

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！

きたこみつうしん



信濃わらび山荘に泊まって 自然を楽しもうツアー 開催！

9月号 Vol.115
蕨市北町 1-27-15
☎048-432-2225
kitamati@city.warabi.saitama.jp

7月29日～30日にかけて、北町・東公民館合同事業「信濃わらび山荘に泊まって 自然を楽しもうツアー」を開催しました。親子で信濃わらび山荘に泊まりながら、群馬サファリパーク見学や、牧場で動物と触れ合ったり、高原野菜の収穫体験をしました。信濃わらび山荘では、たき火を囲んで花火をしたり、星空観察を行ったりと、夏休みらしい夜を楽しみました。



北町公民館・北町児童館案内

子育て親支援講座 1-バティス・パーフェクト・プログラム

内 容：参加者の悩みや関心があることについて、参加者同士で話し合うことで自分にあった子育てを学ぶカナダ生まれの子育て親支援プログラム。

日 時：10月13・27日、11月10・24日、
12月8・15日（全6回）
午前10時～正午

対 象：0歳～未就学児をもつ母親
※託児あり

定 員：16組（定員を超えた場合は抽選）
参加費：600円（参加初回に持参）
申 込：9月1日（金）～9月27日（水）
窓口・電話・メール可



きたまち キッズスポーツクラブ中期

日 時：10月19日、11月2・16・30日、12月14日
木曜日 全5回

午後4時10分～4時55分（予定）

対 象：蕨市在住の小学生1～4年生

定 員：30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：9月15日（金）～10月6日（金）
窓口・電話・メール可

子育ておしゃべりサロン

日 時：9月6日（水）

9月20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

児童館からのお知らせ

季節の製作

日 時：9月1日（金）
～材料がなくなるまで
対 象：乳幼児親子・小学生

にこにこ広場&英語の絵本でABC

日 時：9月12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

日 時：9月27日（水）午前11時15分～
対 象：乳幼児親子 12組程度
申 込：不要

楽しく元気に親子トシ

日 時：10月6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：9月6日～10月3日まで
本人が直接来館

ミニミニ運動会

日 時：10月20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）
12組（先着順）
申 込：9月20日～10月17日まで
本人が直接来館



☆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）

蕨市民体育館からのお知らせ

最新情報

SNS をチェック！！

PR 動画公開中！

TikTok



Instagram



X



@warabi_taiku

イベント・利用状況など！
便利な情報公開中！

フォロワー大募集！

TikTok はじめました！

ワラビーくんによる、おもしろ！？動画大公開！

要チェック！



↑
Check

教室情報

生き生き⁺いきいきぷらす

ストレッチ、ウォーキング、
筋力トレーニングなど！
全身を動かしたい人におすすめ！

日程▶9月14・21日(木)

時間▶9:30~10:30

料金▶事前申込 900円/全2回

持物▶室内シューズ

場所▶蕨市民体育館 3階アリーナ



ゆっくりストレッチ

ゆっくり時間をかけて
固まった身体を伸ばしていきましょう♪
どなたでもご参加いただけます！

日程▶

時間▶17:45~18:45

定員▶20名(先着順)

料金▶事前申込 1,800円/全4回

当日申込 500円



わらたい体操

【親子でチャレンジ】全身じゃんけん

目的：全身を使うことで、柔軟性・運動能力の向上を目指します。

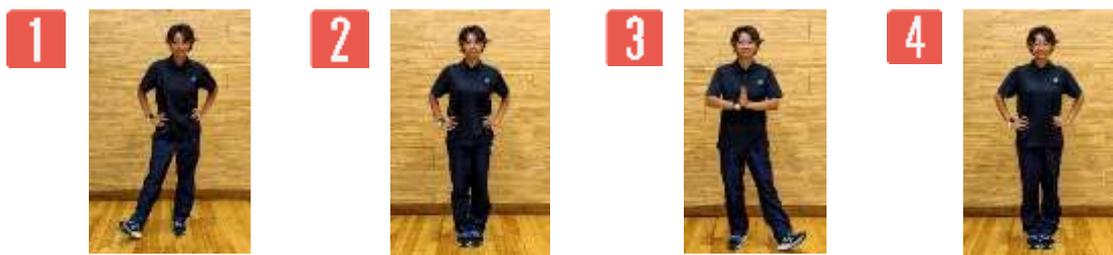


- ① 全身を使ってじゃんけんをします。
- ② 勝ったらその場でジャンプをします。
- ③ 負けたら勝った人の周りを歩きます。
- ④ あいこでバービージャンプをします。



【頭の体操】さんさんステップ

目的：頭を使って運動することで認知能力の向上を目指します。



.....20!

- ① 両足で立ち、数字を数えていきます。
- ② 1で右足を右側に出します。
- ③ 2で右足を元の位置に戻します。
- ④ 3で左足を左側に出します。
- ⑤ 4で左足を元の位置に戻します。
- ⑥ 20カウントまで続けます。
- ⑦ 3の倍数と3がつく数には手拍子を加えます。

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



X (旧 Twitter)

9・10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**

9/1	金		16	土	児：館内整理のため午後休館 体：さくらさくみらい蕨保育園 運動会 体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放	10/1	日	体：蕨市武術太極拳連盟 秋季体育大会 体：フロアボール 混成選手権予選会
2	土	体：バスケットボール協会 蕨市民体育祭兼 蕨市長杯バスケットボール大会 体：蕨市スポーツ少年団 指導者講習会	17	日	体：マグナムカップ 2023年前期男子 マグナムカップ バレーボール大会	2	月	
3	日	体：バスケットボール協会 蕨市民体育祭兼 蕨市長杯バスケットボール大会 体：北町4丁目敬老会 「長寿と健康を祝う会」	18	月	敬老の日 児：休館	3	火	
4	月		19	火	公：ハロ北会	4	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
5	火		20	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	5	木	体：介護保健室 町づくりの会 体：蕨市就学支援委員会
6	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	21	木	児：ボールプール	6	金	児：楽しく元気に親子トシ 体：二市中体連新人体育大会兼 県民総合スポーツ大会 県南予選会
7	木	児：ボールプール 体：卓球連盟 わらびレディースオープン 卓球大会	22	金		7	土	体：埼玉県武術太極拳連盟 太極拳レベルアップ講習会
8	金	体：学校教育課 蕨市立小・中学校 科学教育振興展覧会	23	土	秋分の日 児：休館 体：フロアボール協会 スペシャルオリンピックス 埼玉交流大会	8	日	体：フロアボール協会 男女選手権予選会
9	土	体：バドミントン一般開放 バスケット一般開放 体：学校教育課 蕨市立小・中学校 科学教育振興展覧会	24	日	体：ソフトバレーボール協会 第27回協会長杯 第81回市民体育祭秋季大会 体：弓道連盟 第81回市民体育祭弓道大会	9	月	スポーツの日 児：休館 体：生涯学習スポーツ課 市民体カテスト
10	日	体：竹紫館 竹紫館大会 体：学校教育課 蕨市立小・中学校 科学教育振興展覧会	25	月		10	火	
11	月	公：イングリッシュルーム 体：学校教育課 蕨市立小・中学校 科学教育振興展覧会	26	火		11	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放 体：蕨市就学支援委員会
12	火	児&公：ここに広場& 英語の絵本でABC	27	水	児：おはなしあのね 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	12	木	児：ボールプール 体：高齢者クラブ北町支部 北町支部スポーツ大会
13	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	28	木	体：二市中体連 新人体育大会兼 県民総合スポーツ大会 二市予選会	13	金	公：ノーバディズ・パーフ ェクト・プログラム
14	木		29	金	体：二市中体連 新人体育大会兼 県民総合スポーツ大会 二市予選会	14	土	公：ミジコ教室 体：卓球連盟 第81回市民体育大会 第52回秋季卓球大会 個人戦
15	金		30	土	体：二市中体連 新人体育大会兼 県民総合スポーツ大会 二市予選会	15	日	体：剣道連盟 戸田・蕨交流会

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>