



発行日:令和4年7月1日 (No.366)

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

### ★ いきいき健康情報 ★

① 筋力アップトレーニング事業19期生大募集 ~仲間と一緒に体力年齢の若返り~

期 間:令和4年9月~令和5年3月(週1回・6か月間)

対象者:加須市民で、概ね50歳以上で75歳未満(R5.3.31時点)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。

費 用:個人負担:5,280円(専用活動量計、テキスト代)

内 容: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

トレーニング会場等(いずれかをお選びください)

| 会 場          | 加須保健センター   | 大利根健康福祉センター                            |
|--------------|--|--|
| 曜日・時間        | 毎週火曜日(13:30~15:30)   | 毎週水曜日(9:30~11:30)                      |
| 募集人数         | 20名  | 10名<br>申込みが5名未満の場合、会場を変更していただくことがあります。 |
| 申込み<br>日時・会場 | 8/2(火)<br>13:30~15:30<br>加須保健センター  | 8/3(水)<br>9:30~11:30<br>大利根健康福祉センター    |
|              | 8/4(木)~8/12(金) 8:30~17:15 加須保健センター(平日のみ)   |  |
| 申込方法         | 健康状態等を確認しますので、本人が直接お越しください(電話申込み不可)<br>申込時、健康診断結果(令和3年度受診分まで可)をお持ちください。過去1年間<br>健診受診されていない方は申込前にご相談ください。 |  |

② 骨密度測定 ~申込み受付中!かかると超音波を当てるだけの検査です!~

日時・会場:

7/14(木)、7/15(金)、7/22(金)、7/25(月) 午前・午後 加須保健センター

7/27(水)午後 大利根健康福祉センター 7/28(木)午後 騎西健康福祉センター

8/3(水)、8/9(火)午前・午後 加須保健センター

8/10(水)午後 北川辺健康福祉センター

対象者:20歳以上の加須市民 費用:無料

③ 医師出前講座~教えてドクター!糖尿病のきほん~

日 時:8/26(金) 13:30~15:00

場 所:加須保健センター 講 師:済生会加須病院 宮川 きらら医師

対 象:市民の方 定 員:15名

申込み開始:7/15(金)~

①②③問合せ・申込み:いきいき健康長寿課(加須保健センター内) TEL:0480-62-1311



### ★ 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 寄せ植え講座

一つの鉢の中にさまざまな種類の花苗‘寄せ’集めて植え、その華やかさや調和を楽しむ寄せ植え講座に参加してみませんか。

日 時:8/19、9/16、10/21、11/18、12/16、1/20(各金曜日)

10:00~12:00

場 所:不動岡コミュニティセンター 玄関前

講 師:横田 歩美 氏

定 員:10人 材料費:3,000円/回

申込期限:7/27(水)

② ベネチアンガラス講座

自分だけのオンリーワンのアクセサリを作るベネチアンガラス講座に参加してみませんか。

日 時:8/24・31、9/7・21(各水曜日) 13:30~16:00

場 所:不動岡コミュニティセンター 会議室1 講 師:矢嶋 民江 氏

定 員:10人 材料費:1,500円/回 申込期限:7/27(水)

①②申込み・問合せ:不動岡コミュニティセンター TEL:0480-62-7203 ※火曜日休館

【三保コミュニティセンター】

③ 英会話(中級以上)講座

日常の出来事や時事問題など英語でディスカッションしましょう。外国人の方も歓迎します。

日 時:7/15、8/19、9/2・30、10/14・28、11/11・25

12/9・23、(令和5年)1/13・27(各金曜日)

14:00~16:00

場 所:三保コミュニティセンター 会議室

講 師:野口 宏 氏他

定 員:8人(定員を超えた場合は抽選になります)

参加費:無料

申込期限:7/11(月)

④ 「ゆび織り」手づくり講習会

ゆび織りでマフラー、ブックカバーを編んでみませんか。使い心地良く素敵な味わいが伝わります。

日 時:9/8・10/13(各木曜日) 9:30~11:30

場 所:三保コミュニティセンター 会議室

講 師:大塚 浩美 氏

定 員:10人(定員を超えた場合は、抽選になります) 材料費:2,000円

申込期限:8/8(月)

③④申込み・問合せ:三保コミュニティセンター TEL:0480-62-5367 ※火曜日休館

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。



「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。過去の記事もご確認できますので、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!

★ コミュニティセンター講座 受講者募集 ★

【礼羽コミュニティセンター】

⑤初めての俳句入門講座

日本の伝統文藝である俳句についての知識や自己表現の喜びを楽しみながら学びましょう。

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

講 師：坂本 和加子 氏 定 員：10人 (先着順) 材料費：不要

持ち物：筆記用具、ノート

⑥女性の魅力度アップ講座・・・健康なお肌でリフレッシュしましょう

日 時：9/3・10 (各土曜日・全2回) 9:30~11:30 講 師：金沢 治子 氏

定 員：10人 (先着順) 材料費：1,000円 持ち物：フェイスタオル1本、鏡

場 所：礼羽コミュニティセンター 講堂 締切：7/23(土)

⑤⑥申込み・問合せ：礼羽コミュニティセンター TEL：0480-62-7597 ※火曜日休館

★ 第20回 みんなでスポーツ「なんでもアリーナ」体験教室参加者募集 ★

ニュースポーツを参加者に体験してもらい、スポーツへの興味・関心の場を提供します。

日 時：7/30 (土) 9:00~12:30

場 所：騎西総合体育館「ふじアリーナ」メインアリーナ

主 催：加須市スポーツ推進委員協議会 騎西支部

種 目：ポッチャ、ヘルスバレーボール、ミニテニス 他 ※当日変更される場合もあります。

持ち物：室内用運動靴、水分補給用飲み物、汗拭きタオル

申込期限：7/30 (土) 当日申込も可能

申込み・問合せ：加須市スポーツ振興課 騎西総合体育館「ふじアリーナ」TEL：0480-73-7610

★ 会員募集 ロゼッタ・ギター倶楽部 ★

クラシックギターで合奏を楽しみませんか？主に基礎練習から、ポピュラーな曲を中心に発表会に向け、楽しく練習しましょう。初心者OK！

日 時：毎月第1・3日曜日 13:00~16:30 不動岡コミュニティセンター

毎月第2・4日曜日 13:00~16:30 加須コミュニティセンター

会 費：7,000円/6カ月 14,000円/年 (変更予定)

講 師：菅野 瑞穂 氏 (リーダー) 問合せ：岩井 勇 TEL：080-6567-1768

★ 会員募集 みんなでニイハオ！ ★

古来より、食物・歴史・文化等全てにおいて日本と関係の深い隣国中国の事情を知り、これからの付き合い方を考えよう。中国語の基礎が判る人向けの学習です。興味のある方は、是非、学習風景を見に来てください。

日 時：毎月第2・4土曜日 13:30~15:30

場 所：市民プラザかぞ 3階会議室 会 費：3,000円/1カ月

講 師：馬 桂平 氏 (中国北京出身の化学分野で活躍された女性)

問合せ：齋藤 昇 TEL：0480-66-3039



★ 健康長寿をめざして！「いきいき健康セミナー」 ★

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、あなたが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 7/28 (木) 13:30~15:30

第1部 フルート演奏 第2部 講演「がん治療の進歩」

第2回 8/19 (金) 13:30~15:30

第1部 唄と三味線演奏 第2部 講演「認知症を予防する」～認知症と上手につきあう～

第3回 9/16 (金) 13:30~15:30

講演と実技「簡単なダンスレッスン」～無理なく楽しく踊りましょう～

場 所：第1回、第2回 市民プラザかぞ 多目的ホール

第3回 キャッスルきさい 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 フルート奏者 村田 明高 氏

第2部 講師 済生会加須医院 長原 光 氏

第2回 第1部 出演 加須市観光大使・芸妓 秀丸 氏

第2部 講師 加須・大桑・水深高齢者相談センター愛泉苑 主任ケアマネージャー

太野 貴宏 氏・看護師 浦川 理恵 氏

第3回 講師 荻原ダンス教室主宰 荻原 章司 氏

申込み・問合せ：加須市くらしの会会長 杉沢 正子 TEL：0480-68-5343

★ 参加者募集 北川辺フォークダンス講習会 (初心者) ★

世界各国のフォークダンス習得、健康増進のため、市民まつり、敬老会、運動会、遊水池まつり等に積極的に参加します。老若男女問わず気軽に参加お待ちしております。

日 時：8/3・17・24・31 (各水曜日) 13:30~15:30

場 所：北川辺コミュニティセンター

参加費：無料 (室内運動靴、水分補給用の飲み物、汗拭きタオルが必要です)

講 師：西村 ひとみ 氏 問合せ：山本 レイ子 TEL：0280-62-0414

★ 会員募集 ビューティー会 ～0から始める癒しヨガ～ ★

呼吸と共に体をゆっくり動かし、心身の調和を図ることで自然治癒力を高め、若返させます。この実感を体験してみませんか。

日 時：毎週月曜日 10:00~11:30

場 所：川口コミュニティセンター 会 費：2,000円/1カ月

講 師：張 蔚羽 氏 定 員：6人 (先着順)

問合せ：柳井 TEL：090-1258-4236 (16時以降)



★ 会員募集 絵画クラブ 遊美楽 ★

油絵を描きたいと思っている人、会社を卒業して何かを探している人。初心者大歓迎。一緒に楽しみましょう。

日 時：毎月第2、4金曜日 9:00~12:00

場 所：北川辺コミュニティセンター

会 費：1,000円/1カ月

講 師：飯塚 英孝 氏

問合せ：坂田 俊次 TEL：090-9965-6334