

☎…内容 📅…日時 📍…場所 👤…対象 👤…定員 🎒…持ち物
 📄…費用・参加費（記載のないものは無料） 🗣️…講師 📄…申込み 📞…問合せ

ふれあい
活動センター



伊奈町小室2450-1
 📄 ゆめくる窓口または電話で受付
 📞 724-0717

脳を鍛える楽しい折り紙教室

- ☎ 脳トレに役立つ、「久寿玉」と書いて縁起がよい「くす玉」を作ります。
- 📅 5月18日(土)13時30分～16時
- 📍 2階会議室1
- 👤 一般成人 👤 15名(先着順)
- 🎒 ボンド(のり)、はさみ、筆記用具
- 💰 800円(材料費含む)

無料講座！学びのセミナー

- ☎ 迫り来る金融危機！そのときあなたはどうか対処するのか？
- 📅 5月26日(日)
13時30分～15時30分
- 📍 2階視聴覚室
- 👤 20名(先着順)
- 🎒 筆記用具



くらしの相談室

(遺言・相続・離婚・成年後見等の無料相談)

街の法律家「行政書士」による無料相談会を開催します。ご相談者のペースに合わせて質問をお受けしますので、具体的な内容には資料などをご用意ください。

- 📅 5月19日(日)9時～16時30分 👤 6名(先着順)

みんな喜ぶデコ巻きずし教室

- ☎ ①動物シリーズ「おすわりパンダ」「うさぎ」②お花シリーズ「紫陽花」「ひまわり」を作ります。
- 📅 ①5月30日(木)②6月6日(木)13時30分～16時(全2回、1回のみ参加可)
- 📍 2階調理実習室
- 👤 一般成人
- 👤 16名(先着順)
- 🎒 エプロン、三角きん、ふきん、ハンドタオル、ラップ、持ち帰り用容器
- 💰 各回1,500円(材料費含む)



天然素材を使った上質石けん作り

- ☎ コールドプロセス製法で、手間と時間をかけて作る、天然のグリセリンやオイルのビタミン成分を含んだ高級な石けんを、殺菌・消臭効果のある竹炭を入れて作ります。
- 📅 6月9日(日)13時～15時
- 📍 2階創作室
- 👤 一般成人(6歳以上のお子様も保護者同伴で参加可)
- 👤 8名(先着順)
- 💰 1,800円(材料費含む)
- 🎒 手拭用タオル1枚、フェイスタオル2枚、ゴム手袋、エプロン、レジ袋2枚、持ち帰り用サージ紙袋

フィットネス教室 コース1～5

※今回は各コースとも全6回

コース1 初めてエアロビクス

- ☎ 音楽に合わせて楽しく運動を行います。運動に慣れていない方にもおすすめです。強度<弱>
- 📅 6月3日～7月8日の各月曜日 10時～11時(全6回)

コース2 スタイルアップピラティス

- ☎ 日ごろの癖を見直し、美しい身体作りを目指します。姿勢改善・腰痛予防におすすめです。強度<中>※靴不要
- 📅 6月3日～7月8日の各月曜日 13時30分～14時30分(全6回)

コース3 歩くエアロビクス

- ☎ リズムに合わせてシンプルな動作を繰り返し、脂肪燃焼やスタイルアップを目指します。強度<弱～中>

- 📅 6月5日～7月10日の各水曜日 10時～11時(全6回)

コース4 バレトン&簡単骨盤調整

- ☎ 美脚・美尻を目指す「筋トレ・バレエ・ヨガ」を組み合わせ、ウエスト引き締めや華やかな身体作りを行います。姿勢改善にも効果的です。強度<弱～中> ※靴不要
- 📅 6月6日～7月11日の各木曜日 19時30分～20時30分(全6回)

コース5 癒しのヨガ

- ☎ ヨガのポーズや呼吸法を行います。姿勢改善やスタイルアップをしたい方におすすめです。強度<弱> ※靴不要
- 📅 6月7日～7月12日の各金曜日 10時～11時(全6回)

フィットネス教室 共通事項

- 📍 体育室
- 👤 一般成人(コース4は中学生以上)
- 👤 各90名(応募多数の場合は抽選)
※抽選日以降の空き状況についてはお問い合わせください。
- 💰 町内在住・在勤者1回300円、町外者1回450円
- 📄 5月15日(木)(必着)までに必ず**往復はがき**(1人1枚)に①希望するコース②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)③氏名(フリガナ)④年齢(学年)⑤電話番号を記入のうえ、〒362-0806伊奈町小室2450-1 ふれあい活動センター「ゆめくる」へ
※返信用には、申込者のあて先(住所、氏名)を必ずご記入ください。
※複数のコースを希望の場合、必ずコースごとに往復はがきでお申し込みください。



Inastagram
イナスタグラム

町公式インスタグラムもやってます!

ユーザーネーム: ina_town17

伊奈町の魅力を広報紙とは違った角度で紹介します!
ぜひ一度ご覧ください。



1【ニューシャトル伊奈中央駅エレベーター竣工式(3月14日)】駅舎のバリアフリー化を図るため、伊奈中央駅にエレベーターを設置しました。／2【栄北高等学校キャリア教育プログラム政策提言(3月15日)】栄北高校のキャリア教育の一環として、生徒4名が町長・教育長に自ら考えた政策提言を提出しました。／3【S-GAP認定証授与式(3月25日)】持続可能な農業生産を行う農家を認定する「S-GAP」の認定証授与式が行われ、内田澄穂さんが伊奈町で初めてこの認定を受けた農家となりました。／4【伊奈町・郵便局包括連携協定(3月20日)】伊奈町と郵便局は、互いに連携協力を行う包括連携協定を締結しました。締結式には、伊奈ローズちゃんとおぼくまが駆け付けました。／5【さくらまつり】今年もさくらまつりが開催されました。メインイベント日には多くの花見客が訪れ、淡いピンクに咲くソメイヨシノに見とれていました。／6【大島家住宅主屋国登録有形文化財登録】小室地内中荻にある大島家住宅主屋が国登録有形文化財に登録されました。伝達式では、家主の遠藤さんに教育長から登録プレートが手渡されました。／7【ご入学おめでとうございます(4月8日)】町内小中学校の入学式が一堂に行われました。桜満開の中、緊張の面持ちの新入生たちが式に臨み、新たな一歩を踏み出しました。ご入学おめでとうございます!／8【伊奈ローズちゃん・伊奈ローズくんのLINEスタンプができました】パラの双子の妖精伊奈ローズちゃん・伊奈ローズくんが、伊奈町のイナあ〜をお伝えするため、LINEスタンプになって登場!詳しくは観光協会ホームページをご覧ください。☎ (一社)伊奈町観光協会 ☎724-1055

町の人口と世帯 (平成31年4月1日現在)

人口 44,740人 (前月比-41) 男性 22,619人 (-34) 女性 22,121人 (-7) 世帯 18,389世帯 (+52)