

蕨市民体育館・北町公民館・北町児童館・・・蕨市北町コミュニティ・センターの情報誌！

きたコミっうしん

ママ北会 8月号 Vol.90



蕨市北町 1-27-15

☎048-432-2225

月号 Vol.90

6月から開催している「ママ北会」は、1・2歳児のお子さんとその保護者を対象にして、親子で一緒に講座を楽しんだり、参加者同士で交流することができる講座です。7月13日は消防署職員による乳幼児の応急手当講座を行いました。誤飲や熱中症など実際にあった事例を参考にしながら適切な対処法について学びました。参加者の皆さんも積極的に講座中にさまざまな質問が出て、非常に充実した講座となりました。



北町公民館・北町児童館講座案内

参加者募集してます 平和の紙芝居

日 時：8月19日（木）午前10時～
 対 象：幼児親子、小中学生、大人のかたまで
 30名（先着順）
 内 容：戦時中を描いた紙芝居を通じて平和の
 大切さについて考える
 申込み：7月26日（月）～
 北町公民館窓口へ



北町・南公民館合同事業 信濃わらび山荘 親子自然体験ツアー

日 程：9月11日（土）～12日（日）
 参加費：大人5,000円、子ども2,000円
 対 象：親子での参加（保護者＆小中学生、未就
 学児は山歩きができることが条件）
 定 員：14組程度（抽選）
 内 容：森の散策や初心者コースの山歩き、花火、
 たき火体験、星空観察など
 ※天気によりプラン変更あり
 申込み：8月10日（火）～23日（月）
 北町・南公民館窓口へ※電話・メール可

0・1・2ちゃん子育てマのしゃべりSALON

日にち：9月1日（水）
 時 間：午前10時～11時30分
 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
 その他：来館前に必ず検温してきてください。
 発熱（37.5℃以上）、風邪の症状が
 ある場合、体調がすぐれない場合は
 来館をご遠慮ください。
 保護者は必ずマスクを着用し、来館時は
 手洗い・手指消毒をお願いします。

平和事業

パネル展「原爆と人間」

期日：8月2日（月）～13日（金）
 会場：北町コミュニティ・センター1階
 図書館北町分館内
 ※申込等は必要ありませんので、開催期間中に
 お気軽にお越しください。

児童館からのお知らせ

ベビーマッサージ

日 時：9月30日、10月7・14日（全3回）
 参加費：1,000円（オイル代）
 対 象：2～8ヶ月の子どもと保護者
 10組（9月30日現在）
 申 込：蕨市の方 8月30日～9月17日まで
 市外の方 9月14日～9月17日まで
 電話又は直接来館



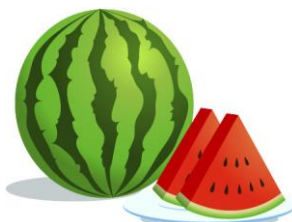
☆児童館利用の際は事前の予約が必要です。
 予約の方法が変更となる場合がありますので
 児童館に直接お問い合わせ下さい。
 問合せ：北町児童館（電話048-211-2800）

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 身分証明書（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。



蕨市民体育館からのお知らせ

最新情報

【令和3年度の蕨市プール休場のお知らせ】

令和3年度の蕨市中央プール及び塚越プールにつきましては
新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため休場とさせていただきます。
ご利用の皆様にはご迷惑をおかけし大変申し訳ございません。
何卒ご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。



【つかプーフィッシング】



今年度、塚越プールにて夏休み限定イベント「つかプーフィッシング」を開催いたします！
夏休み期間中の特別営業なので夏休みの思い出作りにいかがでしょうか？

場 所；塚越プール 蕨市塚越 5-9-3
営業時間；10:00～15:00 （14:30 受付締切）
料 金；1 時間 1,000 円 （竿・餌付）
釣れる魚；鯉 ＊秋には別の魚が入るかも！？
魚のお持ち帰り；1 尾 300 円 ＊容器はご持参ください

【臨時休業の可能性がある場合】

- ・雷が聞こえた場合
- ・気象警報発表時
- ・台風接近時
- ・その他、管理上必要な時

8月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

利用にあたっての注意点

- ※営業日は変更する場合がございます。
- ※竿、餌、釣り具の持ち込みは禁止です。場内の貸竿をご利用ください。（共有可能）
- ※駐車場はございません。
- ※小学生以下の方へはライフジャケットの活用をお勧め致します。（貸し出しがございます）
- 釣り場内での事故、ケガ、盗難については一切責任を負いかねます。予めご了承ください。
- ※小学4年生以下は保護者（高校生以上）同伴でお願いします。

※塗りつぶしてあるところが開場日です

お問い合わせ

048-432-2611 蕨市北町1-27-15



【塚越プール QR コード】

教室情報

【ゆったりピラティス・しっかりピラティス再開！】

7月よりしっかりピラティス、ゆったりピラティスの2教室が再開致しました！

ピラティスとは、呼吸と共に背骨やインナーマッスルを動かし、深く集中した状態を作ることによって脳の神経を刺激しながら人間が本来持っている機能を正常化し、生きるための活力を最大限引き出します。さらに特徴として、細部への意識で身体の使い方が学べる、深い呼吸で内臓も元気になる、最後にエネルギーで前向きなマインドになるのが特徴です。

- ・毎週金曜日 蕨市民体育館 1階武道場2
- ・ゆったりピラティス 9:45～10:45 ・しっかりピラティス 11:00～12:00
- ・料金：当日申込/550円（1回分）
- ・定員：各クラス10名 ※定員になり次第受付終了となります。
- ・申込方法：当日朝9時30分より当日申込及び、事前申込の受付を行っております。
※事前申込の場合は申込用紙のご記入をお願い致します。



※教室参加前に体調チェック（検温等）、手指消毒をお願い致します。

※教室中はマスク着用のうえ、ご参加ください。

※感染症拡大防止の為、急遽日程が変更になる場合がございます

【週一回のプチ留学！】

外国人講師と楽しく遊んで英語も運動神経も伸ばせるスクール！

資格のあるキッズコーディネーショントレーニングトレーナーと外国人英語講師が考案した、英語も運動能力もぐんぐん伸ばせる当スクールだけの独自プログラム！

日時：毎週木曜日 蕨市民体育館 武道場1

●年中年長クラス 15:00～15:45

●小1小2クラス 16:00～16:45

●定員：各クラス14名

主催：シンコースポーツ株式会社(蕨市民体育館指定管理者)

共催：株式会社 TEAMO



■TEAMO ENGLISH PLAY CLUB の特徴■

★外国人コーチが英語で楽しくレッスン

★体を使った楽しい「遊び」で子供たちは大喜び

★「遊び」は、運動神経を伸ばすコーディネーショントレーニングで構成

※各教室定員になり次第締め切りとさせていただきます。

※マスク着用のうえ、ご参加下さい。

※感染拡大防止の為急遽日程変更になる場合がございます。

お問い合わせ

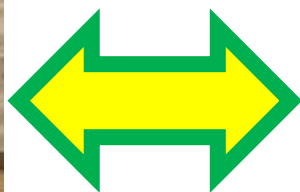
住所 蕨市北町 1-27-15

TEL 048-432-2611

わ ら た い 体 操

すこやかキッズ体操 【からだほぐし前歩き】

・おしりで少しずつ前にうごいてみよ

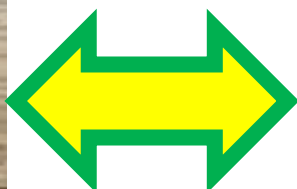


足を伸ばし長座で座り構えてみよう！
お尻の右側と左側を交互に持ち上げて前に進もう！

腕を振りながら前方向に移動してみよう！
ゴールを決めてやってみよう！

※マットを敷くなど、柔らかい床面の場所で実施しましょう。

簡単エクササイズ 【肩まわし】



両手を肩の付け根に添え、肘で丸を描くように左右交互、前方に回しましょう！
慣れてきたら前回しから後ろ回しにしてみましょう！

※体幹と肩甲骨を意識して大きく動かしましょう

ホームページや SNS にて、最新情報を配信中！

教室情報や館内利用状況等、随時更新しております！
是非ご確認ください！



ホームページ



Instagram



Twitter

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**

8/1	日	体：蕨市剣道連盟 蕨市剣道大会	16	月		9/1	水	公：0・1・2ちゃんママ 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
2	月	公：平和パネル展（～13日）	17	火	公：夏休みフットサル教室	2	木	
3	火	公：夏休みフットサル教室	18	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	3	金	
4	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	19	木	公：平和の紙芝居	4	土	
5	木		20	金		5	日	体：北町4丁目町会 敬老会「長寿と健康を祝う会」
6	金		21	土	児：館内整理のため午後休館 体：二市中体連 バスケットボール 秋季大会二市大会	6	月	
7	土	体：バドミントン一般開放 バスケットボール一般開放	22	日		7	火	児&公：にこにこ広場&英語 の絵本でABC
8	日		23	月		8	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
9	月	振替休日	24	火	公：夏休みフットサル教室	9	木	
10	火		25	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	10	金	
11	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	26	木		11	土	公：信濃わらび山荘 親子自 然体験ツアー 体：蕨剣友会 交流稽古会 体：バドミントン一般開放 バスケットボール一般開放
12	木		27	金		12	日	公：信濃わらび山荘 親子自 然体験ツアー 体：ソフトバレーボール協会 第26回協会長杯 第79回市民体育祭秋季大会
13	金		28	土	体：二市中体連 バスケットボール 秋季大会二市大会	13	月	公：イングリッシュルーム
14	土	体：バドミントン一般開放 バスケットボール一般開放	29	日	体：NPO法人マグナムカップ 第39回男子マグナムカップ バレーボール大会	14	火	公：ママ北会
15	日		30	月		15	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
			31	火				

※日程等が変更になる場合もございますので、ご了承ください。

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→ <http://www.saispo.jp/warabi-t/>