



★ 礼羽公民館 講座受講生募集 ★

【写経講座】

般若心経の意味や写経の心得など、講話を交え楽しみながら学びましょう。

日 時：8/30、9/6・13・27 (各月曜日・全4回) 13:30~15:30

講 師：駒井 信亮 先生 定 員：10人 (先着順)
教材費：1,200円程度 持ち物：墨汁、硯、小筆、下敷き

【やさしい切り絵講座】

やさしい切り絵を作ってみませんか。

日 時：8/18、9/1・15・29、10/13 (各水曜日・全5回) 13:30~15:30

講 師：福田 傑 先生 定 員：10人 (先着順)
教材費：500円程度 持ち物：カッター、カッティングマット

【各講座共通】

場 所：礼羽公民館 講堂
締 切：7/31 (土)

申込み・問合せ：礼羽公民館 TEL0480-62-7597 (火曜日・祝日休館)

※礼羽地区の方を対象に事前に申込みを開始しています。
※やさしい切り絵講座は、市民学習カレッジ講座から公民館講座に変更になりました。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止する場合があります。

★ 女性就業支援セミナー 参加者募集 ★

テーマ「チェック！面接のポイント ～やればやるほど自身につながる～」

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、午後開催の加須地域合同就職相談会にご参加いただけます。

日 時：7/26 (月) 10:00~11:30

場 所：市民プラザかぞ 3階 302会議室

講 師：ハローワーク行田 就職支援ナビゲーター

定 員：10人 ※面接会の参加は5人まで (申込順)

対 象：就職を希望する女性 参加費：無料 (記号無)

★加須地域合同就職相談会

同日、午後1時30分から、市民プラザかぞ 3階 多目的ホールで開催
コロナ禍でも業務を拡大し、人材を募集する企業が参加します！

★セミナーを受講してチェックしたことを、さっそく相談会で活かしてみよう。

セミナーのみの参加も受け付けます。お気軽にご参加ください！

申込み・問合せ：人権・男女共同参画課 TEL0480-62-1111 内線342

★雇用保険受給中
の方は、求職活動の
実績になります。

★ 筋力アップトレーニング事業18期生大募集 ★

～仲間と一緒に体力年齢の若返り！～

週1回教室、週4回家庭でトレーニング(筋力トレーニング、有酸素運動)を実施します。

期 間：令和3年9月~令和4年3月 (週1回・6か月間)

対象者：加須市に住民票があり、概ね50歳以上で75歳未満(R4.3.31現在)の運動習慣のない方

◎実施期間中、継続して参加できる方を募集します。

◎筋トレ1期生~17期生として参加した方はご遠慮ください。

費 用：個人負担：4,950円(専用歩数計代)

(個別運動プログラム作成等のシステム使用料は市が負担します。)

トレーニング会場・コース(いずれかをお選びください。)



	加須保健センター		大利根健康福祉センター
トレーニング曜日	毎週水曜日	毎週木曜日	毎週水曜日
時間	9:00~ 11:00	13:30~ 15:30	13:30~ 15:30
募集人数 (先着順)	20人	20人	10人※ 申込みが5人未満の場合、会場・曜日を 変更していただくことがあります。
申込み 日時・会場	8/4 (水) 9:00~ 11:00	8/5 (木) 13:30~ 15:30	8/4 (水) 13:30~ 15:30
	加須保健センター		大利根健康福祉センター
申込方法	8/6 (金)~8/10 (火) 9:00~11:00、13:30~15:30 加須保健センター		
	健康状態等の確認をしますので、本人が会場にお越しください。(電話申込み不可) 申込時、健康診断結果(過去1年以内)をお持ちください。		

問合せ：いきいき健康長寿課 TEL0480-62-1311

★ 息さわやか♪「歯周病予防講座」★

お口がにおう原因のひとつに歯周病が挙げられます。歯周病について歯周病専門歯科医師が分かりやすくお話しします。お気軽にお申し込みください。

日 時：8/26 (木)

13:30~15:00 (歯科医師講話 約1時間 + 歯科衛生士歯みがき指導 約30分)

場 所：加須保健センター

対 象：加須市民

持ち物：筆記用具、健康手帳(40歳以上の方)

申込み・問合せ：いきいき健康長寿課 TEL0480-62-1311



加須市くらしの会創立10周年記念事業

★ 健康長寿をめざして！「いきいき健康セミナー」のお知らせ ★

自らの力で健康を保つことを学び、ますます元気でいきいきと暮らしましょう。あなた自身が、あなたの一
番の主治医なのです。第1回、第2回は、第1部に心のリラクスのための企画があります。

日 時：第1回 7/16 (金) 13:30~15:30
第1部 ソプラノ独唱&歌カフェ 第2部 講演と実技「ひざ・腰の痛みとその治療法」
第2回 8/20 (金) 13:30~15:30
第1部 箏演奏会 第2部 講演「身近で頼りになる地域医療とは」
第3回 9/16 (木) 13:30~15:30
講演と実技「リンパ整体体操で健康寿命を延ばそう！」

場 所：市民プラザかぞ 多目的ホール
定 員：各回50人（くらしの会会員以外の方は事前申込みが必要です。） 参加費：無料
講 師：第1回第1部 出演 ソプラノ歌手 杉田 明美氏 ピアニスト 林 久美子氏
第2部 医療法人社団弘人会中田病院 院長 中田 代助氏 理学療法士 高松 繁氏
第2回第1部 出演 箏奏者 大川 義秋氏
第2部 社団福祉法人宏和会理事長 鎗田 哲暢氏
北埼玉在宅医療連携室長 佐藤 政代氏
加須市健康医療推進課 児玉 昌氏
第3回 世界リンパ整体協会埼玉支部長 黒川 正男氏
申込み・問合せ：加須市役所市民相談室 TEL0480-62-1111 内線117 または
加須市くらしの会会長 杉沢 正子 TEL0480-68-5343

★ チェアdeヨガ 会員募集 ★

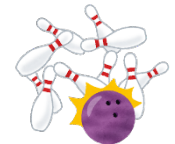
どのような方でも出来る、椅子に座って行うヨガです。
希望者には、ツボなどを意識したマッサージ時間もあります。
日 時：7/29 (木) (体験会) 9:30~12:00
場 所：川口コミュニティセンター 定 員：10人(先着順)
参加費：1,500円 持ち物：動きやすい服、飲み物、タオル
講 師：磯貝 広恵氏 (FUTURE ACADEMYチェアヨガインストラクター)
締 切：7/25 (日)
申込み・問合せ：磯貝 広恵 TEL090-6183-9454



新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、本紙に掲載している事業・サークル活動についても、予定が変更となる場
合があります。
実施の可否については、各主催者へ直接お問い合わせください。

★ 「健康ボウリング教室」 参加者募集 ★

スポーツで、健康増進・趣味と楽しみ、誰でもできます。
コース・日時：
月曜教室 午後コース…7/12・19・26、8/2・16・23(各月曜日)14:00から(全6回)
火曜教室 夜コース…7/13・20・27、8/3・10・17(各火曜日)20:00から(全6回)
場 所：ジョイナスポウル (加須市下高柳1-16 ピバモール加須2番街)
参加費：各コース2,000円 定 員：各コース20名
講 師：仲村 麻衣
申込み・問合せ：ジョイナスポウル 地主 裕美 TEL0480-53-5092



★ 本を旅するセミナーのお知らせ ★

日々の忙しい生活の中で、とかく見失いがちな夢や希望や隣人への愛をとりもどしたい、自分を見つめ今を
生きることを本から学びたい。本を旅してみよう。

令和3年度 本を旅するセミナー日程

第1回	7/3 (土)	「82年生まれ、キム・ジヨン」 チョ・ナムジェ 作 ~女性たちが心に閉じこめてきた思いとは~
第2回	10/16 (土)	「モモ」 ミヒヤエル・エンデ 作 ~人と人、豊かな人間関係とは~
第3回	(公開セミナー) 2/19 (土)	「金閣寺」 三島 由紀夫 作 ~なぜ彼は憧れを焼いたのか~

※他に、毎月第1水曜日 セミナーメイキング (13:00~15:30) 加須コミュニティセンター
時 間：13:30~15:30
場 所：市民プラザかぞ 302、青年センター ほか
主 催：本を旅するサークル
会 費：無料(一般) 会員会費：2,000円(年会費) ※会員随時募集中
申込み・問合せ：池田 TEL0480-65-7821



★ 加須少年少女合唱団 団員募集 ★

合唱祭、各種イベントに向けて歌の好きな仲間を多数募集しています。(幼稚園生から可)
歌ったり、踊ったりして合唱祭に参加してみませんか。興味のある方は是非見学に来て下さい。
活動日時：月2回 土曜日 16:00~18:00
場 所：礼羽公民館 会 費：1,500円/月
講 師：今村 明美 先生(東京オペラ 二期会会員)
問合せ：佐々木 かつ子 TEL070-6612-7361