



発行日:令和4年10月1日 (No.369)
発行:加須市教育委員会生涯学習課(パストラルかぞ内)
TEL:0480-62-1223 ※土・日曜日、祝日は休業

★ スマートフォン教室 (前期) ★

コミュニティセンターなど21会場にて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(応募多数の場合は抽選)。

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

Table with 4 columns: No., 日にち, 会場, 開催時間など. Lists dates from 11/21 to 12/14 and venues like 志多見コミュニティセンター.

※後期日程は、令和5年1月に他の7会場(回数としては8回)での開催を予定しています。
※後期日程の募集は、生涯学習情報「やってみませんか」11月号に掲載します。

★ リフレッシュクッキング 参加者募集★

①血糖コントロールのためのらくらく栄養バランス術

「糖尿病予防の食事」をテーマに講話を行います。

日時:10/28(金) 9:30~10:40

②おいしい減塩のコツ

「高血圧予防&慢性腎臓病(CKD)予防の食事」をテーマに講話を行います。

日時:11/4(金) 13:30~14:40

共通事項 ※調理実習と試食はありません。

場所:加須保健センター 参加費:無料 定員:12人(定員になり次第締め切ります)

持ち物:筆記用具、健康手帳(お持ちの方) 申込期間:10/3(月)~開催日前日まで

申込み・問合せ:加須保健センターへ電話 TEL0480-62-1311



★ 令和5年加須市二十歳の集い(旧名:成人式)挙行のお知らせ ★

加須市では、令和5年開催の二十歳の集いについて、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、会場並びに開催時間を分散させ挙行いたします。

対象者:平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた本市在住者、及び出身者。

開催期日:令和5年1月8日(日)

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止または延期する場合があります。

時間・会場

Table with 5 columns: 会場, 対象者(中学校区), 受付時間, 開催時間. Lists venues like 加須, 騎西, 北川辺, 大利根.

案内状の送付:10月1日を基準とし、11月上旬に加須市内在住の対象者へ案内状を送付予定。

※市外在住者でも、加須市出身者であれば出席可能。(当日、受付可)

※案内状が届かない場合は、問い合わせ先までご連絡ください。

問合せ:加須地域:生涯学習課 0480-62-1223

騎西地域:騎西文化・学習センター(キャッスルきさい) 0480-73-3101

北川辺地域:北川辺文化・学習センター(みのり) 0280-62-1710

大利根地域:大利根文化・学習センター(アスタホール) 0480-72-1023

★ コミュニティセンター講座 受講者募集 ★

【不動岡コミュニティセンター】

①そば打ち体験講座受講生募集☆

日本の伝統食文化である『そば』を自分で打つ「そば打ち体験講座」を開催します。初心者の方大歓迎です。お気軽にご参加ください。

日時:11/10・17・24 全3回(各木曜日) 9:30~12:00

場所:不動岡コミュニティセンター 料理実習室

材料費:1回 1,000円 各回で集金します。 講師:渡部 隆夫 氏

定員:10人(先着順) 申込期限:10/17(月)まで

申込み・問合せ:不動岡コミュニティセンター TEL0480-62-7203 ※火曜日休館

★ 脂質異常症予防健康相談 ～1時間の相談で健康寿命を延ばしましょう!～ ★

脂質異常症は、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。健診結果で脂質異常症の疑いがあるとされた方、「何に気をつけたいの?」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行います。この機会に参加しませんか?

日時: 11/10 (木) ①13:30~14:30、②14:00~15:00、③14:30~15:30
場所: 加須保健センター 内容: 健康相談、栄養相談 定員: ①~③の時間帯各3名(予約制)
対象: 加須市民の方 持ち物: 健康手帳、筆記用具、健診結果(お持ちの方)
申込み: 11/2 (水) まで 問合せ: いきいき健康長寿課 TEL0480-62-1311

★運動体験講座「正しい姿勢&美しい歩き方」★

正しい姿勢や美しい歩き方は、見た目を変えるだけでなく、体幹の筋トレやケガ予防にもつながります。この機会にあなたの姿勢や歩き方をレベルアップしてみませんか。

日時: 11/29 (火) 13:30~15:30
対象・定員: 40歳以上の加須市民の方 15人(先着順)
場所: 北川辺健康福祉センター 講師: 健康運動指導士
持ち物: 水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、筆記用具、健康手帳(お持ちの方)、
運動のできる服装・靴(室内履き)
申込方法: いきいき健康長寿課(加須保健センター)へ電話
TEL0480-62-1311 申込み開始: 11/1(火)~



ニュースポーツ教室参加者募集!

ボッチャ・フロアカーリングとも誰にでも簡単にできるスポーツです。
日時: 11/13 (日)・19 (土)(計2回) 10:00~11:30 会場: 北川辺体育館 アリーナ
対象: 加須市在住・在勤の方 定員: 各回20人(先着順) 参加費: 100円/1日※保険料他
持ち物: 動きやすい服装、体育館シューズ、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物、マスク
申込み: 10/11 (火)~10/28 (金) までに北川辺文化・学習センターまでお申し込みください。
問合せ: スポーツ振興課 北川辺担当TEL0280-62-1710(北川辺・文化学習センター内)

★ 大人のぬり絵 あさがおの会 会員募集 ★

好きな絵を、自由にゆっくり時間をかけて仕上げてください。
日時: 毎月第1月曜日 10:00~12:00 場所: 大桑コミュニティセンター
定員: 4人~5人(初心者限定) 会費: 500円/月 講師: 小谷野 久江氏
問合せ: 安藤 洋子 TEL090-1211-3876

★ 絵筆の会 会員募集 ★

絵の具や墨で、四季の花などを描いてみませんか。下絵があるので、初心者でも楽しく描けます。
10/21(金)は体験日です。事前に予約してください。
日時: 第1、第3金曜日 13:30~15:30 場所: 市民プラザかぞ 会費: 2000円/月
講師: 野村 隆氏 問合せ: 新谷 TEL080-6793-7038

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、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。

本紙は、毎月1日に発行しており、加須市ホームページでも閲覧が可能です。いち早く情報を得たい方や、過去の情報を閲覧したい方はご確認ください!「加須市 やってみませんか」で検索!

★ 宇宙劇団(南京玉すだれ) 会員募集 ★

日本にしかない南京玉すだれで、加須市の美しい風景名物を表現します。
日時: 第1、第3日曜日 9:30~11:30 場所: 大桑コミュニティセンター
会費: 1回1,000円 講師: 八房 宇宙姫氏
問合せ: 神澤 靖韶 TEL080-4173-8451

★ 加須 鞭ガン(ベンガン) クラブ 会員募集 ★

ベンガンとは、中国の棒術と太極拳を一緒にした武術です。ストレッチ、筋力強化等の効果あり。まずは見学から。
日時: 毎週火曜日13:00~15:00 場所: 北川辺体育館 会費: 1,000円/年
講師: 池田 菊治氏・小池 武夫氏 問合せ: 小池 武夫 0280-62-4350

★ 下總皖一没後60年記念 童謡のふる里おおとねハンドベルリンガーズ「ハンドベル演奏会」★

ハンドベルは、その独特な音の効果から、「天使のハーモニー」と呼ばれています。ハンドベルの豊かな響きを、どうぞお楽しみください。
日時・場所: 11/26 (土) 14:00~15:30 開場13:30 パストラルかぞ 小ホール
会費・定員: 入場無料、ただし入場整理券が必要、定員100人
演奏: 童謡のふる里おおとねハンドベルリンガーズ
指揮: 杉沢 正子氏・青木 富久子氏・高橋 詩絵氏
演奏曲: 白い恋人達、崖の上のポニョ、さんぽ、アメージング グレイス、ピリーブ、ボレロ、アイ
アイ、下總皖一作品集より、カルメン、ハッピー クリスマス 他
入場整理券申込み: 返信用封筒を同封のうえ、郵送で、下記までお申し込みください。
〒349-1134加須市北下新井1282-1 大杉 尚子
〒347-0005加須市下樋遣川675 杉沢 正子
問合せ: 大杉 尚子 TEL090-1034-1956

★ 加須市シルバー「フレイル予防教室」(10回コース前期)参加者募集 ★

「フレイル」とは高齢期に筋力や認知機能が低下するなど、心や体の機能が低下した状態のことです。「運動・栄養・社会」3つのプログラムで予防へのコツをお伝えし、シニアの健康づくりをサポートします。
日時: 10/25(火)~12/27(火)(各火曜日) ※各全10回コース 10:00~11:30
※各教室とも初回及び最終回は体力測定を行うため12:00まで
場所: 加須市シルバー人材センター本部事務所 シルバーサロン(礼羽63番地)
参加費: 1,000円(全10回分) 定員: 20人(先着順) 締切: 10/17(月)
講師: シルバー人材センター健康づくりサポーター 対象: 市内在住の60歳以上の方
問合せ: 加須市シルバー人材センター本部事務所 TEL0480-62-6490

★ 音楽バンド「レイ・マハロ」仲間募集♪ ★

ハワイアン曲を中心に演奏しています。演奏、歌、フラで多くの催しに出演中です。ギター、ウクレレ、歌、フラがお好きな方歓迎!
日時: 毎週月曜日 19:00~21:00 場所: 礼羽・不動岡コミュニティセンター
会費: 1,000円/月 入会金2,000円 講師: 太田 美三氏
問合せ: 小谷野 実枝 TEL090-2433-2660