



# 公共施設情報

シイガシ

宮代町の木は「シイガシ」！！

●費用の記載のない催しは参加費無料です。

コミュニティ  
センター

進修館

申問 33・3846  
info@shinsyukan.or.jp

ホームページ



開館時間  
9時～21時30分

| 事業名                                    | 日時              | 場所    | 内容                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------|-----------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 今年も開催！<br>進修館アートプロジェクト<br>「へそたんけん2025」 | 3月23日(日)～30日(日) | 2階ロビー | 2023年3月、進修館の設計理念に共感するアーティストが集結してスタートしたアートプロジェクト「へそたんけん」。進修館を設計した象設計集団は、「世の中にあるたくさんの中心が交流する場所、すなわち「世界の中心のひとつ」との思いを込めています。そんな進修館に集まる表現者たちが、それぞれが大切にしていること「へそ」を思いっきり表現し合い、自分、他者、地域などとの関係を改めて体感するプロジェクトです。詳細は進修館ホームページをご確認ください。<br>対象 どなたでも |

開館時間 火曜～土曜 9時～21時  
日曜・祝日 9時～18時

ホームページ



ぐるる宮代

申問 32・1543

ぐるる宮代にて多様な教室、スクールを開催しています。

■ヨガ ■水泳 ■新体操 ■フットサル ■卓球  
■体育 ■バスケットボール ■テニス ■バドミントン

※一部のスクール・教室には無料体験もあります。  
※参加には事前申し込みが必要です。定員になり次第締切。

| 事業名                                                     | 日時等                                                                                                                              | 内容                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| はじめてのピラティス<br>申込 受付中                                    | 3月5日(水)<br>11時15分～12時15分                                                                                                         | インナーマッスルを重視し姿勢の改善、バランスのとれた体にするこ<br>を目標にします。<br>場所 会議室 定員 15名(先着順) 対象 16歳以上 費用 1,100円<br>持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル、ヨガマット                                                                                                                 |
| はじめてのズンバ<br>申込 受付中                                      | 3月11日(火)、25日(火)<br>10時30分～11時20分                                                                                                 | ラテン音楽に合わせて踊る創作ダンスエクササイズです。<br>場所 剣道場 定員 各日40名(先着順) 対象 16歳以上<br>費用 600円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル                                                                                                                                        |
| ミズノ親睦卓球大会<br>申込 受付中                                     | 3月13日(木)<br>10時～16時(受付開始9時30分～)                                                                                                  | 3人一組の団体戦で午前ダブルス、午後シングルスを行います。<br>場所 メインアリーナ 定員 100名(先着順) 対象 50歳以上<br>費用 午前1,000円 午後1,000円 両方1,000円<br>持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル                                                                                                         |
| 個人参加型プログラム<br>～ドッジボール～<br>申込 3月1日(土)10時～<br>先着順、窓口または電話 | 3月22日(土)<br>14時30分～16時                                                                                                           | 個人単位で参加し、当日集まった人達でチーム分けをしてゲームを楽<br>しむプログラムです。<br>場所 サブアリーナ 定員 30名 対象 小学生 費用 600円<br>持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル                                                                                                                           |
| 春休み短期水泳教室<br>申込 3月1日(土)10時～<br>先着順、窓口または電話              | ①3月25日(火)～27日(木)<br>②4月1日(火)～3日(木)<br>15時～15時50分                                                                                 | 泳げない・初めてプールに入る方に対して3日間の水泳指導をします。<br>定員 各20名(先着順) 対象 5歳～小学3年生(ミズノスイミングス<br>クール宮代の会員以外の方) 費用 3,600円<br>持物 水着、キャップ、バスタオル、ゴーグル、ビニール袋                                                                                                        |
| 春休み短期体操教室<br>申込 受付中                                     | ①3月26日(水)～28日(金)<br>②4月2日(水)～4日(金)<br>15時～15時50分                                                                                 | 鉄棒、跳び箱、マット運動、走る、跳ぶ、投げる<br>場所 剣道場(3月27日サブアリーナ、4月3日メインアリーナ)<br>定員 各10名(先着順) 対象 5歳～小学生<br>費用 1回1,500円、3回3,000円、6回5,500円<br>持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル                                                                                       |
| 春休み親子バレーボール教室<br>申込 受付中                                 | 3月29日(土)<br>16時15分～17時45分                                                                                                        | 場所 サブアリーナ 講師 金杉由香 氏(元プロバレーボール選手)<br>定員 15組30名(先着順) 対象 大人20歳以上、子ども小学生以上<br>費用 親子1,000円、子ども600円<br>持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル                                                                                                              |
| ミズノスイミングスクール宮代<br>申込 入会月の前月末日まで<br>先着順、窓口               | 【こどもクラス】※指定水着・指定キャップあり<br>火曜～土曜 月4回<br>【大人クラス】<br>・フリークラス 火曜～土曜<br>月4回または月8回<br>(初級・中級・上級)<br>・水中ウォーキングクラス 火曜・木曜・金曜<br>月4回または月8回 | 定員 曜日により異なります。詳しくはホームページをご覧ください。<br>対象 【こどもクラス】4歳～小学生 【大人クラス】16歳以上<br>費用 入会事務手数料1,000円、受講料は以下のとおり<br>・こどもクラス 【月4回】5,720円<br>・大人クラス 【フリー、曜日固定 月4回】5,720円<br>【フリー 月8回】8,360円<br>【ウォーク 月4回】4,400円、(月8回)5,500円<br>持物 水着、キャップ、タオル、ゴーグル、ビニール袋 |
| ミズノキッズダンススクール<br>申込 窓口または電話                             | 金曜(月3回)<br>①初級 16時30分～17時20分<br>②中・上級 17時30分～18時20分                                                                              | キッズダンス、ヒップホップ。これから始める方大歓迎。<br>定員 各15名 対象 ①5歳～小学3年生 ②小学4年生以上<br>費用 4,200円 持物 室内履き、飲み物、タオル、動きやすい服装                                                                                                                                        |

笠原小学校内

陽だまりサロン

開館時間  
月曜～金曜、第3・第4 土曜  
10時～16時

QRコード

ホームページ

申問 37・0145

陽だまりサロンでは、定期的に様々な事業を開催しています。ぜひご参加ください。

- ぬりえをしましょう
- 毎週月曜 13時30分～
- 囲碁・将棋の日
- 毎週水曜 10時～
- さをり織り体験の日
- 毎週木・金曜 10時30分～12時、13時30分～15時
- 今月は、コットンショールを織ります♪

各事業の詳細はお問い合わせください。

| 事業名                                        | 日時                                               | 内容                                                                                                        |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ポッチャdeかるた                                  | 3月7日(金)10時30分～11時30分                             | 椅子に座って、大きなかるためがけてお手玉を投げて遊びます。子どもから大人まで、年齢問わず、ひとりでも家族でもご参加ください。「宮代みんなのふくしかるた」「いぬぼうかるた」を使って遊びましょう。輪投げもあります。 |
| ミモザのスワッグを作しましょう<br>申込 前日までに直接または電話         | 3月10日(月)10時30分～12時<br>※花の開花具合により日にちが変更になる場合があります | 春を呼ぶミモザの花を使ってスワッグを作ってみましょう。<br>講師 寺崎アサ子 氏 定員 8名(先着順) 費用 800円(材料費)<br>持物 花切りばさみ、持ち帰り用袋                     |
| リコーダーを吹きましょう                               | 3月15日(土)13時30分～14時30分                            | 持物 ソプラノリコーダーまたはアルトリコーダー                                                                                   |
| はるるの折紙タイム<br>申込 前日までに直接または電話               | 3月18日(火)13時30分～15時                               | 何を折るかはお楽しみです。<br>定員 10名(申込順) 持物 折紙、はさみ、ボンド、のり、定規、鉛筆                                                       |
| 『きっさこキッズ』<br>茶の湯と写経を愉しむ<br>申込 前日までに直接または電話 | 3月22日(土)13時30分～15時                               | 茶の湯で心休まるひと時を過ごしてみませんか? 畳でのお点前も体験できます。漢字、かなによる写経体験(書道)も一緒に楽しみましょう。<br>講師 井上奈穂子 氏 定員 15組(申込順) 費用 500円(茶菓代)  |
| みんなのほっとカフェ                                 | 3月22日(土)10時30分～12時                               | 子育てや人間関係の悩み、モヤモヤを、ニーズカードを使って整理するお手伝いをします。肩の荷をおろしてホッとする時間を過ごしませんか。<br>聞き手 宮代町家庭教育支援チーム・佐藤 対象 どなたでも         |
| いきいきの日                                     | 毎週火曜10時30分～11時30分<br>※第3火曜は陽だまりサロンにてヨガを行います      | 新しい村の芝生広場でラジオ体操、ストレッチ、ウォーキングやボールを使った体操などを行っています。楽しく笑いながら体を動かしましょう。<br>持物 飲物、タオル、レジャーシート(1人分くらいのサイズ)       |
| レッツ!スクエアステップ                               | 第2・4金曜13時30分～15時                                 | マス目を書いてあるマットの上でステップを踏む、筋力アップ&ストレス解消&歩く脳トレ! 頭と身体を同時に鍛えることのできるエクササイズです。お子様連れでも大歓迎です。 持物 上履き、タオル、飲物          |

図書館

ホームページ

QRコード

開館時間  
火曜～金曜 9時30分～19時 ※休館日:毎週月曜(祝日を除く)  
土・日・祝日 9時30分～18時

申問 34・9944

イラスト

| 事業名                                           | 日時                                                                 | 場所       | 内容                                                        |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------|
| 紙芝居と折り紙                                       | 3月8日(土)14時30分～15時30分                                               | ホール      | 紙芝居(スクリーン上映)「こぎつねコンとこだぬきポン」ほか<br>折り紙 かご                   |
| すいようえほんの会                                     | 3月12日(水)<br>【0・1歳の部】11時～11時15分<br>【2・3歳の部】11時30分～11時45分            | おはなしコーナー | ちいさい子の絵本とわらべうたの会                                          |
| ライブラリーシアター<br>「秘密の花園」<br>(1993年 アメリカ映画)       | 3月14日(金)14時～15時45分                                                 | ホール      | バーネットの名作児童文学を巨匠フランシス・コッポラが製作<br>総指揮をとり映像化。一本の古い鍵が導く再生の物語。 |
| おはなし会                                         | ①3月15日(土)②22日(土)<br>14時30分～15時                                     | ホール      | ①「ひとり、ふたり、さんにんのこども」「腰折れすずめ」<br>②「雪女」「エパミナンドス」 対象 4歳以上(目安) |
| ナクソス音楽会 第12回<br>「別れの季節のクラシック～ナクソス公式プレイリストから～」 | 3月16日(日)14時～15時30分                                                 | ホール      | 音楽配信サイト「ナクソス・ミュージック・ライブラリー」からお届けします。※生演奏ではありません。          |
| 子ども映画会                                        | 3月22日(土)15時～15時40分                                                 | ホール      | 「3丁目物語 おともだち ぼく大切なもの」「にじいろのふしぎないし」 対象 3歳以上(目安)            |
| にちようえほんの会                                     | 3月23日(日)<br>【0・1歳の部】11時～11時15分<br>【2・3歳の部】11時30分～11時45分            | おはなしコーナー | ちいさい子の絵本とわらべうたの会                                          |
| 耳で聞いて楽しむ<br>ギリシア神話                            | 3月23日(日)14時30分～15時30分<br>(開場)14時15分                                | ホール      | 第5回「イアソンと金色のヒツジの毛皮」ほか<br>出演 神話を語る会「桃の実」                   |
| 童話と絵本の会                                       | ①3月29日(土)②4月5日(土)<br>【2・3歳の部】14時30分～14時50分<br>【4歳～小学生の部】15時～15時30分 | おはなしコーナー | 年齢にあわせた絵本の読み聞かせ                                           |