

# きたこみつうしん



## 夏休み講座参加者募集！6月号 Vol.112

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、夏休みに向けた各種講座を開催します！今年の夏は、北コミで思い出をつくってみませんか？皆さんのお申込み、お待ちしております♪

※各講座とも、申込多数の場合は抽選となります。

### ハーバリウムをつくろう

日時:7月21日(金)

(第1回)10:00~11:30

(第2回)14:00~15:30

対象:蕨市内在住の小学1~6年生

各回20名

材料費:700円

申込み:6月5日(月)~6月28日(水)



### 宝石せっけんをつくろう

日時:7月25日(火)

午前10:00~12:00

対象:蕨市内在住の親子12組

(4歳以上~小学2年生の子と保護者)

申込:6月23日(金)~7月7日(金)



### オリジナルまが玉をつくろう

日時:8月1日(火)

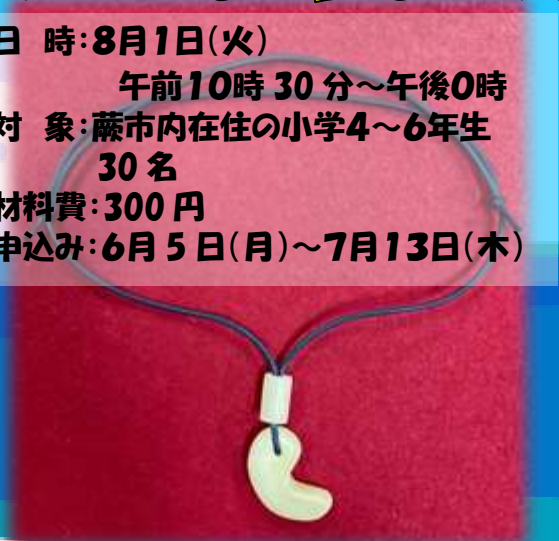
午前10時30分~午後0時

対象:蕨市内在住の小学4~6年生

30名

材料費:300円

申込み:6月5日(月)~7月13日(木)



### 手作りラジオをつくろう

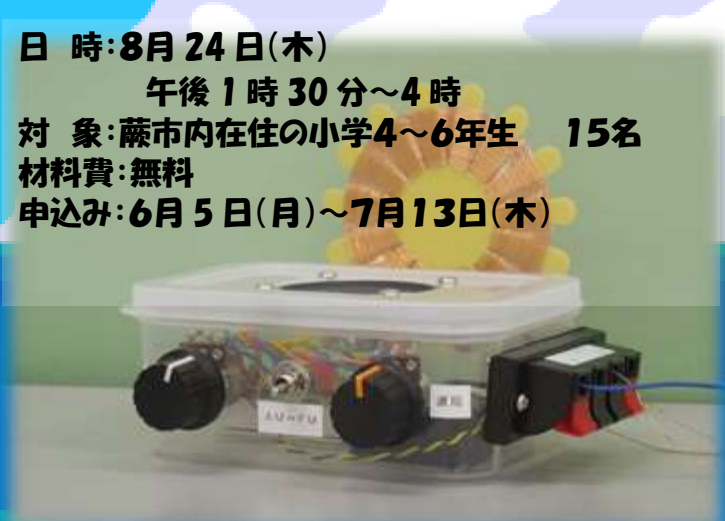
日時:8月24日(木)

午後1時30分~4時

対象:蕨市内在住の小学4~6年生 15名

材料費:無料

申込み:6月5日(月)~7月13日(木)



# 北町公民館・北町児童館案内

## 児童館からのお知らせ

### 楽しく元気に親子トシ

日 時：6月16日（金）  
午前10：30～11：30  
対 象：親子（当日に1歳以上の子と保護者）  
10組（先着順）  
申 込：受付中  
※申込状況についてはお問い合わせください。  
本人が直接来館

### 親子リトミック

日 時：7月4日（火）  
午前10：30～11：30  
対 象：親子（当日に1～3歳の子と保護者）  
10組（先着順）  
申 込：蕨市の方 6月 6日（火）～  
市外の方 6月13日（火）～  
本人が直接来館

### おはなしあ・の・ね 6月

日 時：6月19日（月）午前11時15分～  
対 象：乳幼児親子 12組程度  
申 込：不要

### にこにこ広場&英語の絵本でABC

日 時：6月20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

### おはなしあ・の・ね&七夕会

日 時：7月5日（水）午前11時15分～  
対 象：乳幼児親子 12組程度  
申 込：不要

### 今月の製作

日 時：6月20日（火）  
～材料がなくなるまで  
◆シール遊び・カード作り

### ボールプールで遊びませんか？

日 時：6月14日（水）・28日（水）  
対 象：小学生以下の子  
開館時間内



☆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）

## 子育ておしゃべりサロン

日 時：6月21日（水）  
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  
申 込：不要

## Wi-Fi 実証実験中

北町公民館（北町コミュニティ・センター）では、無料でインターネットに接続できるWi-Fi環境を試験的に整備しました。この試験の結果をもとに、今後の本格運用に向けて検討していきます。

【対応エリア】

1階ロビー周辺

【利用方法】

Wi-Fi接続時に必要なパスワード等を1階事務所にてお伝えします。

Wi-Fi

実証実験中!!



Warabi Public hall Wi-Fi

# 蕨市民体育館からのお知らせ

## 最新情報

**NEW!**

# エアロ&ダンス

## ダンス

大人のヒップホップ！  
簡単ステップだから初めてでも安心！  
つなげて音楽にのせると……！？  
ぜひ、ご参加ください！

## エアロビクス

年齢関係なし！未経験からでもOK！  
しっかりとした有酸素運動で  
きちんと全身を動かします！

月曜日 ZUMBA の  
講師もやっています！



担当：宮林 和美

日程：6月6・13・20・27日（火）

時間：9：15～10：00

料金：当日申込 550円

事前申込 1,800円

場所：1階 武道場2（畳）

申込：1階 受付でお申し込みください。

お問い合わせ☎

048-432-2611



## 教室情報

# 夏期教室(7月~9月)

# 申し込みが始まりました!

教室一覧はQRコードより  
ご確認ください⇒



事前申込ネット予約はこちらから  
お申し込みください⇒



## PICK UP!

ティーム イングリッシュ プレイクラブ  
TEAMO ENGLISH PLAYCLUB

### 週 1~2 回のプチ留学!!

### “遊び”で英語も

### 運動神経もぐんぐん伸びる!!



対象: 年中~小 2

時間:【年中・年長】15:10~15:55

【小 1・小 2】16:05~16:50

お問い合わせ・お申し込みは HP へ

HP QRコード ⇒  
Teamo-epc.com



Instagram @teamo\_english\_play\_club

# わらたい体操

## 【親子でチャレンジ】サイコロ動物園

目的：全身を使って真似をすることで、表現力を養います。 **全力で動物になりきろう！**



### やり方

- ① 好きな動物を描いてサイコロを作ります。
- ② 転がして出た目の動物の真似をします。
- ③ 親子で交互に行います。

### CHANGE !

動物の代わりに、  
顔の表情を描きましょう！  
顔の筋肉の運動になります。

## 【頭の体操】しりとりウォーキング

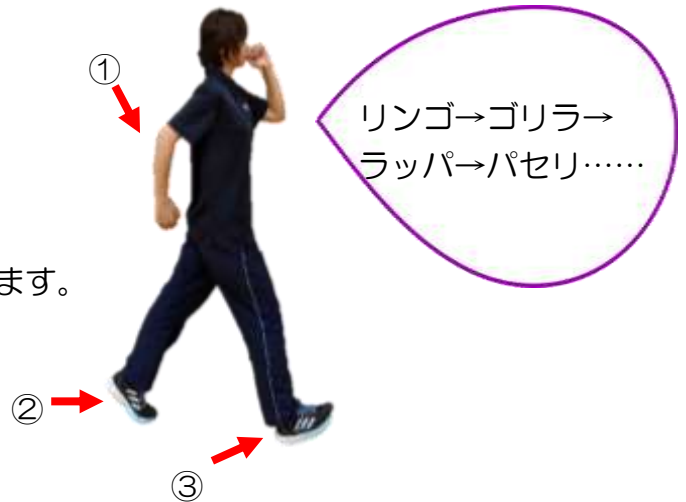
目的：歩きながらしりとりをすることで、認知症予防・転倒リスク軽減につながります。

### 正しいウォーキングのやり方

- ① 肘を曲げ、腕をしっかり後ろに引きます。
- ② つま先で地面を押しイメージで前に出して、かかとから地面に着地します。
- ③ 無理のない範囲で、大股で歩くように心掛けます。

### 注意！

しりとりに集中し過ぎないように、  
周りをよくみて歩きましょう！  
意識的にこまめに水分補給をしましょう！



20分～30分を目安に行いましょう！

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



インスタグラム



ツイッター

# 6・7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**

6/1	木		16	金	児：楽しく元気に親子トレ	7/1	土	体：剣道連盟 埼玉県地区講習会
2	金		17	土	児：館内整理のため午後休館 体：バレーボール協会 審判講習会 体：蕨市スポーツ少年団 研修会	2	日	体：日本フロアボール協会 日本フロアボール リーグ戦 体：蕨市武術太極拳連盟 レベルアップ講習会
3	土	蕨市長市議選挙準備（休館）	18	日	体：卓球連盟 第11回 クラブチームオープン 卓球大会 体：小学生将棋大会	3	月	
4	日	蕨市長市議選挙日（休館）	19	月	公：イングリッシュルーム 児：おはなしあひね	4	火	児：親子リトミック
5	月		20	火	児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC	5	水	児：おはなしあひね&七夕会 児：害虫駆除のため 15：30以降休館 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
6	火	公：ハ口北会	21	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	6	木	児：害虫駆除のため午前休館
7	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	22	木	体：二市中体連 学校総合体育大会 県南予選会（バスケ）	7	金	
8	木	体：二市中体連 学校総合体育大会 二市予選会（バスケ）	23	金	市：スマートフォン教室	8	土	体：2023年 前期女子 マグナムカップ バレーボール大会
9	金	体：二市中体連 学校総合体育大会 二市予選会（バスケ）	24	土	体：蕨市武術太極拳連盟 加盟団体交流大会 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放	9	日	体：ソフトバレーボール協会 第9回 七月交流親善大会
10	土	体：二市中体連 学校総合体育大会 二市予選会（卓球）	25	日	体：ソフトバレーボール協会 審判講習会	10	月	公：イングリッシュルーム
11	日	体：バドミントン協会 バドミントン団体戦	26	月		11	火	児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC （ふれあい相談）
12	月		27	火		12	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
13	火		28	水	児：ボールプールであそび ませんか 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
14	水	公：いきいき学級 児：ボールプールであそび ませんか 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	29	木	公：キッズスポーツクラブ	14	金	
15	木	公：キッズスポーツクラブ	30	金		15	土	児：館内整理のため午後休館 体：蕨市フロアボール協会 交流大会 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放

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>