

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！

# きたたコミつうしん



## 第19回春が来たコンサート 4月号 Vol.110

蕨市北町 1-27-15

☎048-432-2225

kitamati@city.warabi.saitama.jp

3月26日（日）に新小学1年生を地域でお祝する春が来たコンサートが、4年ぶりに開催されました。子ども団体のダンスや模擬店で新1年生をにぎやかにお祝いできました♪



# 北町公民館・北町児童館案内

## 高齢者学級 いきいき学級

日 時：5月24日～3月13日  
水曜日 全10回 午後2時～  
対 象：60歳以上の蕨市民の方 40名 (先着順)  
参加費：500円  
※別途材料費のかかる講座があります  
申 込：4月13日(木) 午前10時から参加  
費を添えて北町公民館へ

## 北町イングリッシュルーム

日 時：5月15日～3月18日  
月曜日 全10回 午後4時～5時  
対 象：小学生1～4年生  
定 員：10名 (定員を超えた場合は抽選)  
参加費：200円 (参加初回に持参)  
申 込：4月18日(火)～28日(金)  
窓口・電話・メール可

## 子育ておしゃべりサロン

日 時：4月19日(水) 午前10時～11時30分  
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  
会 場：北町公民館 2階和室  
申 込：不要

## ハロ北会

日 時：5月9日～2月27日 全10回  
対 象：蕨市在住の1～3歳の子とその保護者  
定 員：20組 (定員を超えた場合は抽選)  
参加費：別途、集金  
※事前に参加確認します。  
申 込：4月7日(金)～28日(金)  
窓口・電話・メール可

## きたまち キッズスポーツクラブ前期

日 時：5月25日、6月15・29日、7月13・27日  
木曜日 全5回 午後4時10分～4時55分  
対 象：蕨市在住の小学生1～4年生  
定 員：20名 (定員を超えた場合は抽選)  
参加費：100円 (参加初回に持参)  
講 師：シンコースポーツ(株)スタッフ  
申 込：4月25日(火)～5月10日(水)  
窓口・電話・メール可

## 児童館からのお知らせ

### ベビーマッサージ

日 時：5月11・18・25日 木曜日 (全3回)  
午前10:30～  
対 象：親子 (初回当日に2～8ヶ月の子と保護者)  
8組  
参加費：500円 (オイル代)  
※お支払いは5月5日までにお願いします。  
申 込：蕨市の方 4月20日～5月2日まで  
市外の方 4月27日～5月2日まで  
直接来館又は電話

### 今月の製作

日 時：4月18日(火)  
～材料がなくなるまで  
◆手形でちょうちょうをつくろう

### にこにこ広場&英語の絵本でABC

日 時：4月18日(火)  
午前10時30分～11時30分  
対 象：乳幼児親子 7組程度 要事前申込  
申 込：4月11日(火)～(電話可)

### おはなしあ・の・ね

日 時：4月24日(月) 午前11時15分～  
対 象：乳幼児親子 7組程度 要事前申込  
申 込：4月17日(月)～(電話可)

### ボールフールで遊びませんか?

日 時：4月13日(木)・18日(火)  
対 象：小学生以下の子  
開館時間内

☆すべての事業は先着順・市内の方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。

☆児童館開館時間 午前9時～正午、  
午後1時30分～午後4時30分

電 話：048-211-2800 (北町児童館)

# 蕨市民体育館からのお知らせ

## 最新情報

### 団体活動を盛り上げよう！

蕨市民体育館では、バスケに剣道、柔道など！様々な種目に取り組みます！

相撲場



卓球場



アリーナ



武道場1



武道場2



#### チームを作ろう！

団体登録をすることで、施設予約が可能になります！  
月1回からでも、みんなで集まって気軽にスポーツしませんか？

##### 登録条件

- ・構成員10名以上(市内外問わず)
- ※ 詳細はHPをご覧ください。



HPのQRコード

#### メンバーを募集しよう！

3階アリーナの通路に、  
団体募集用のチラシコーナーを  
設置します！

**大人数で楽しみたい！**  
**もっと仲間が欲しい！**

そんな団体は  
オリジナルのチラシを作って、  
募集を呼びかけましょう！

# 教室情報

## 暖かく気持ちのいい季節に 運動しませんか？

春期教室（4月～6月）始めました！  
教室一覧はQRコードよりご確認ください⇒



### お子様向け教室



#### キッズ球技サークル

講師：高橋 健太

サッカーやバスケットをはじめとする球技を楽しむスポーツ教室です！

#### 日程：毎週水曜日

時間：16：00～17：00 対象：小学校1年生～4年生  
料金：当日申込み 350円 定員：20名

#### キッズコーディネーション教室

講師：一般社団法人  
コーチングバリュー協会

「バランス能力」「リズム能力」「反応能力」「操作能力」「認知能力」5つの能力が  
楽しく身につく！お子様の成長が間近で見られるチャンスかも！？

#### 日程：毎週金曜日

時間：幼児クラス（3～5歳） 16：00～16：45  
児童クラス（1～4年生） 17：00～17：45  
料金：当日申込み 750円 定員：各20名



- ※ 教室はお休みの週もございます。詳細スケジュールはHPをご覧ください。
- ※ 定員に達した教室は受付終了いたします。

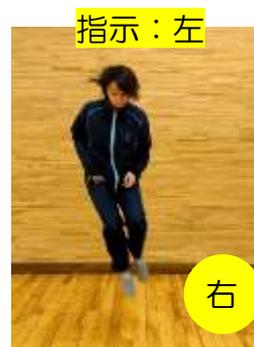
# わらたい体操

## 【キッズ☆チャレンジ】リバーシアクション！

目的：頭の体操！記憶力・判断力の向上が見込めます。

**START!**

指示出し  
前・右  
上・左！



**やり方**

- ① 好きな音楽を流します。
- ② 音楽のリズムに合わせて方向（前後左右上下）の指示を4つ出します。
- ③ 音楽のリズムに合わせて指示された方向とは逆にジャンプします。
- ④ 指示とジャンプを合わせて1ターンと数え、4ターン出来たらクリア！

## 【タオルストレッチ】部位：腰まわり

目的：反り腰・腰痛予防

**用意するもの**

- ・厚めのタオル
- ・イス

**やり方**

- ① イスに深く座ります。
- ② 太ももの下にタオルを置きます。
- ③ タオルを抱えるようにしてお辞儀をします。
- ④ 10秒間×5回を目安に行いましょう。

**START!**



**FINISH!**



**ポイント**

じんわりと腰が伸びていることを感じましょう。

※ ストレッチは呼吸を止めずに、必ず『痛みのない範囲』で行いましょう！

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！  
お問合せ：電話 048-432-2611



ホームページ



Instagram



Twitter

# 4・5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**

4/1	土	体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放	16	日	体：バドミントン協会 市民バドミントン大会 体：蕨市民音楽祭 公開オーディション	5/1	月	
2	日		17	月		2	火	
3	月		18	火	児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC 児：ボールプールで遊びま せんか	3	水	<b>憲法記念日</b> 児：休館 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
4	火		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	木	<b>みどりの日</b> 児：休館
5	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	20	木		5	金	<b>こどもの日</b> 児：こどもの日の為、開館 体：フロアボール協会 蕨市シニア・混成 ネオホッケー大会
6	木		21	金		6	土	児：振替休館 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放
7	金		22	土	市：市長タウンミーティング 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放	7	日	
8	土	埼玉県議会議員一般選挙準備 (休館)	23	日	体：フロアボール協会 蕨市小中高 ネオホッケー大会	8	月	
9	日	埼玉県議会議員一般選挙日 (休館)	24	月	児：おはなしあひね	9	火	公：ハロ北会
10	月		25	火		10	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
11	火		26	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	11	木	児：ベビーマッサージ 体：体力測定
12	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	27	木		12	金	他：スマートフォン教室
13	木	児：ボールプールであそび ませんか	28	金		13	土	体：卓球連盟 春季卓球大会個人戦
14	金		29	土	児：休館 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放	14	日	体：フロアボール協会 蕨市フロアボール オープン大会
15	土	児：館内整理のため午後休館 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放 体：蕨市民音楽祭 公開オーディション	30	日	体：フロアボール協会 市長杯争奪戦	15	月	公：イングリッシュルーム