

ふれあい
活動センター

ゆめくる



伊奈町小室2450-1

申 ゆめくる窓口または電話

問 ☎724-0717

くらしの相談室

まちの法律家「行政書士」が、遺言・相続・離婚・成年後見等の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。

日 5月15日(日)9時~12時

定 3名(先着順)



パドル体操教室

<簡単に楽しく体力づくり!!>

内 シャもじ型のパドルを使ってストレッチを行います。生活習慣病、肩こり・腰痛予防、日ごろの運動不足やストレス解消に最適です。どなたでも、無理なく楽しみながらできます。

日 6月10日・24日、7月8日・22日の各金曜日13時30分~14時30分

場 2階会議室 対 一般成人 定 各15名(先着順)

持 室内シューズ、タオル、飲み物

※マスク着用、動きやすい服装でお越しください。

費 各回500円 申 5月20日(金)9時~受付

フィットネス教室コース1~6 (コース1・5は2交代制)

※マスク着用

コース1-①、コース1-② 「ゼロ」から始めるエアロビクス

※新設コースです。新インストラクターが担当します。

内 音楽に合わせて楽しく運動を行います。エアロビクスが初めての方や、久しぶりの方にもおすすめです。強度〈弱〉

日 6月6日~7月11日の各月曜日①9時30分~10時15分②10時45分~11時30分(各全6回)

コース2

※休講させていただきます。

コース3 歩くエアロビクス

内 音楽に合わせて動く、エアロビクスの基本ステップに慣れてきた方におすすめです。強度〈弱〉

日 6月8日~7月13日の各水曜日10時45分~11時30分(全6回)

コース4 パンチフィットネス

内 パンチやキックで身体も温ま

り、ウエスト引き締め&ストレス解消に効果的です。基礎代謝も向上します。強度〈弱〉

日 6月9日~7月14日の各木曜日19時30分~20時15分(全6回)

コース5-①、コース5-② 癒しのヨガ

内 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

日 6月3日~7月8日の各金曜日①10時~10時45分②11時15分~12時(各全6回)

コース6 身体コンディショニング

内 筋力やバランス感覚など身体を整えるエクササイズを行います。水曜エアロビクスの講師が担当します。強度〈弱〉靴不要

日 6月8日~7月13日の各水曜日9時30分~10時15分(全6回)

フィットネス教室 共通事項

場 体育室

対 一般成人(コース4は中学生~)

定 各70名(応募者多数の場合は抽選)

※抽選日以降の空き状況はお問い合わせください。

持 タオル、水分補給用の飲み物、室内シューズ(コース5・6は不要)

※マスク着用、動きやすい服装でお越しください。

費 町内在住・在勤の方1回400円

町外在住の方1回600円

申 5月18日(水) (必着) までに、必ず**往復はがき**(1枚につき1人)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電話番号をご記入のうえ、「〒362-0806 伊奈町小室2450-1 ふれあい活動センターゆめくる」へ

※返信用はがきには、申込者のあて先(住所、氏名)を必ずご記入ください。

※複数のコースをご希望の場合は、必ずコースごとに往復はがきでお申し込みください。

※2交代制のコース(コース1・5)のレッスンは、①②のどちらかの申し込みになります。

けんかつ

県民活動総合センター 内宿台6-26

申・問 生涯学習担当 ☎728-7113



今こそ『論語』の名言に酔いしれる(春期)

日 5月22日~6月26日の各日曜日10時~12時(全5回、6月19日除く)

定 70名(先着順)

費 8,000円(教材費含む)

宅地建物取引士講座

日 6月4日~9月24日の各土曜日10時~16時(全16回、8月13日除く)

定 30名(先着順)

費 68,000円(教材費含む)

お知らせ

レッツ祭

キャッチボールやバッティングなど、「野球をやってみよう!」というお子さん大歓迎! 女の子も募集しています! 詳しくは、伊奈レッツファイターズホームページをご覧ください。

※マスク着用、検温、参加者名簿の記入をお願いします。

日 5月8日(日)9時~11時30分(当日自由参加) ※予備日…5月15日(日)

場 小室小学校校庭

函 小学生(保護者同伴)

持 帽子、長ズボン、水筒、

お持ちの方はグローブ

問 保坂 ☎090-8587-1761



伊奈Gスターズ体験会

初めてでも大丈夫! 遊びながら、一緒に野球を楽しみましょう! 当日参加もOKです。お気軽にお越しください。詳しくは、伊奈Gスターズホームページをご覧ください。

日 5月8日(日)10時~12時(当日自由参加)

場 小針北小学校校庭

函 未就学児~小学生

持 水筒、タオル、帽子

問 岩崎 ☎090-3542-2438



オープンキャンパス

正社員就職を目指した専門技術教育(2年間)を行っています。ものづくりに興味があ

る方の参加をお待ちしています。

科目 機械制御システム科、空調システム科、情報制御システム科

函 入試情報等概要説明会、施設見学、個別相談(希望者)

日 5月21日(土)10時~12時

函 高校生など入校を希望される方

申・問 5月20日(金)までに、埼玉県立中央高等技術専門学校 ☎781-3241へ

第26回あとり絵水彩画展

8~60号の水彩画45点を展示します。

日 5月16日(月)~21日(土)9時~17時(初日は13時から、最終日は15時まで)

場 けんかつ展示コーナー

問 大川内 ☎722-3881

芳展会 書展覧会

漢字、行書、現代かななどを展示します。

日 5月29日(日)~6月4日(土)9時~17時(初日は13時から、最終日は15時まで)

場 けんかつ展示コーナー

問 岩崎 ☎721-0311

伊奈陶芸クラブ連盟南支部

函 マグカップと自由作品の制作

日 6月4日(土)・5日(日)、7月10日(日)、8月7日(日)9時30分~12時

場 南小学校陶芸室 函 一般成人

定 10名(先着順、要事前申込)

持 エプロン、タオル 費 1,000円

申・問 蓮実 ☎080-5423-7919

第14回伊奈工芸クラブ作品展

陶芸・木工芸など7種別の作品を展示します。

日 6月5日(日)~11日(土)9時~17時(初日は13時から、最終日は15時まで)

※6月6日(月)休館

場 けんかつ展示コーナー

問 岩井 ☎721-5273

募集します

県立上尾かしの木特別支援学校 ボランティア

本校は、知的障がいのある小学生から高校生までが通う県立特別支援学校です。子どもたちの教育活動をより豊かにするために学校行事や授業などの手助けをしてくださるボランティアを募集しています。

函 学校生活全般における児童生徒の支援

日 月~金曜日9時~15時30分

函 18歳以上の方で、本校実施の「ボランティア養成講座」を受講修了した方

●ボランティア養成講座(予定)

日 5月16日(月)9時~12時

※上記以外の日でも、個別に相談に応じますので、担当にお問い合わせください。

申 件名を「ボランティア申込」とし、氏名と連絡先を記載のう

え、☎764601@pref.saitama.lg.jpへ

問 埼玉県立上尾かしの木特別支援学校ボランティア担当土屋 ☎776-4601



総合センター

〒362-0809 伊奈町中央5-179



問 ☎722-9111 FAX 722-9114

老人福祉センターの利用には老人福祉センター利用者カードが必要です。伊奈町・蓮田市に在住の60歳以上の方なら、住所・年齢を証明できるものがあれば、すぐにカードが作れます。

あおぞらラジオ体操

日 5月6日、13日、20日、27日の各金曜日10時5分ごろ~(いなまるバス到着後)

場 西側エントランス(屋根あり)

持 タオル、飲み物など

※動きやすい服装でお越しください。

※当日直接ご来館ください。

放課後しゅくだいカフェ

共働き世帯の強い味方。小学生が無料で利用できる宿題スペースです。職員やボランティアが見守りながら、子どもたちが安心して宿題をしたり、おしゃべりしたりできる場所です。宿題をがんばった子には駄菓子1個をプレゼント。※事前申込不要、出入自由

日 5月13日(金)・27日(金)15時30分~17時

函 小学生

※町外在住の児童は保護者同伴でご来館

ください。

持 学校や習い事の宿題、筆記用具

幸せな人生にするための「おひとりさま/おふたりさま」終活セミナー

日 5月29日(日)13時30分~16時

定 20名(先着順)

講 根岸幸徳氏(終活サポートこしがや)

申 窓口または電話

住民無料相談室

相続・遺言・離婚・成年後見など、身近な問題を埼玉県行政書士会会員に相談できます。具体的な相談は、資料をお持ちください。

日 6月5日(日)9時~12時

※相談は、一人1時間までです。

定 6組(先着順)

申 窓口または電話

フラワーアレンジメント教室 元気が出る向日葵アレンジ

日 6月21日(火)10時~12時

場 第1研修室 函 一般成人

定 10名(先着順) 費 3,000円

講 杉山三和子氏

申 6月14日(火)まで受付

※材料手配の都合により、15日(水)以降のキャンセルはできません。この場合、あとから材料のお花をお渡しします。

伊奈町総合センター夏祭り 参加者募集

7月24日(日)開催の総合センター夏祭りに参加していただける方を募集します。

・大ホールダンス出演者

・ジェンガ大会参加者

詳しくは、総合センターにお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、広報いなに掲載したイベント等が中止・延期になる場合があります。最新の情報は、各担当部署または団体にお問い合わせいただくか、各ホームページ等でご確認ください。