



★ コミュニティセンター講座 受講者募集 ★

【三俣コミュニティセンター】

「英会話上級」講座

社会問題や政治について英語でディスカッションしませんか。

日時: 12/8、12/22、1/12、1/26、2/9、2/23 (各金曜日 全6回) 14:00~16:00

場所: 三俣コミュニティセンター会議室 講師: 野口 宏 氏他

定員: 10人 (申込み多数の場合、抽選) 参加費: 無料 申込み期限: 11/20(月)

問合せ・申込み: 三俣コミュニティセンター TEL:0480-62-5367 ※火曜日休館

★ 糖尿病予防健康相談 ★

~1時間の相談で健康寿命を延ばしましょう!~

糖尿病は、放置するとさまざまな生活習慣病のリスクが高まります。健診結果で「血糖値やヘモグロビンA1cが高いってどういうこと?」「何に気をつけたらいいの?」と悩んでいる方へ、保健センターの保健師や管理栄養士が、個別にアドバイスをを行います。血管年齢と一緒に測定できます!この機会に、参加してみませんか?

日時: 12/18(月) ①13:30~14:30、②14:00~15:00、③14:30~15:30

場所: 大利根健康福祉センター 内容: 健康相談、栄養相談 対象: 市民

定員: ①2人 ②2人 ③2人 計6人(予約制) 持ち物: 健康手帳、筆記用具、健診結果(お持ちの方)

問合せ・申込み: 12/11(月)まで (申し込み終了後でも対応可能な場合がありますので、お問い合わせください。) いきいき健康長寿課(加須保健センター内) TEL:0480-62-1311

★ 運動体験講座「セラバンドエクササイズ」 ★

セラバンドとはゴムでできたバンドです。ゴムの伸縮性や長さを調節することで、効果的に筋トレやストレッチをすることができます。

日時: 11/24(金) 9:30~11:30 定員: 30人(先着順) 対象: 市民

場所: 加須保健センター 講師: 健康運動指導士

持ち物: 水分補給用の飲み物、汗ふきタオル、筆記用具、運動のできる服装・靴

※セラバンドはこちらで用意します

問合せ・申込み: 11/17(金)まで ※電話にてお申込みください。

いきいき健康長寿課(加須保健センター内) TEL:0480-62-1311

★ 医師出前講座 ★

~教えて、ドクター!血糖値の基本の「き」~

知っていそうで知らない、血糖値について現役医師がわかりやすく教えます。

日時: 12/21(木) 13:30~15:00 場所: 北川辺文化・学習センターのみり

講師: 加須市国民健康保険北川辺診療所 荒木 譲二 先生 対象: 市民

定員: 15人(先着順) 参加費: 無料 持ち物: 健康手帳、筆記用具、健診結果(お持ちの方)

問合せ・申込み: 11/9(木)~ いきいき健康長寿課(加須保健センター内) TEL:0480-62-1311

★ スマートフォン教室(1期) 受講生募集 ★

コミュニティセンターや文化・学習センターを会場にスマートフォン教室を開催します。

対 象: 市内在住の60歳以上でスマートフォンをお持ちの方

定 員: 1会場につき8人 ※申込みは、お一人につき1会場まで。

持ち物: お使いのスマートフォン、筆記用具 参加費: 無料

No.	日にち	会 場	内 容
1	12月13日(水)	大越コミュニティセンター	スマホの基本操作 アプリインストール ※マイナンバー申請 など
2	12月15日(金)	北川辺文化・学習センター(のみり)	
3	12月18日(月)	志多見コミュニティセンター	
4	12月19日(火)	騎西文化・学習センター(キャスルきさい)	アプリの基本操作 アプリインストール ※マイナポータル など
5	12月21日(木)	礼羽コミュニティセンター	
6	12月22日(金)	大利根文化・学習センター(アスタホール)	
7	1月12日(金)	加須コミュニティセンター	スマホ基本操作 アプリインストール ※健康保険証・公金受取口座の登録 など
8	1月15日(月)	不動岡コミュニティセンター	
9	1月18日(木)	北川辺文化・学習センター(のみり)	スマホを安全に使用方法 SNS、コミュニケーションアプリの利用方法
10	1月19日(金)	大利根文化・学習センター(アスタホール)	

※開催予定については、急遽変更になることもあります。あらかじめご了承ください。

※No.1~No.8 → 初級コース ★13:30~16:50(途中、休憩あり)
No.9、No.10 → 中級コース ★13:30~15:40(途中、休憩あり)

申込み: 11月20日(月) 10:00~(先着順) TEL:050-1807-8591 平日10時~17時
※「埼玉県加須市のスマホ教室の予約希望」とお伝えいただければスムーズにお手続きが行えます。

問合せ: 生涯学習課 TEL:0480-62-1223、FAX:0480-62-2221

メール: shogai@city.kazo.lg.jp ※土・日曜日、祝日休業

★ 「とね星の会」天文教室で一緒に星を探してみませんか ★

青空の中でも見える星があるのです。「とね星の会」では天文教室を実施しています。昼間の星を私たちと一緒に観察してみましょう！

①青空の中に金星をさがそう！ 実施済み 参加申し込みは終了しています。

②一番星をみつけよう！ ～一番星ってどんな星？ 見つかるかなあ。～

実施日時：11/25(土)15:00～17:00 参加申込み：11/15(水)まで

③夕空の中に眉月をさがそう！ ～眉月ってどんな月なの？～

実施日時12/16(土)15:00～17:00 参加申込み：12/6(水)まで

④昼間の天体観測に挑戦してみよう！ ～えっ昼間でも星が見えるの？～

実施日時：1/20(土)15:00～17:00 参加申込み：1/10(水)まで

②～④の共通事項として、対象：小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員：10組20人程度(先着順)

参加費：無料 ※当日、天候不順の場合は中止。 集合・実施場所：大越コミュニティセンター

問合せ・申込み：武正 和巳 TEL:0480-68-5252

※参加申込み後、改めて中止の場合の連絡方法など詳細をご連絡します。



★ 第9回ふじの里ウォーク 参加者募集 ★

ウォーキングを楽しみながら、健康づくりと仲間との交流を図ります。

日時：12/10(日) 8:30～13:00【受付8:10】 場所：騎西総合体育館「ふじアリーナ」

コース：騎西総合体育館～むさしの村～騎西総合体育館(約11km)

対象者：加須市に在住・在学・在勤する方(小学3年生以下は保護者同伴)

※中学生以下で参加する場合は保護者の同意が必要です。

募集人数：70人 ※先着順 参加費：1人100円 ※当日徴収

申込み：12/4(月)まで 申込用紙は、騎西総合体育館にあります。

その他：新型コロナウイルス感染症の状況により内容の変更や中止又は延期となる場合があります。

主催：騎西地域スポーツ協会 加須市スポーツ協会

協力：加須市スポーツ推進委員協議会 騎西支部

問合せ：騎西総合体育館 TEL:0480-73-7610

★ すみれ会 着付クラブ 会員募集 ★

自分で着物が着られるようになると、きっと世界が変わります。着付を練習して、着物ライフを楽しみましょう。

日時：第2、第4土曜日 13:30～15:30 場所：市民プラザかぞ 和室

会費：1,500円/月 講師：織田 良子 氏

問合せ：早川 美弥子 TEL:0480-53-3980

★ 女性就業支援セミナー 参加者募集 ★

「チェック！面接のポイント ～やればやるほど自信につながる～」

就職したい女性を応援します！ご希望の方は、セミナー受講後、「若年者向け就職面接会in加須」にご参加いただけます。

日時：11/27(月) 10:00～11:30 場所：市民プラザかぞ 5階 活動室

講師：ハローワーク行田 就職支援ナビゲーター 定員：15名 参加費：無料(託児無)

★雇用保険受給者でご希望の方には受講証明書を発行いたします★

問合せ・申込み：人権・男女共同参画課 TEL:0480-62-1111内線342

★ 加須図書館まつり ★

下記のとおり図書館まつりを開催します。ぜひ、ご来館ください。

日時：11/25(土)9:30～16:30 場所：加須図書館(市民プラザかぞ内)

図書館まつり催事：古本市、おはなし会、クイズラリー、工作教室ほか

定員なし、各催事での景品等はなくなりしだい終了

講演会「かぞの カマキリ先生 図書館まつりに来たる！」

講師：大熊 光治 先生(こども移動昆虫館 館長) 場所：市民プラザかぞ5階青年・女性センター活動室

対象：1部「アリとキリギリス」(幼児から)・2部「カマキリ物語」(小学校1年生～3年生程度)

定員：70人程度(先着順) 時間：14:00～15:30 受付：13:30～ ※入替なし

特別展示「かぞのカマキリ先生の臨時昆虫館」 期間：11/18(土)～11/27(月)

場所：加須図書館2階 ※カマキリ先生が収集した昆虫の標本等の展示

※詳細は、右のQRコードのHPよりご覧ください。

問合せ：加須図書館 TEL:0480-61-8200 ※火曜日休館

公式 Instagram はコチラ



★ 子育て支援イベント「ママ100まつり」開催 ★

子育て中のママさん大集合！100人でおむすびを一緒に食べてママ友100人会のおまつりを楽しみましょう。

日時：11/26(日) 10:00～15:00

場所：大利根文化・学習センター アスタホール

参加費：無料 ※各ブースはチケット制

問合せ・申込み：秋山 美香子 TEL:090-9735-2393

①ママ友100人記念イベント おにぎり100人限定

②角田市長と加須うどんづくり 10組限定500円

★ 加須地域老人クラブ連合会 文化創作展開催のお知らせ ★

加須地域老人クラブ連合会の文化創作展を開催します。当日は、市役所市民ギャラリーにてクラブ会員による絵画、手工芸などの力作が展示されますので、ぜひお越しください。また、老人クラブでは、文化活動のほかにもグラウンド・ゴルフやワナゲなど様々な活動を行っています。60歳以上の方であればどなたでも入会できます。詳細は創作展受付、または事務局までお問い合わせください。

日時：11/28(火)12:30～11/30(木)16:00まで

場所：加須市役所1階 市民ギャラリー

問合せ：加須市社会福祉協議会 加須地域老人クラブ連合会事務局 TEL:0480-62-6451

★ 寿美礼(すみれ)会「健康体操」会員募集 ★

健康と体操のサークルです。自然治癒力を高め、疲れを取り除き、ストレスを解消する自彊術です。丹田呼吸法で心も身体もリラックスしませんか？

日時：毎週水曜日 13:30～15:30 場所：礼羽コミュニティセンター

会費：800円/月 講師：織田 良子 氏

問合せ：新井 TEL:0480-65-0031

★ アロマライフお茶会 ★

家族の風邪防止や不眠対策、介護のリラクゼーションにアロマの実践的な活用方法をお茶会で一緒に学びませんか。

日時：11/12、12/10、1/21、2/4(各日曜日 全4回) 13:00～15:00

場所：川口コミュニティセンター 2F 参加費：500円

問合せ・申込み：申込み締切は各1週間前まで。 安田 道代 TEL:080-6626-7093

「生涯学習情報やってみませんか」は、毎月1日に発行しており、加須市ホームページでも閲覧することが可能です。

「加須市 やってみませんか」で検索！

発行：加須市教育委員会生涯学習課(バストラルかぞ内) TEL:0480-62-1223 ※土・日曜日、祝日は休業