

きたコミつうしん

講座・教室のご紹介

2月号 Vol.132

蕨市北町 1-27-15

☎048-432-2225

kitamati@city.warabi.saitama.jp

北町コミュニティ・センターでは、こどもから大人まで様々な方を対象とした講座を開催しています。
今回は、1月に開催した講座の一部を写真でご紹介します♪
これから開催する講座や教室については、きたコミつうしんを要チェックです♪



にこにこ広場



フットサル教室



ハロ北会（飾り巻き寿司をつくろう）



子育て親支援講座
ノーバティス・ハーフェクト・プログラム



お正月遊び（こま作り）



メモリアルフレーム
をつくろう



高齢者学級 いきいき学級
（おなか元気教室）

北町公民館・北町児童館案内

春休み子ども教室

算数マジック

日 時：3月27日（木）
午後2時～4時
対 象：蕨市内在住の小学3～5年生
30名（定員を超えた場合は抽選）
参加費：100円
申 込：2月7日（金）～3月7日（金）
北町公民館窓口へ（電話・メール可）

子育ておしゃべりサロン

日 時：2月19日（水）
午前10時～11時30分
対 象：0～2歳児とその保護者
会 場：北町公民館 2階和室
持ち物：バスタオル（お子さんが敷くため）
普段のお出かけに必要なもの等

北町連絡室のご案内

受付時間 平日午前9時～正午

申請できるもの	持ち物	手数料
住民票（写）	官公庁発行の写真付き 本人確認書類（免許証等） 写真無の場合は2点以上	1通 200円
印鑑登録 証明書	上記のものにあわせ 印鑑登録証	

※同一世帯ではない代理人は、委任状が必要。

行政サービスのご案内

取扱時間 午前9時～午後9時

内 容	料 金
粗大ごみ収集券 ※回収は申込制。申込は生活環境係 電話：048-443-3706	1枚 550円
改定版「わらび郷土かるた」	1冊 500円

児童館からのお知らせ

おはなしあ・の・ね

日 時：2月12日（水）
午前11時15分～
対 象：乳幼児親子
申 込：不要

0・1歳児ママのおはなし会

日 時：2月14日（金）
午前10時30分～11時30分
対 象：0・1歳児とその保護者 12組程度
申 込：当日まで
※申込みは来館にて受付

にこにこ広場&英語の絵本でABC

日 時：2月18日（火）
午前10時30分～11時30分
対 象：乳幼児親子 12組程度
申 込：不要

おもちゃの寄付 募集中!

おうちに眠っている使用可能なおもちゃがありましたら寄付をお願いいたします。

◆乳幼児用・小学生用のおもちゃ・ボードゲーム・
絵本・マンガ 等

※数や種類によっては、他館へまわさせていただくこともあります。



☆すべての事業は市内の方を優先とさせていただきます。

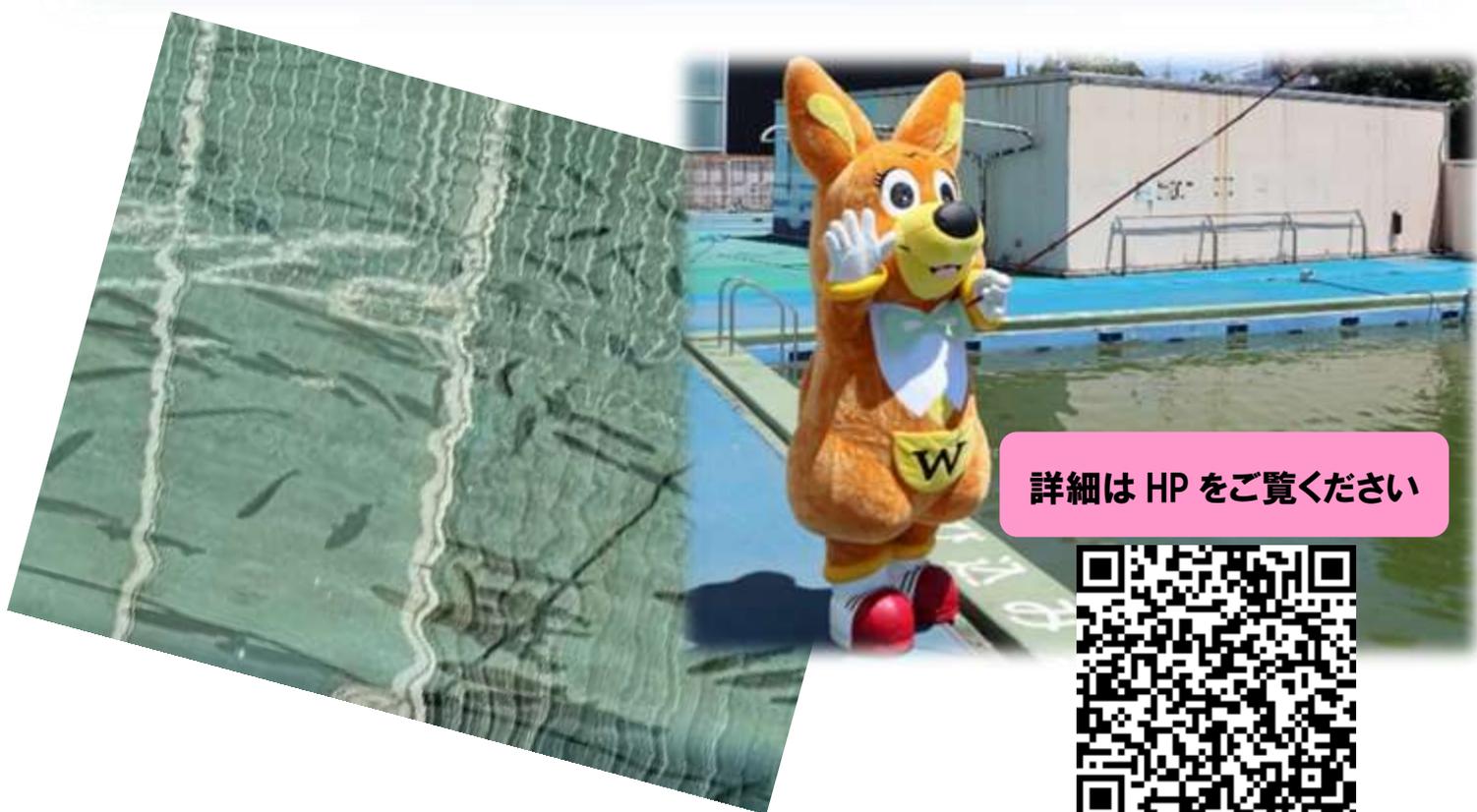
☆各催しは中止の場合があります。

電 話：048-211-2800（北町児童館）

最新情報

つかプーフッシング

期間限定 ニジマス釣り開始!



詳細は HP をご覧ください



営業時間: 10 時～15 時 ※14 時 30 分入場締切

釣れる魚: 錦鯉 ニジマス (11 月～4 月)

料金: 貸竿 1 時間 1,000 円 (共有可能・餌付)

魚持ち帰り: 1 尾 300 円 ※持ち帰り用の入れ物をご持参ください。

※持ち込み禁止: 竿、餌等、道具の持ち込み禁止です。

年齢制限: 小学 4 年生以下は保護者 (高校生以上) 同伴をお願いいたします。

※天候によっては中止となる場合がございます。

※ニジマスはリリース不可、必ず持ち帰りとなります。



教室情報

2月に当日受講できるおすすめヨガをご紹介します ベーシックヨガ

心と体をつなぐシンプルなひととき

3・10・17日（月） 9:45～10:45

武道場2（畳）料金 650 円/回

講師：山本 定員：25 名

朝活ヨガ

一日の始まりを爽やかに

4・11・18・25日（火） 9:30～10:30

武道場2（畳）料金 550 円/回

講師：佐藤 定員：25 名

アロマリラックスヨガ

香りと共に深呼吸、心身を整える時間

4・11・18・25日（火） 13:00～14:00

武道場2（畳）料金 450 円/回

講師：佐藤 定員：25 名



※申込は受付窓口で行います。

※当日、申込受付が出来る教室もございます。また人数に空きがあればHP上で予約することが出来ます。詳細につきましてはHPをご確認ください。

※教室はお休みの週もございます。詳細につきましてはHPをご確認ください。

※定員に達した教室は受付終了いたします。



当日申込予約のHPはこちら

わらたい体操

【簡単トレーニング】 部位：足全体



- ① 足を腰幅程度広げる。
- ② つま先を少し外側に向ける。
- ③ 息を吸いながら、お尻を突き出すように腰を落とす。
- ④ 息を吐きながら、元の姿勢に戻る。

POINT

呼吸を止めない！

回数よりフォーム重視！

下半身の筋力強化、姿勢改善におすすめ！

情報配信

蕨市民体育館の情報がいつでもどこでも確認できちゃう？！

Check



TikTok

☆フォロワー大募集☆

トレーニングルーム・卓球等の館内利用状況や教室情報！
さらに・・・PR 動画までさまざまな内容を配信しています！



Instagram



HP



X (旧 Twitter)

2・3月の予定

公：北町公民館 / 体：市民体育館、中央・塚越プール /
 児：北町児童館 / 市：蕨市 / コ：北町コミュニティ委員会
 学：小学校・中学校 / 他：その他催し
 公民館は月末休館 **児童館は日曜日・祝日休館**

2/1	土	体：蕨市軟式庭球連盟 県南三市親善 ソフトテニス大会 体：わらび剣友会 剣道錬成大会 前日準備	16	日	体：蕨市バドミントン協会 冬季市民バドミントン大会 体：市民協働課 みんなの広場	3/1	土	体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放 体：蕨市卓球連盟 第38回わらびオープン 卓球大会 前日準備
2	日	体：わらび剣友会 剣道錬成大会	17	月	公：イングリッシュルーム	2	日	体：蕨市卓球連盟 第38回わらびオープン 卓球大会
3	月		18	火	児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC	3	月	
4	火	公：フットサル教室	19	水	公：子育ておしゃべりサロン 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	4	火	
5	水	児：親子リトミック 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	20	木		5	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
6	木		21	金	公：ノーバディズ・パー フェクト・プログラム	6	木	
7	金	公：ノーバディズ・パー フェクト・プログラム	22	土	体：生涯学習スポーツ課 ちふれ交流事業 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放	7	金	公：ノーバディズ・パー フェクト・プログラム
8	土	公：子育てマネー講座 体：蕨市バスケットボール協会 蕨市バスケットボール 協会長杯大会	23	日	体：生涯学習スポーツ課 ちふれ交流事業 体：蕨市武術太極拳連盟 加盟団体合同練習会	8	土	体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放 体：生涯学習スポーツ課 スポーツフェア 前日準備
9	日	体：蕨市バスケットボール協会 蕨市バスケットボール 協会長杯大会	24	月	振替休日	9	日	体：生涯学習スポーツ課 スポーツフェア
10	月		25	火	公：ハ口北会	10	月	
11	火	建国記念の日 体：生涯学習スポーツ課 女子サッカー教室 親子レク	26	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	11	火	児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC
12	水	公：いきいき学級 児：おはなしあかね 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	27	木	公：キッズスポーツクラブ 児：ボールプール	12	水	公：いきいき学級 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
13	木	公：キッズスポーツクラブ 児：ボールプール	28	金		13	木	
14	金	児：0・1歳児ママのおはなし会 体：健康長寿課 いきいき百歳体操まつり				14	金	児：0・1歳児ママのおはなし会
15	土	体：生涯学習スポーツ課 ちふれ交流事業 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放				15	土	体：NPO法人マグナムカップ 2024年後期男子 マグナムカップ バレーボール大会

ホームページも随時更新しています！ぜひチェックしてみてくださいね♪

北町公民館→ 蕨市公式ホームページ <http://www.city.warabi.saitama.jp/> → 「生涯学習・スポーツ」
 をクリック→ 「公民館 北町公民館」をクリック→ 「イベント・講座」などをクリック
 で情報が見られます。

(参考) <https://www.city.warabi.saitama.jp/shogaigakushu/kouminkan/kita/index.html>
 市民体育館→ <https://warabi-sports.com>