

やってみませんか 7月号

きずな
～絆～

発行日：令和8年7月1日 (No.414)

※応募・問合せについては、各講座ごとの問合せ先をお願いします。

★ コミュニティセンター講座 受講生募集 ★

お申し込みは、各センターへお願いいたします。(電話または窓口・火曜日休館)

受講生募集は、定員になり次第、締め切らせていただきます。

定員に満たない場合、中止になる場合がございますので、ご了承ください。

※やってみませんかに掲載した講座・イベント、サークル・団体等で政治・宗教・営利活動が疑われる、記載内容と異なる等ございましたら、生涯学習課までお知らせください。

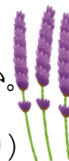
【礼羽コミュニティセンター (0480-62-7597)】加須市馬内623

①私が育てる苔玉講座

ほっとなごめる“苔玉”を手作りしませんか。置くタイプや吊るすタイプなどいろいろな形の苔玉を作ります。

日時：9/14、9/28、10/5 13:30～15:30 (各月曜日・全3回) 対象：市内在住の方
講師：大島 恵 先生 定員：15名(先着順) 材料費：2,000円～2,500円(1回あたり)
持ち物：はさみ(剪定ばさみ等)、タオル、ビニール袋、新聞紙か一人用シート

②フラワーデザイン講座

アートフラワーや生花などを使って、季節のフラワーアレンジメントを作りませんか。
日時：10/2、10/16 13:30～15:00 (各金曜日・全2回) 対象：市内在住の方
講師：海保 正枝 先生 定員：10名(先着順) 材料費：2,500円(1回あたり)
持ち物：はさみ、新聞紙、ごみ袋、作品持ち帰り用袋、筆記用具 締切：7月31日(金)

【不動岡コミュニティセンター (0480-62-7203)】加須市不動岡2-9-75

③簡単ストレッチ講座

ストレッチにより筋肉の柔軟性を高め、関節等の可動域を広め怪我をしない身体に、また、無理しない、心地よいストレッチでリラックス効果を味わってみましょう。
日時：8/3・10・17・24 13:30～14:30(各月曜日・全4回) 講師：下川 泰弘 先生
場所：不動岡コミュニティセンター(運動音楽室) 定員：15名(先着順)
対象：市内在住の方 締切：7月10日(金)
付記：持ち物等については、改めて、参加者に連絡します。

【大桑コミュニティセンター(0480-65-2201)】加須市南大桑2881-1

④郷土史講座(加須市ゆかりの人物について)

加須市の偉人以外で、加須市にゆかりのある歴史上の人物にスポットライトを当ててみました。一緒に学んでみませんか。
日時：8月28日、9月11日 13:30～15:30 (各金曜日・全2回)
場所：大桑コミュニティセンター講堂 講師：平澤 香 先生 募集人数：10人(先着順)
参加費：無料 締切：7月31日(金)

【樋遣川コミュニティセンター (0480-68-5940)】加須市下樋遣川835-1

⑤陶芸講座

手びねりでオリジナルマグカップを作成します。
日時：8/29・9/12・26・10/10 13:30～15:30 (各土曜日・全4回) 教材費：1,000円(4回)
場所：樋遣川コミュニティセンター 講師：福田 英美 先生 定員：7名(先着順)
対象：市内在住の方 締切：7月31日(金)
付記：持ち物等については、改めて、参加者に連絡します。

【水深コミュニティセンター(0480-65-3353)】加須市船越116

⑥0から始める癒しヨガ教室

0からヨガを学び、心身を整え、自然治癒力の向上を目指します。お気軽にご参加ください。
日時：8/28、9/11、9/25、10/9 (各金曜日・全4回) 10:00～11:30
場所：水深コミュニティセンター 2階 講堂 講師：張 蔚羽 先生 定員：10人(先着順)
参加費：無料 締切：7月31日(金) 持ち物：ヨガマット、室内履き

⑦アートフラワー教室

季節のお花(造花)で素敵な飾りを作りましょう。
日時：9/30(水曜日・全1回) 9:30～11:30 場所：水深コミュニティセンター 2階 会議室
講師：海保 正枝 先生 定員：10人(先着順) 参加費：3,000円(材料は講師が用意します。)
締切：8月20日(木)
持ち物：筆記用具、ワイヤーを切るためのハサミ(ハサミは先生から借りることもできます。)

【大越コミュニティセンター(0480-68-6103)】加須市大越1991

⑧ステンドグラス講座 締切：7月31日(金)

幾何学柄かバラ柄を選び、木枠フレームを付け、あなただけの作品を作りませんか
日時：8/27・9/3・9/10(各木曜日・全3回)13:30～16:30 講師：桂平洋子先生
定員：4名(先着順) 対象：市内在住・在勤の方 費用：2,000円(3回分)

⑨ハーバリウム講座 締切：8月20日(木)

オイルを満たした瓶に花を入れたアート作品を作りませんか
日時：9/18・9/25・10/2・10/9(各金曜日・全4回)9:30～11:30 講師：坂内ひさ江先生
定員：6名(先着順) 対象：市内在住・在勤の方 費用：4,000円(4回分)

★ 「シニア eスポーツ教室」参加者募集 ～ゲームで楽しく脳トレ!～ ★

eスポーツとは、テレビゲームなどのデジタルゲームによる競技の総称です。
近年、高齢者のeスポーツ体験が認知機能の維持・向上に役立つことが研究によりわかっています。
ゲーム初心者の方でも安心して参加いただけるよう、大学生のサポーターが丁寧にサポートします。
日時：7/30日(木)、8/3日(月)、6日(木)、10日(月)、13日(木)、17日(月)、20日(木)
24日(月)、31日(月)、9/3日(木)、7日(月)、11日(金) 全12回 各日10:30～12:30
場所：平成国際大学 講義棟107教室 講師：平成国際大学 スポーツ健康学部 教授 水國照充氏
講座内容：ぶよぶよeスポーツ、事業開始前後で認知機能検査などを行います。
定員：12人(先着順) 申込開始：7月10日(金) から
対象：おおむね65歳以上の加須市民のうち、①及び②に該当する方
①すべての日程に参加できる方 ②要介護認定を受けていない方
参加費：無料 申込・問合せ：いきいき健康医療課(電話:0480-62-1311)※土・日曜日、祝日休業

★ いきいき健口講座 ★

～健康は健口から！歯周病を予防し、健口長寿を目指しましょう～

日時：令和8年7月30日（木）午後1時30分から午後3時 場所：加須保健センター

内容：①歯科医師による歯周病予防講話 対象：市民 持ち物：筆記用具 定員：20人

講師：歯周病専門医 島田 颯 先生（むさしの歯科医院）

②歯科衛生士による歯みがき指導 申込・問合せ：いきいき健康医療課（電話：0480-62-1311）

★ シニアボランティアポイント事業 登録説明会&施設相談会 ★

シニアボランティアとして、市内の高齢者施設でボランティア活動を行っていただける元気な高齢者の皆様を募集しています。第1部では、事業の内容や参加方法を詳しくご案内する説明会を開催します。第2部では、ボランティア受入施設の担当者と直接お話できる相談会も開催いたしますので、「ボランティアに興味があったが、なにから始めればいいのかかわからない」「自分になにかできることがあればやってみたい」という方は、ぜひご参加ください。

【シニアボランティアポイントとは？】市ヘシニアボランティアとして登録し、市内の介護施設等でボランティア活動を行うとポイントが貯まり、最大5,000円分の絆サポート券と交換できます。

【活動内容の例】話し相手、楽器の演奏などの特技を活かした出し物披露、草取り・清掃など、職員の補助的な作業など

説明会日時：令和8年7月23日（木） 第1部（登録説明会）13時30分から

第2部（施設相談会）14時45分から 場所：パストラル加須 多目的室

定員：30名（先着順） 参加費：無料 対象：本市に住所を有する65歳以上の方

申込期間：7月9日（木）から 申込み・問合せ：高齢介護課地域包括ケア担当へ電話又は来所

TEL:0480-62-1111 ※土・日曜日、祝日除く

★ 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。

毎日の心がけ次第で、健康寿命を延ばすことができます。

毎回、第1部では心のリラクソのための企画があります。こちらもお楽しみに。

日時 第1回 7月17日（金）午後1時30分～3時30分

第1部 電子オルガン演奏／第2部 講演「認知症を予防」～ケアマネージャーの話～

講師：第1部 オルガニスト 柏崎 直之氏／第2部 ケアマネージャー 太野 貴弘氏

第2回 8月21日（金）午後1時30分～3時30分

第1部 三味線演奏会／第2部 講演「薬の知識」～安心して薬を使うために～

講師：第1部 貢有香（みつゆか）会の皆さん／第2部 済生会加須病院 薬剤部部長 島田 文明氏

第3回 9月18日（金）午後1時30分～3時30分

第1部 マジックショー／第2部 講演「膝の痛みの解消法と腰痛 肩こり体操」～健康長寿100歳を目指して～

講師：第1部 加須マジッククラブの皆さん／第2部 羽生総合病院 理学療法士

場所：市民プラザかぞ 多目的ホール 参加費：無料

募集人数：各回70名 ぐらしの回会員の方以外は事前申し込みが必要です

問合せ：加須市ぐらしの会 杉沢 TEL:0480-68-5343



★特別天体イベント「飛ぶか？ペルセウス座流星群」観察会の参加者募集！★

日時：8月13日（木）19:00～21:00＜第1部＞

8月13日（木）21:00～8月14日（金）2:00＜第2部＞

場所：加須未来館 参加費：無料

内容：＜第1部/19:00～21:00＞

（1）プラネタリウムで「今夜の星空解説」

（2）「夏や秋の星空観望」及び「ペルセウス座流星群の観望」

※21:00でいったん解散。小学生低学年の親子は第1部で終了。

＜第2部/21:00～24:00、8月14日0:00～2:00＞

（3）「ペルセウス座流星群の観望」及び「夏や秋の星空観望」

※希望者のみ参加 ※第2部の参加者は、いつでも途中で自由に帰ることができます。

対象：小学生以上（小学生中学生高校生）、一般 ※高校生以下は必ず保護者同伴

申込み：8月6日（木）までに二次元コードからのオンライン、窓口、FAX・ハガキで①～⑦

を記入して加須未来館へお申込みください。

①特別天体イベント「飛ぶか？ペルセウス座流星群」観察会 ②郵便番号 ③住所 ④大人（保護者）の氏名（ふりがな）⑤

小学生中学生高校生の氏名（ふりがな）⑥小学生中学生高校生の学年 ⑦電話番号・FAX番号

問合せ：加須未来館 TEL:0480-69-2160 加須市外野350-1 ※火曜日休館

★ 南こうせつコンサートツアー2026～君と僕のうた～ ★

加須文化・学習センター「パストラルかぞ」共催事業！名曲の数々と愉快的トークを楽しみませんか。

日時：10月3日（土）開場16:00 開演16:30 場所：加須文化・学習センター「パストラルかぞ」大ホール

座席：全席指定8,000円（当日券は8,500円）※7月4日（土）から一般販売開始！

窓口：パストラルかぞチケットセンター TEL:0480-62-3001

★ 健康アップ講座（骨粗しょう症予防編）受講生募集 ★

～骨粗しょう症予防について、専門家から「知って」「食べて」「動く」コツを学ぶ3回コースの講座です～

日時	内容	講師	場所	持ち物
9月15日（火） 13:30～15:00	「医師が教える」 いきいき健康セミナー 教えてドクター！ 骨粗しょう症予防のポイント	篠崎医院 篠崎 浩之医師	加須保健センター	筆記用具 健診結果（お持ちの方）
9月17日（木） 10:00～12:00	「食で」いきいき健康セミナー 骨密度アップの食生活の ポイント（講話&試食）	管理栄養士	加須保健センター	試食代100円 飲み物、筆記用具
9月29日（火） 13:30～15:30	「運動で」いきいき健康セミナー 動いて元気！おうちでできる 骨太エクササイズ	健康運動指導士	キャッスルきさい	ヨガマットかバスタオル、筆記用具、汗拭きタオル、飲み物 ※運動しやすい服装で

【対象】市民の方（全講座の受講が可能な方）

【定員】 40人（定員になり次第、締め切ります）

【費用】 無料（9月17日のみ試食代100円）

【申込方法】 いきいき健康医療課（加須保健センター内）へ電話にてお申込みください。

【申込開始】 7月23日（木）から ※全ての日程の参加が難しい場合は、申込み時にお申し出ください。

【申込・問合せ】 いきいき健康医療課（加須保健センター内） 電話：0480-62-1311

「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（パストラルかぞ内）TEL：0480-62-1223 ※土・日曜日、祝日は休業