

きたこみつうしん



わらびいんごで ケーキをつくろう

7月号 Vol.137

蕨市北町 1-27-15

☎048-432-2225

kitamati@city.warabi.saitama.jp

6月21日（土）に「わらびリンゴでケーキをつくろう」を開催しました。「わらびりんご収穫体験（商工観光課主催）」で収穫した、北半球で一番早く収穫できるわらびりんごを使ったパウンドケーキづくりに挑戦しました。親子で協力しながら、日本で一番早い今年採れたりんごを使ったお菓子作りができました♪



北町公民館・北町児童館案内

小さな海をつくろう

マリンレジン



日時：8月18日（月）
午前10時～11時30分
対象：蕨市内在住の小学3～5年生
20人（抽選）
材料費：800円
内容：レジンを使って自分だけの小さな海のストラップを作ろう！
申込：7月1日（火）～25日（金）
北町公民館窓口へ（電話・メール可）

ウッドカーをつくろう



日時：8月21日（木）
午後2時～4時
対象：蕨市内在住の小学3～6年生
20人（抽選）
材料費：無料
内容：自動車部品メーカーの設計者が本気で考えた間伐材を使ったクラフトキットに挑戦！
申込：7月1日（火）～25日（金）
北町公民館窓口へ（電話・メール可）

平和の紙芝居 昔の遊びをやってみよう

日時：8月5日（火）
午前10時～正午
対象：幼児親子、小学生、大人の方まで
定員：30名（先着順）
参加費：無料
内容：平和の紙芝居の読み聞かせ・手遊び等と昔の遊び体験
申込み：7月3日（水）～25日（金）
窓口・電話・メール可

親子で考える平和のバスツアー

日時：8月20日（水）
午前8時30分～午後5時（予定）
対象：市内在住の小学生とその保護者
定員：30名程度（定員を超えた場合は抽選）
参加費：大人1,200円、子ども500円
内容：埼玉県平和資料館見学、埼玉県こども動物自然公園見学
申込み：7月3日（木）～30日（水）
窓口・電話・メール可

児童館からのお知らせ

たなばた会



日程：7月4日（金）
時間：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
材料費：無料
内容：七夕のおはなしや製作、ハンドベルを楽しみましょう。

0歳児ママのおはなし会

日時：7月10日（木）
午前10時30分～11時00分
対象：0歳児とその保護者 12組程度
申込：不要
内容：友達作りや情報交換など

おはなしあ・の・ね

日時：7月16日（水）
午前11時15分～
対象：乳幼児親子 12組程度
申込：不要

☆すべての事業は市内の方を優先とさせていただきます。
☆9日は害虫駆除のため午前中休館です。前日の8日は準備のため午後3時30分にて閉館します。
☆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



日程▶7月19日～8月31日

9月6日～9月7日

※悪天候により休場となる場合がございます。

時間▶9:00～17:00（最終受付 16:15）

料金▶未就学児/無料 小中学生/50円

高校生/150円 一般/250円

7月21日（海の日）小学生/無料

お問い合わせ：蕨市民体育館 ☎048-432-2611

教室情報

のびのびきっず体操

～ゆうませんせいといっしょ～

日程 4・11・18・25日(金)

時間 15:45～16:45

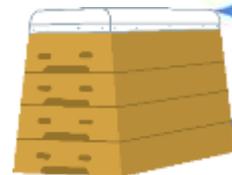
料金 1名300円

定員 10名(保護者同伴必須)

対象 未就学児(3歳～5歳)



今月は跳び箱!



① 先生が優しく教えます

未就学児が対象

基礎的な内容を一から教えます(とび箱、マット運動など)

種目ごとにチェックシートを作成し、目標を設定します。

先生が優しく教えるので**運動未経験でも大丈夫!**

② 楽しいから続けられる

種目ごとにテストを行います。合格したら

次のレベルの種目を行います。

自分の成長が分かるからやる気アップ!

※申込は受付窓口で行います。

※詳細につきましてはHPをご確認下さい。

※定員に達した教室は受付終了いたします。

お問い合わせ先：藤市民体育館 048-432-2611



わらたい体操

【簡単ストレッチ】 部位：肩回り

前後 10回×1セットからチャレンジ



- ① 両手を肩に軽く添える。
- ② ①の状態のまま、ひじで円を描くようなイメージで肩を後ろ側に回す。
- ③ 前側も同じように回す。

POINT!

呼吸を止めない。

大きく回す事を意識しましょう。

肩甲骨周りの柔軟性を高める(肩こり、首こりの予防に)

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

☆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!



TikTok



Instagram



HP



X (旧 Twitter)

7・8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(除：こどもの日)**

7/1	火	公：ハロ北会 (じゃがいも掘り) 児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC	16	水	公：いきいき学級 児：おはなしあのね	8/1	金	
2	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	17	木		2	土	体：バトミントン一般開放 バスケットボール一般開放 体：蕨市弓道連盟 機まつり弓道大会 前日準備
3	木		18	金	体：学校教育課 中学生地域防災 支援事業(WSS) 任命式及び防災講座	3	日	体：NPO法人マグナムカップ 2025年前期女子 バレーボール大会 体：北町一丁目町会 納涼盆踊り大会(雨天時) 体：蕨市弓道連盟 機まつり弓道大会
4	金	児：たなばた会	19	土	選挙管理委員事務局 参議院議員選挙 前日準備	4	月	
5	土		20	日	選挙管理委員事務局 参議院議員選挙	5	火	公：平和の紙芝居・ 昔の遊びをやってみよう
6	日		21	月	海の日	6	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
7	月		22	火		7	木	
8	火	児：館内消毒のため 午後3時30分閉館 体：健康長寿課 フレイル予防教室	23	水	児：藍染のハンカチ 体：硬式テニス一般開放 体：生涯学習スポーツ課 ニュースポーツ& ボルダリング体験会	8	金	
9	水	児：午前休館 体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	24	木		9	土	体：バトミントン一般開放 バスケットボール一般開放
10	木	児：0歳児ママのおはなし会	25	金	児：宝石せっけんをつくろう	10	日	
11	金		26	土		11	月	山の日
12	土		27	日		12	火	
13	日		28	月		13	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
14	月	公：イングリッシュルーム	29	火	児：感想文教室	14	木	
15	火	公：ハロ北会	30	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放	15	金	
			31	木				

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>