

ふれあい
活動センター

ゆめくる



小室2450-1
 申 ゆめくる窓口または電話
 問 ☎724-0717

ミニボールエクササイズ

音楽に合わせて、小さいボールを使った全身運動を行います。腹筋や背筋の強化、バランス感覚の向上、姿勢改善などの効果が期待できます。どなたでも楽しく運動することができます。一人だとトレーニングが続かない方、たくさん運動をして汗をかきたい方、一緒にトレーニングをしてみませんか！

<運動強度：弱～中>

回 6月3日(月)・10日(月)・17日(月)
 19時30分～20時15分（1回のみ
 の参加も可）

場 2階会議室

対 一般成人

定 各回20名

持 室内シューズ、飲み物、タオル

費 町内在住・在勤の方400円、町外

講 ゆめくるトレーニングジムイン
 ストラクター

どこでもマジック教室

現役プロマジシャンから最先端の楽しいマジックを体験してみませんか！

回 6月8日(土)13時30分～16時

場 2階視聴覚室

対 高校生以上（保護者同伴であれ
 ばお子さんの参加も可）

定 20名（先着順）

持 筆記用具、バيسクル製トランプ

※プロ仕様バيسクル製トランプを
 お持ちでない方で、購入をご希望
 の方には600円で別途販売。

費 1,500円（ネタ代含む）

講 Mr.フマリック氏

パドル体操教室 簡単に楽しく体力づくり!!

しゃ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。

回 6月14日(金)・28日(金)13時30分～
 14時30分

場 2階会議室 対 一般成人

定 各回15名（先着順）

持 室内シューズ、タオル、飲み物
 ※動きやすい服装でお越しください。

費 各回500円

講 木川琴美氏（NPO法人パドル
 ジャックス体操協会）

ゆめくるベビーサロン ベビーマッサージ体験

対 ベビーマッサージやふれあい遊
 び、絵本の読み聞かせ

回 6月17日(月)、7月22日(月)10時30
 分～11時30分

場 2階和室

対 生後2か月以上の赤ちゃんと保
 護者

定 各回10組（先着順）

持 バスタオル、飲み物

費 各回500円

講 轟木智子氏（幼稚園教諭・保育
 士）

脳を鍛える楽しい折り紙教室

5月に開催された『ばら制定都市
 会議in伊奈』を記念し、色とりどりの
 のかわいいバラの色紙飾りを作りま
 す。

回 6月22日(土)13時30分～16時

場 2階視聴覚室

対 中学生以上

定 12名（先着順）
 対 はさみ、ボン
 ド（のり）、筆記用具
 費 1,200円
 （材料費含む）



無料講座！学びのセミナー 酢と寒天を使った健康料理で 菜いらずの生活実現！

メタボ成人の高脂血症や高血圧か
 らの脱却が可能な簡単な食事メニ
 ューをお教えします。作り置きもでき
 るし、ご家族にも喜ばれる料理で、
 当日の晩ご飯のおかずにもなります。
 皆さんも薬から脱け出して健康な身
 体になりましょう。レッツ！ボディ
 メーキング！

回 6月29日(土)13時30分～15時30分

場 2階調理室 対 一般成人

定 16名（先着順）

持 筆記用具、エプロン、持ち帰り
 用の大きめのタッパー2つ、マイ
 包丁（必要な方）

費 1,000円（材料費）

申 6月26日(水)までに、窓口または
 電話

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。具
 体的な内容を相談する際は、資料
 などをご用意ください。

回 6月16日(日)・20日(木)9時～12
 時

場 1階相談室

定 各回3名（要事前予約、先着
 順）

出張所をご利用ください

町では土曜日も開所している出張所を2か所設置して
 います。住民票など一部証明書の取得ができますので、
 是非ご利用ください。

取得できる証明書および取扱事務▼

・戸（除）籍謄（抄）本

※他自治体本籍の戸（除）籍謄本は、本人または直系尊
 属卑属の方しか取得できません。

※土曜日は他自治体本籍の戸（除）籍謄本を取得できま
 せん。

・戸籍の附票（町に本籍がある方のみ）

・住民票の写し

※委任状による個人番号入りの住民票を申請する場合は、
 代理人の方に手渡しせず、本人あてに郵送します。

・身分証明書（町に本籍がある方のみ）

・印鑑登録証明書

- ・所得に関する証明書
- ・固定資産税に関する証明書
- ・納税に関する証明書
- ・住民票記載事項証明書
- ・公共施設予約に関するお支払い

※予約の変更などはできません。

取扱時間▶月・水～土曜日9時～12時・13時～17時15分
 （火・日曜日、祝日、12月28日～1月4日および各施
 設休館日は休）

場 ・県民活動総合センター1階（内宿台6-26）

・ふれあい活動センターゆめくる1階（小室2450-
 1）

問 けんかつ出張所☎727-0191

ゆめくる出張所☎724-0717

お知らせ

第47回ふれあい住宅デー

因 模擬店、包丁研ぎ、住宅相談・耐震相談
 日 6月9日(日)10時～14時30分
 場 細田山会館、小貝戸区集会所
 問 埼玉土建上尾伊奈支部 ☎773-9863

第28回あとり絵「水彩画展」

因 8号～50号の水彩画51点を展示
 日 6月11日(火)～16日(日)9時～17時
 ※初日は13時～、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

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、お待ちしております。
 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
 因 入試情報など概要説明、施設見学、実習体験
 日 6月15日(土)13時30分～16時
 函 高校生など入校を希望される方
 申・問 6月14日(金)までに、埼玉県立中央高等技術専門学校 ☎781-3241へ

桶川ソフトテニス少年団体験会

日 6月16日・30日、7月7日・14日・21日・28日の各日曜日 8時30分～11時

場 桶川市舎人スポーツパーク
 函 小学生1～6年生
 持 飲み物、タオル
 ※ラケットの貸出あり。
 費 500円(保険代)
 申・問 参加希望日の2日前までに、桶川ソフトテニス少年団
 ☎okjstc@yahoo.co.jpへ



若者対象就職面接会

因 企業担当者による面接・企業説明
 日 6月17日(月)13時15分～16時(12時45分～受付)
 ※事前申込不要。
 場 大宮ソニックシティ地下展示場
 函 高校、専門学校、高専、短大、大学(院)などを卒業後、おおむね3年以内の方および34歳以下の若年者
 持 履歴書複数枚、ハローワーク受付票(お持ちの方のみ)
 ※履歴書がなくても参加可。
 参加企業▶100社程度(予定)
 ※詳しくは、埼玉労働局ホームページをご覧ください。
 問 ハローワーク大宮 ☎667-8609



第42回伊奈町美術家協会会員展

因 洋画、工芸、書、写真を展示
 日 6月25日(火)～30日(日)9時～17時
 ※初日は13時～、最終日は15時まで。
 場 けんかつ展示コーナー
 問 高橋 ☎728-4438

町ソフトボール協会主催町長杯争奪大会

因 トーナメント戦方式
 ※初参加チームは三部所属。

日 6月30日～7月21日の各日曜日
 場 町制施行記念公園第一球場
 函 町内に在任・在勤・協会登録されているチーム
 ※個人で参加希望の方は、既存チームを紹介します。
 申・問 6月10日(月)までに、中村 ☎090-4169-5419へ

町グラウンド・ゴルフ連盟主催町民ペア大会

因 32ホールストロークプレイ
 日 7月9日(火)8時～受付
 ※雨天の場合は7月12日(金)。
 場 町制施行記念公園野球場
 函 町内に在任・在勤・在学の成人(二人一組で申込)
 費 一組1,000円
 申・問 6月9日(日)までに、永末 ☎090-2549-5300へ

募集します

糸東会蓮田道場 空手教室

身体と心が鍛えられる空手を始めてみませんか? 無料体験は随時受け付けています。
 日 毎週月・水曜日
 場 ゆめくる体育室、蓮田市農業者トレーニングセンター(ユニクスから車で5分)
 ※6月10日(月)・24日(月)は、ゆめくる体育室で実施。
 函 幼児～中学生
 持 水筒、タオル
 ※動きやすい服装でお越しください。
 申・問 糸東会蓮田道場 ☎kame5050@me.com



総合センター
 問 ☎722-9111 FAX 722-9114

〒362-0809 中央5-179

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 6月7日・14日・21日・28日の各金曜日10時20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。

J A朝市

J Aさいたま四季彩館のご協力で、地元の新鮮野菜を取り揃えています。朝市なのぼりが目印です。
 日 6月13日(木)9時～12時
 場 西側エントランス

はじめてのスマホ体験教室

教材用のスマホを使って、基本的な

操作が初めての方にも分かりやすくアドバイザーがサポートします。

日 6月29日(土)10時～12時
 場 多目的ホール
 定 20名(先着順)
 持 筆記用具、飲み物
 講 スマホアドバイザー
 申 窓口または電話

エアロビクス体操教室

楽しくて、簡単なエアロビクスです。みんなで音楽に合わせて踊りましょう。
 日 7月7日(日)・14日(日)・21日(日)13時30分～14時30分
 場 多目的ホール
 対 18歳以上
 定 20名(先着順)
 持 飲み物、タオル、お持ちの方はヨ

ガマット
 ※運動のできる服装でお越しください。
 費 各回500円
 講 竹内由季氏
 申・問 6月1日(土)～窓口または電話

行政書士による住民無料相談

埼玉県行政書士会会員が、相続・遺言・離婚・成年後見の手続きなどについて、相談に応じます。
 日 7月7日(日)9時～12時
 ※相談は、一人1時間まで。
 場 第2研修室
 定 6組(先着順)
 申 窓口または電話