 持 たこ(手作りのものや市販のもの) 申 当日直接会場へ 問 西部学習センター(西部公民館☎591-0410)へ直接
 親子凧あげ大会	場 天神下公園 (雨天の場合中止) 時 1月15日(日) 午前9時受付・9時30分～11時30分	親子で凧をあげ、きずなを深めましょう。楽しい参加賞もあります	



あなたも やってみよう

講座名		とき・ところ	内容	備考
	プラネタリウム (デジタルムービー「銀河鉄道の夜」)	場 文化センター 時 平成24年3月31日まで(室内リニューアル工事期間中は除く)の土・日曜日、祝日 午後3時30分～	宮沢賢治の幻想世界を映像化	費 大人500円、子ども(中学生以下)300円 問 中央公民館(☎591-7321) ※学校の冬休み期間中の月・水・木曜日も午後3時30分から投影を行います
	プラネタリウム (きっずプラネタリウム)	場 文化センター 時 1月4日～29日の土・日曜日、祝日 午前11時～	「ドラえもん 宇宙ふしぎ大探検」	費 大人200円、子ども(中学生以下)100円 問 中央公民館(☎591-7321) ※学校の冬休み期間中の月・水・木曜日も午前11時から投影を行います
	プラネタリウム (宇宙見人)	場 文化センター 時 1月4日～29日の土・日曜日、祝日 午後1時30分～	冬の星ものがたり劇場	費 大人200円、子ども(中学生以下)100円 問 中央公民館(☎591-7321) ※学校の冬休み期間中の月・水・木曜日も午後1時30分から投影を行います
	パソコン講座 Windows 7はじめての一步	場 文化センター 時 1月24日(火)～27日(金) 午前9時30分～11時30分	Windows 7の基本操作から文字入力、インターネットの活用操作	定 16人 ※申込みが少ない場合は中止することがあります。 費 7,000円 申 問 講座開始1週間前までに中央公民館(☎591-7321)へ電話等で
	パソコン教室 インターネットの使い方とメールの習得	場 文化センター 時 2月3日(金)・7日(火)・10日(金)・14日(火) 午前9時～正午	インターネットを自由に閲覧する、メールの使い方を楽しく操作する	対 定 50歳以上の人16人 ※申込みが少ない場合は中止することがあります。 費 4,000円(4回分)+資料代600円 申 問 講座開始1週間前までに中央公民館(☎591-7321)へ電話等で
	北本プロムナード	場 文化センター 時 1月25日(水) 午後6時～9時	ホールの開放	対 定 市内在住で、音楽・演劇・演芸等の活動を行っている団体6団体 ※出演に必要なものは、すべて持ち込み。出演時間は30分以内、出演順は主催者で調整。申 1月11日(水)の午前9時から、中央公民館窓口へ直接 ※11日午前9時に定員を超えた場合は抽選 問 中央公民館(☎591-7321)
	初心者パソコン体験講座	場 南部学習センター 時 2月3日・10日・17日・24日のいずれも金曜日の午前9時30分～11時30分	初心者の人向けのパソコン講座	対 定 市内在住・在勤の人10人 費 700円(保険料・資料代、申込時持参) 申 1月13日(金)の午前9時から南部学習センター窓口へ直接 ※13日午前9時に定員を超えた場合は抽選 問 南部学習センター(南部公民館 ☎592-2458)
	子ども映画館	場 中央地域学習センター 時 1月14日(土) 午前9時45分開場・10時上映	あしながおじさん、はだかの王様 ※宝島文庫によるお話もあり	定 60人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 中央地域学習センター(東部公民館 ☎591-2695)
	バレンタインチョコ作り	場 中丸学習センター 時 2月11日(土・祝) 午前9時～午後1時	バレンタインを前に手作りチョコを作る(ラッピングも含む)	対 定 小学生以上の親子2人1組10組まで(小学5年生以上の友達同士可) 費 1組1,200円(保険料・材料費等) 申 1月15日(日)午前9時から31日(火)午後5時までに中丸学習センター窓口へ直接 ※15日午前9時に定員を超えた場合は抽選 問 中丸学習センター(中丸公民館 ☎593-1010)
	子どもビデオシアター	場 公団地域学習センター 時 1月28日(土) 午前9時45分開場・10時上映	ももたろう、かさじぞう、ぶんぶく茶がまほか	定 90人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 公団地域学習センター(学習センター ☎592-3325)
	もっと知ろう友達の国	場 公団地域学習センター 時 1月29日(日) 午後1時30分～3時	スリランカの生活と文化について	定 60人 費 100円(資料代等) 申 当日直接会場へ 問 北本市国際交流ラウンジ委員会(学習センター内 ☎592-3325)

場=ところ 時=とき 対=対象 定=定員 費=費用 持=持ち物 申=申込み 問=問合せ



文化センター中央公民館	☎591-7321	西部学習センター(西部公民館)	☎591-0410	東地域学習センター(勤労福祉センター)	☎591-8550
文化センター中央図書館	☎592-0795	東間深井学習センター(北部公民館)	☎543-2115	本町西高尾学習センター(コミュニティセンター)	☎591-8420
南部学習センター(南部公民館)	☎592-2458	中丸学習センター(中丸公民館)	☎593-1010	野外活動センター	☎593-0008
中央地域学習センター(東部公民館)	☎591-2695	公団地域学習センター(学習センター)	☎592-3325	体育センター	☎593-2511

講座名	とき・ところ	内容	備考
 初心者向けバードウォッチング(2) 冬鳥いろいろ編	場 自然学習センター 時 1月20日(金)・29日(日)、 2月4日(土)・12日(日)・ 16日(木) 午前10時～正午	双眼鏡の使い方や鳥の探し方の解説と野鳥観察	定 各20人(先着順)※小学生以下は保護者同伴 費 無料 申問 1月4日(水)午前9時から自然学習センター(☎593-2891)へ電話で
 冬の自然観察オリエンテーリング	場 自然学習センター 時 1月28日(土)・29日(日)・ 31日(火)～2月5日(日) 午前9時30分～午後3時30分の間随時受付	地図を見ながら公園内を歩き、自然に関するクイズを楽しみます	費 無料 申 当日直接会場へ 問 自然学習センター(☎593-2891) ※小学生以下は保護者同伴
 第39回ジュニアスキー教室	場 群馬県水上宝台樹スキー場(ツインヴィラ宝台樹泊) 時 3月3日(土)・4日(日)の1泊2日	子どもを対象としたスキー講習	対定 市内在住の小学3年生から中学3年生40人(申込順) 費 2万1,500円(交通費・宿泊費:1泊3食付、初日の昼食は弁当持参・リフト代等、申込時持参)※貸しスキー・ウェア(2日間…各3,000円) 申 文化センター、体育課にある所定の申込用紙に記入し、1月29日(日)の午前9時から10時まで文化センターエントランスホールへ直接(印鑑持参)※1月30日(月)以降は体育課へ直接(参加費等は振込みになります) 問 北本市スキー連盟(岩佐☎090-8743-1673)

伝言板

開催	ところ	とき	備考
アロマで花粉症・インフルエンザ対策講習会	文化センター	1月8日(日) 午後3時～4時30分	費 3,000円(材料費) 問 緑とハーブのアロマレメディー(上田☎592-1963) ※講習内容:マスクに付けるアロマオイル、インフルエンザスプレー、うがい用オイル製作
北本市美術会第11回美術展	文化センター	1月11日(水)～15日(日) 午前9時30分～午後5時	費 無料 問 北本市美術会(佐々木☎591-0777)
映画会「アンダンテ～稲の旋律～」	文化センター	1月21日(土) 午後2時～4時	費 前売り券1,000円(小中高高校生800円)、当日券一般1,200円、シニア・学生・障がい者1,000円、小中高高校生800円 問 北本よい映画をみる会(鹿谷☎591-0015)
健康マージャン地域指導員養成講座	文化センター(最終回のみ「ゆとろぎ」)	1月30日、2月13日・20日、3月5日・12日・26日の月曜日 午後1時～4時30分	対定 点数計算ができる人15人(10人以下の場合は中止の可能性あり) 費 6,000円 問 NPO法人ゆとろぎ(☎592-6228)
水墨画二人展 墨彩画・アクリル画	文化センター	1月31日(火)～2月5日(日) 午前9時～午後5時 ※31日は午後1時から、5日は午後4時まで	費 無料 問 水墨画クラブ(清水☎592-1805)
研修講演会「老前整理」 —捨てれば心も暮らしも軽くなる—	文化センター	2月18日(土) 午後2時～4時	定 100人(先着) 費 無料 問 (社)上尾法人会北本支部事務局(☎591-4461)
第34回自然観察会 こすゑ 梢の先で春が始まりました —虫たちの冬越し—	北本中央緑地南端(高崎線下石戸下踏切付近)	1月28日(土) 午前10時～正午 ※雨天決行、子ども連れ歓迎	費 無料 問 NPO法人北本雑木林の会(白川☎593-0448)
市民ハイキング 八ヶ岳・北横岳	八ヶ岳・北横岳(長野県)	2月18日(土) 午前5時15分市役所駐車場集合	費 9,000円(参加費) 申問 さいたま山に親しむ会(上野☎080-5061-6201)へ電話で
募集	ところ	とき	備考
混声合唱団ラトナの団員	文化センター	第1・2・4日曜日、第3土曜日 午後7時～9時	費 会費月額4,000円 問 混声合唱団ラトナ(田中☎090-8682-0520)