

きたこみつうしん



令和8年

3月号 Vol.145

蕨市北町 1-27-15

☎048-432-2225

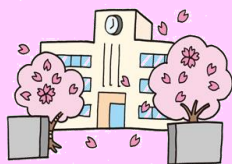
kitamati@city.warabi.saitama.jp

第22回

春が来たコンサート

3月22日(日)開催

午前11時開演



4月に新小学1年生になる北町地域の子どもたちを地域のみなさんでお祝いしましょう！

コンサートはどなたでも観覧できます。お誘いあわせのうえ、お越しください♪

●会場：北町コミュニティ・センター 小体育室

●対象：どなたでも

●出演団体：北四はやし会、Yuuki HIP HOP、D-Bits・D-D-Crew



新入学児童に上ばきをプレゼント！

北町コミュニティ地域に居住する新入学児童を対象に、北町コミュニティ委員会から『上ばき』をプレゼントいたします。

《注意》

★事前に申込みが必要です。

対象児童には「春が来たコンサート」参加申込書を送付しておりますので、3月5日(木)までに北町公民館へお申込みください。



模擬店開催

赤飯・コロッケ・焼きそば・

ポテトフライ・

お菓子など

盛りだくさん！

※数に限りがありますので売切れ次第終了となります。

北町公民館・北町児童館案内

春休み子ども教室 桜のミニリースを作ろう

日 時：3月30日（月）
午後2時～3時30分
対 象：蕨市内在住の小学3～5年生（3月時点）
定 員：20名（先着順）
参加費：800円
申 込：定員になり次第終了
北町公民館窓口へ（電話可）

子育ておしゃべりサロン

日 時：3月4日（水）、4月1日（水）
午前10時～11時30分
対 象：0～2歳児とその保護者
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

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 本人確認書類（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

市役所で「休日窓口」を
開設します

3月28日（土）・4月4日（土） 午前8時半～正午

転入・転出など、住民の移動が集中する時期の窓口の混雑緩和と市民サービスの向上を図るために、休日窓口の開設を実施します。取り扱い業務については広報わらび及びホームページをご覧ください。

なお、他の機関への確認が必要な場合など、平日と同様にお取り扱いができない業務があります。詳しくは事前に各担当課へご確認ください。

児童館からのお知らせ

にこにこ広場&英語の絵本でABC

日 時：3月3日（火）
午前10時30分～11時30分
内 容：ひなまつり
対 象：乳幼児親子 12組程度
申 込：不要

おはなし あ・の・ね

日 時：3月11日（水）
午前11時15分～
対 象：乳幼児親子
申 込：不要

赤ちゃんサインとふれあい遊び

日 時：3月17日（火）
午前10時30分～11時30分
対 象：0～1歳半までの乳幼児親子
12組程度
申 込：来館にて受付中

たんたんリズム！

日 時：3月19日（木）
午前11時15分～
内 容：リトミックや絵本等
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。

☆各催しは中止の場合があります。

電 話：048-211-2800（北町児童館）

最新情報

【シセイカルテ】

自分のシセイの歪み
知りたくないですか？

3月18日(水)・19日(木)

第一部 10:30 第二部 13:30

第三部 16:30 第四部 19:30

各部 定員5名

持物 携帯電話(測定後データをお渡しします。)

分析結果に応じた
改善エクササイズを提案!



料金：300円

申込：体育館1階窓口

教室情報

当日参加OK!!

3月から始める

やさしい運動習慣



できる運動から
少しずつ



今日は昨日より
少し元気に♪



スマイル体操

3月

5・12・19・26日(木)

9:30~10:30

料金

1回300円

講師：植田



申込：1F 体育館窓口

場所：3F アリーナ

持物：水分、タオル、室内履き
運動できる服装

※急遽日程変更等の可能性がございます。
※ご自身の体調管理の上、申込ください。

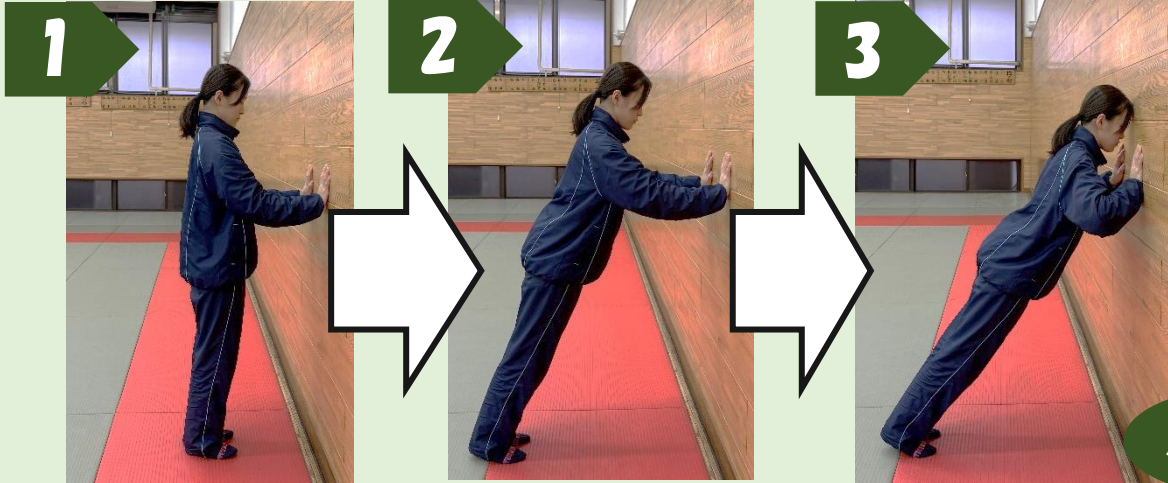
簡単!!

わらたい体操

～壁腕立て伏せ～



胸の力をつけて、日常動作を楽に♪



息を吐く

1 壁の前に立ち、胸より少し下で壁に手をつく。

2 足を後ろに少し引き、身体をまっすぐにする。

3 肘を無理のない範囲で曲げて、ゆっくり壁に身体を近づける。

4 肘を伸ばして、元の姿勢に戻る。

息を吸う

5 これを5～10回繰り返す。

※息は止めない

POINT

頭から足まで一直線を意識!

動作はゆっくり

情報配信

★フォロー大募集★



トレーニングジムの

混雑状況

一目で確認!!

・館内利用状況

(トレーニングジム・卓球等)

・教室情報

・PR動画…など配信中!



GYM DX



Instagram



HP



X

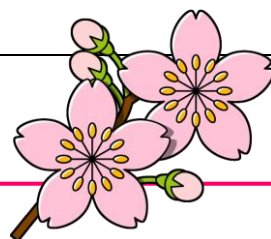


TIKTOK

3・4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)**

3/1	日	体：蕨市卓球連盟 第39回わらびオープン 卓球大会	16	月	公：イングリッシュルーム	4/1	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
2	月		17	火	児：赤ちゃんサインとふれあい 遊び	2	木	体：生涯学習スポーツ課 将棋教室
3	火	児&公：にこにこ広場& 英語の絵本でABC	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	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	19	木	児：たんたんリズム!	4	土	体：バドミントン一般開放 バスケットボール一般開放
5	木		20	金	春分の日 体：二市中体連 春期大会(バスケ)	5	日	体：蕨市フロアボール協会 蕨市シニア&混成ネオホ ッケー大会
6	金		21	土	体：二市中体連 春期大会(バスケ)	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 体：生涯学習スポーツ課 スポーツフェア前日準備	22	日	春が来たコンサート	7	火	
8	日	体：生涯学習スポーツ課 スポーツフェア	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		24	火		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	児：おはなしあいのね 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	26	木		11	土	体：埼玉県武術太極拳連盟 レベルアップ講習会
12	木		27	金		12	日	体：体育館事業
13	金		28	土	体：埼玉県武術太極拳連盟 太極拳レベルアップ 講習会	13	月	
14	土	体：NPO法人マグナムカップ 2025年後期男子 マグナムカップ バレーボール大会	29	日	体：イベント	14	火	
15	日	体：ソフトバレーボール協会 交流親善弥生大会	30	月	公：桜のミニリースを作ろう	15	水	体：ソフトテニス一般開放 硬式テニス一般開放
			31	火				



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>