

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

行政書士による遺言・相続・離婚・成年後見などの無料相談会です。資料がある場合は、お持ちください。

日 11月20日(日)9時~12時

場 1階相談室

定 3名(先着順、要事前予約)



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 12月9日・23日、1月13日・27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 タオル、飲み物、室内シューズ

*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 11月11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

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 11月28日~令和5年1月30日の各月曜日①9時30分~10時15分②10時45分~11時30分(各全8回)

*12月26日、令和5年1月2日休講

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のクラスです。強度<弱>

日 11月30日~令和5年2月1日の各水曜日10時45分~11時30分(全8回)

*12月28日、令和5年1月4日休講

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 12月1日~令和5年2月2日の各木曜日19時30分~20時15分(全8回)
*12月29日、令和5年1月5日休講

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 12月2日~令和5年2月3日の各金曜日①10時~10時45分②11時15分~12時(各全8回)

*12月30日、令和5年1月6日休講

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 11月30日~令和5年2月1日の各水曜日9時30分~10時15分(全8回)

*12月28日、令和5年1月4日休講

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(申込多数の場合抽選)

*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 11月16日(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)

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。

*コース1・5のレッスンは、各コース①②のどちらかのお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6-26



「飼い主力」と「防災力」ペットと家族の防災対策

日 12月3日(土)13時30分~15時45分

定 75名(先着順) 費 1,600円(教材費含む)

申・問 生涯学習担当 ☎728-7113

令和4年度埼玉未来大学受講生募集

内 ①ライフデザイン科 後期公開学習(講師:増田明美氏/会場:さいたま市文化センター)

②オンライン講座 ライフデザイン編(体と頭脳のパワーアップコース/埼玉の魅力と現代社会コース/地域社会でいきいきとコース/楽しく安心シニアライフコース)

③オンライン講座 市民活動編(入門コース/ステップアップコース)

日 ①12月23日(金)13時~16時②③1月~3月(視聴期間は各コース4週間)

対 ①県内在住の方②③令和4年4月1日現在で50歳以上の方

費 ①1,000円②1コース4,500円(1コース3講座、セット割引があります)③1コース3,000円(1コース4講座)

申・問 未来大学担当 ☎728-2299



お知らせ

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、施設見学、個別相談(希望者)

日 11月19日(土)10時~12時

函 高校生など入校を希望される方

申・罫 11月18日(金)までに、**埼玉県立中央高等技術専門学校** ☎781-3241へ

求人企業合同面接会

県内企業多数参加予定です。採用担当者と直接話してみましょ。予約不要、入退場自由、求人企業情報を来場者全員に配付します。

日 11月29日(火)13時~16時(12時~15時30分受付)

場 大宮ソニックシティビル4階市民ホール

函 令和5年3月に大学・短大・専門学校

校などを卒業予定の方、既卒3年以内の方

固 履歴書複数枚(当日会場でコピー可)

罫 埼玉県雇用対策協議会 ☎647-4185



任意後見制度に関するシンポジウム

成年後見制度の一つである任意後見制度は、本人が元気なうちに、将来の認知症などの判断能力の減退に備えて、支援者に支援してもらいたいことを頼む契約をしておくものです。

函 朗読劇「元気なうちから契約しようー任意後見制度ー」、パネルディスカッション「任意後見制度のこれから」

日 12月10日(土)13時30分~15時30分(13時~受付)

場 浦和コソソ7階ホール

定 100名

申・罫 11月30日(水) (必着) までに、**埼玉司法書士会** ☎863-7861 ☎864-2921にFAXまたは電話で申込。FAXの場合は、「任意後見制度に関するシンポジウム参加希望」、郵便番号・住所・氏名・電話番号・参加人数を明記し送付。後日入場券(はがき)をお送りします。

募集します

県立特別支援学校埼玉一学園(盲学校) 高等部専攻科入学者

視覚障がい(全盲または弱視)の10~60代の方が、あん摩・マッサージ・指圧、はり、きゅう師の技能を習得しています。卒業時には国家試験の受験資格が得られ、免許取得後は病院や介護施設などへの就職や治療院開業などへの道が拓けます。

函 県内在住で次の条件のすべてに該当する方

①両眼の視力がおおむね0.3未満の方、または矯正視力が0.3以上の方で、盲学校の教育を受けることが適当であると判断できる方(身体障害者手帳を未取得の方を含む)

②高等学校を卒業した方、または令和5年3月卒業見込みの方、またはこれらの者と同等以上の学力があると認められる方

選考日▶第1次募集は11月29日(火)、第2次募集は令和5年2月10日(金)

※相談・見学は随時受付中。

罫 埼玉県立特別支援学校埼玉一学園 高等部専攻科教育相談担当 ☎049-231-2121

公民館



〒362-0809 中央5-179

伊奈町公民館(総合センター内) ☎722-9112

申 11月24日(水)までに、次の①②いずれかの方法でお申し込みください。

①往復はがきに必要事項【希望講座名・住所・電話番号・保護者の氏名(ふりがな)・年齢・お子さんの氏名(ふりがな)・学年・年齢】をご記入のうえ、公民館にお送りください。

②町ホームページの入力フォームに必要事項を入力してお申し込みください。

※公民館窓口で申し込む場合は、返信用のはがきを1枚持参してください。

受講者の決定▶申込多数の場合抽選。結果は、講座開催日の1週間前までに①返信はがき②メールでお知らせします。

※講座開催の1週間前までに結果のお知らせがない場合は、必ずご連絡ください。

なお、応募は原則、町内在住・在勤の方です。

子育て支援セミナー

「クリスマス親子料理教室」

~笑顔いっぱいおうちでクリスマス!~

親子で楽しみながらクリスマスのお菓子を作りましょ!

函 クリスマスショートケーキ、スノーボールクッキー

日 12月17日(土)10時~13時

場 ゆめくる2階調理実習室

対 小学生と保護者

定 4組8名(1組2名まで)

講 松本綾子氏(管理栄養士)

費 1,200円(材料費)

※内容および費用は社会情勢により変更する場合があります。



お詫びと訂正

『広報いな』令和4年10月号31ページ「ストップ・ザ・温暖化!~私たちにできること~」の図表の数値に一部誤りがありました。正しくは次のとおりです。お詫びして訂正いたします。

(正)

表1 令和3年度温室効果ガス排出状況(町全体)

	温室効果ガス排出量 (単位: kg-CO ₂)	基準年に対して の削減割合
基準値(平成25年度)	7,771,562	
令和3年度実績	7,772,135	0.01%
目標(令和12年度)	7,166,000	-7.79%

図1 活動区分別排出割合



表2 役場庁舎・各施設(クリーンセンターを除く)から排出された温室効果ガスの量 (単位: kg-CO₂)

調査項目	排出される 温室効果ガス	基準年度 (平成25年度)	令和3年度	基準年度比	
電気使用量	CO ₂	2,049,270	2,098,078	2.38%	
燃料使用量	ガソリン	CO ₂	75,381	69,229	-8.16%
	灯油	CO ₂	55,082	13,742	-75.05%
	軽油	CO ₂	19,490	21,017	7.84%
	A重油	CO ₂	393,356	128,096	-67.44%
	都市ガス	CO ₂	0	221,059	
	LPG	CO ₂	43,153	19,162	-55.60%
公用車の走行量	CH ₄ N ₂ O	2,023	1,660	-17.98%	
カーエアコンの使用	HFC	901	1,087	20.63%	
温室効果ガス排出量 (CO ₂ 換算)		2,638,657	2,573,129	-2.48%	

※小数点以下を四捨五入しているため、合計が合わない場合があります。