

児童館の催し物 ☎722-9113

親子工作教室	
日時	11月30日(金) 10時30分～11時30分
場所	児童館集会室
内容	クリスマスリース作り
対象	町内在住の2歳以上の幼児と保護者
定員	20組(先着順)
費用	50円
申込み	11月16日(金)9時から児童館窓口または電話で受付
備考	「秋のひよこ組教室」に参加される方は、ご遠慮ください。ご本人のみの予約受付となります。

児童館クリスマス会	
日時	12月9日(日) 13時30分～15時30分
場所	総合センター3階大ホール
内容	劇団やまいもによる人形劇「あいさつのきらいな王さま」ほか。クリスマスの歌やゲーム、サンタさんからのプレゼントあり。
対象	町内在住の2歳児から小学生まで(幼児は保護者同伴)
定員	430名(全席指定)
費用	子ども200円(プレゼント代)、大人は無料
申込み	11月14日(水)～24日(土)までに、参加費を添えて児童館窓口へ
備考	12月9日(日)は、クリスマス会開催のため、児童館は休館になります。

児童館親子ピクス教室	
日時	12月14日(金) 10時30分～11時30分
場所	総合センター2階多目的ホール
内容	指導員による親子ピクスです。楽しみながら筋トレやストレッチ、親子ゲームなどをして、体を動かします。妊娠中の方はご遠慮ください。
対象	町内在住の2～3歳児と保護者
定員	20組(応募多数の場合は抽選)
費用	無料

申込み等については、下記をご覧ください。

【親子ピクス教室・3歳児ひよこ組教室の共通事項】

申込み	往復はがきに教室名、住所、お子さんの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を記入し下記へ
あて先	〒362-0806伊奈町小室5161伊奈町児童館 返信面に申込者の住所、氏名を記入してください。
申込締切	11月30日(金)必着

広告

児童館文化祭遊び体験

児童館では、11月10日(土)・11日(日)に行われる町総合文化祭に、こまやけん玉遊び、ふうせんヨーヨー釣り、輪投げ遊びなど楽しいコーナーを用意しています。詳しい時間等については、11月6日(火)から、児童館入り口にはり出しますので、ご覧ください。

お手伝いを募集します

児童館では、左記のクリスマス会をみなさんの手により、一層楽しんでいただくために、幅広い年齢層のボランティアを募集します。あなたもぜひ参加してみませんか!

- ▶ 内容 ゲームの補助や、歌や踊りなどのお手伝い
- ▶ 対象 小学3年生以上で、クリスマス会とその練習に参加できる方(中・高校生や大人の方も大歓迎!!)
- ▶ 申込み 来館または電話で受付

冬の児童館親子教室  
3歳児ひよこ組 冬 教室

日時	平成20年1月9・16・23・30日(水) 10時30分～11時30分(全4回)
場所	児童館集会室
内容	体操、工作、歌、おはなし等
対象	町内在住で平成16年4月～17年3月生まれの幼児と保護者
定員	18組の親子(応募多数の場合は抽選)
費用	100円
備考	1年に1教室だけ参加できます。3歳児ひよこ組教室は、2月にも開催予定です。

申込み等については、左記をご覧ください。

最近の新聞は面白いらしい!?

- ・読んでみたい新聞を1週間、無料でお届けします。お試し購読後、継続するかどうかをお客様がお決めください。勧誘はしません。
- ・対象は、朝日新聞、日本経済新聞、埼玉新聞、東京新聞。その他の銘柄もご相談ください。
- ・お試し購読後、ご成約の方にはプレゼントがあります。
- ・過去に無料お試し購読をされたことのあるお客様はご遠慮ください。

\* 無料お試し購読募集 \*

= 無料お試し購読の  
お申込みとお問い合わせ =

ASA 伊奈

(有)武田新聞店

Tel 723-1555 ☎0120-1540-76

## ふれあい活動センター（ゆめくる）の催し物

☎ 724-0717

ベタンクとキンボールをやってみよう	
内 容	陸上のカーリングと呼ばれる「ベタンク」と、大きいボールを使いサーブとレシーブを3チームで繰り返し競う「キンボール」を、室内でレクリエーションとして行います。1種目のみの参加でも大歓迎です。
日 時	11月17日(土) 13時30分～16時30分
場 所	体育室
定 員	20名
費 用	300円（保険代含む）
持ち物	室内シューズ、タオル、飲み物
申込み	来館または電話で受付

バランスボール教室	
内 容	バランスボールを使ったエクササイズです。バランス能力のアップ、姿勢改善、簡単な筋力トレーニングを行います。
日 時	11月19日(月)、11月26日(月) 15時～16時 2回とも同じ内容です。
場 所	体育室
対 象	中学生以上30名
費 用	町内在住・在勤者300円、町外者450円
講 師	トレーニングルームスタッフ
申込み	11月1日(木)から来館または電話で受付

ちょっとこだわった 写真年賀状を作ろう	
内 容	デジタルカメラを使い、写真年賀状を作りましょう。
日 時	11月25日(日) 13時～16時
場 所	視聴覚室
対 象	一般成人20名
費 用	300円（材料費含む）
持ち物	デジタルカメラ(お持ちの方)、メディア(SDカード、CFカード)、写真用紙(はがきサイズ)
申込み	来館または電話で受付

年越し蕎麦を打ってみよう	
内 容	年末に向けて、家族で楽しめる年越し蕎麦を打ってみましょう。
日 時	12月1日(土) 9時30分～12時 13時30分～16時
場 所	調理実習室
対 象	ともに一般成人8名
費 用	1,200円（材料費含む）
持ち物	エプロン、筆記用具、持ち帰り用容器、大きいボール(お持ちの方)等
申込み	来館または電話で受付

クリスマスケーキを作ろう	
内 容	プレーンとココア生地を使うダブルケーキと、冬らしいスノーボールクッキーを作りましょう。
日 時	12月13日(木) 13時～16時
場 所	調理実習室
対 象	一般成人16名
費 用	1,200円（材料費含む）
持ち物	エプロン、ふきん2枚、筆記用具等
申込み	来館または電話で受付

フラワーアレンジメント教室	
内 容	お正月用アレンジを作りませんか。
日 時	12月19日(水) 14時～15時30分
場 所	創作室
対 象	一般成人15名（先着順）
費 用	2,300円（材料費含む）
持ち物	花切りばさみ
申込み	11月25日(日)までに来館または電話で受付

## ゆめくる各種教室

## コース1 シェイプアップエアロビクス

内 容	初・中級者向け、ジョギング動作を行い、脂肪燃焼効果を高めます。強度<強>
日 時	11月26日～平成20年1月21日までの月曜（全7回） 10時30分～11時30分 12月31日、1月14日は除く
場 所	体育室
定 員	80名

## コース2 ピラティス教室

内 容	ピラティスは、体幹「軸」の安定した身体作りを目指した新しい運動です。身体の引き締まりや骨格のゆがみ、癖を解消する効果があります。強度<弱>
日 時	11月26日～平成20年1月21日までの月曜（全7回） 13時30分～14時30分 12月31日、1月14日は除く
場 所	会議室
定 員	30名

## コース3 エアロビクス初めてコース

内 容	ストレッチや筋力強化運動を行い、腰痛・肩こり解消を目指します。強度<弱>
日 時	11月28日～平成20年1月23日までの水曜（全8回） 10時30分～11時30分 1月2日は除く
場 所	体育室
定 員	80名

## コース4 みんなで歩こうエアロビクス

内 容	初・中級者向け、ウォーキングを中心とした動作を繰り返し行い、脂肪を燃焼させます。強度<中>
日 時	11月29日～平成20年1月24日までの木曜（全8回） 19時30分～20時30分
場 所	体育室
定 員	80名

## コース5 パワーヨガ教室

内 容	パワフルなヨガポーズを流れるように、テンポよく行います。総合的な体力作りができます。強度<中>
日 時	11月30日～平成20年1月25日までの金曜（全7回） 14時30分～15時30分 12月28日、1月4日は除く
場 所	会議室
定 員	30名

## 【ゆめくる各種教室 コース1～5の共通事項】

対 象	中学生以上
費 用	町内在住・在勤者1回300円、町外者1回450円
申込み	往復はがきに 希望コース 住所（町外在住で町内在勤の方は、勤務先名、所在地、電話番号も記入）氏名 年齢（学年） 性別 電話番号を記入し、下記へ
あて先	〒362-0806 伊奈町小室2450-1 ふれあい活動センター「ゆめくる」 複数のコースを希望の場合、コースごとに往復はがきでお申し込みください。
申込締切	11月12日(月)必着。応募多数の場合は抽選。