

公共施設 Information

笠原小学校

陽だまりサロン



申問 37・0145

開館時間

月曜～金曜、第3・第4土曜 10時～16時



ホームページ

ボッチャdeかるた

☎10月3日(金)10時30分～11時30分 ☎椅子に座って大きなかるたがけてお手玉を投げる「ボッチャかるた」です。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。わいわい楽しく「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。

みんなのほっとカフェ

☎10月10日(金)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。時間内であればいつでも相談できます。

茶の湯と写経を愉しむ

☎10月18日(土)10時30分～12時 ☎茶の湯で心休まるひと時を過ごしませんか? 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。☎きさこキッズ代表 井上奈穂子 氏 ☎15組(申込順) ☎500円 ☎前日までに直接または電話。

はるるの折紙タイム

☎10月21日(火)13時30分～15時 ☎なにを折るかはお楽しみです。☎10名(申込順) ☎折紙、はさみ、ボンド、のり、定規、鉛筆 ☎前日までに直接または電話。

あったかルームソックスを編みましょう

☎10月23日(木)13時30分～15時 ☎冬に備えて毛糸であったかルームソックスを編みます。☎8名(申込順) ☎アクリル毛糸並太2玉、かぎ針7号くらい、とじ針、はさみ ☎前日までに直接または電話。

リコーダーを吹きましょう

☎10月25日(土)13時30分～14時30分 ☎先生はいません。吹きたい曲を楽しくみんなで吹いています。☎リコーダー

ぬりえをしましょう

☎毎週月曜13時30分～ ☎ゆったりとした気分で好きな色を塗ってみませんか。脳を活性化したり、自律神経を整えたりする効果があると言われています。☎ぬりえ、色鉛筆など(ない方にはこちらでも用意しています)

いきいきの日

☎毎週火曜10時30分～11時30分 ☎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。第3火曜はヨガを行います。☎飲み物、タオル、レジャーシート(1人分くらいのサイズ)

囲碁・将棋の日

☎毎週水曜10時～ ☎囲碁・将棋好きの方なら、どなたでも参加できます。仲間作りをしながら楽しいひと時を過ごしましょう。

レッツ!スクエアステップ

☎第2・第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。☎上履き、飲み物、タオル

さをり織り体験の日

☎毎週木・金曜10時30分～12時または13時30分～15時 ☎ウールマフラーを織ります。自分だけのオリジナルマフラーを織ってみませんか。☎800円(糸代) ☎中細毛糸3玉 ☎前日までに直接または電話。

はらっパーク 宮代



申問 37・1982

開園時間

月曜～日曜 8時30分～16時30分

※駐車場 8時～17時



ホームページ

どら盾大会 inはらっパーク宮代



☎12月14日(日)【2歳クラス】8時20分～9時40分【3歳クラス】9時40分～11時40分【4歳クラス】13時～14時30分【5歳クラス】14時30分～15時50分 ☎2歳～5歳のお子様を対象にした、ランニング・バイクの大会です。お友だちと走る楽しさや応援してくれるワクワクを体験しよう! 当日は11時40分～12時30分の間に無料でランニン

グ・バイク乗り方教室も開催します。(年齢問わず先着10名) ☎ランニング・バイク、防具(ヘルメット・プロテクター) ☎3,000円 ☎10月31日(金)12時までにJTBスポーツेशन申込サイトから申込。



申込ページ

はらっパークランニングクラブ

☎10月13日(月・祝)、19日(日)、25日(土)、11月2日(日)8時30分～10時30分 ☎小学生以上 ☎タオル、飲み物 ☎1人1回500円 ※兄弟家族で参加の場合2人1回800円、3人1回1,000円 ☎前日の15時までに窓口または電話にて申込。

郷土資料館



申問 34・8882

開館時間

火曜～日曜 9時30分～16時30分

※休館日: 毎週月曜(祝日を除く)



ホームページ



宮代歴史書店

令和7年度 第1回企画展「宮代町70年のあゆみ」

☎10月19日(日)まで ☎町制施行70周年を記念して「宮代町70年のあゆみ」を開催しています。19日(日)までなのでぜひご来場ください。☎1階特別展示室兼ホール



～宮代歴史書店～

郷土資料館の刊行物を紹介します。上記QRコードもしくは資料館窓口で購入することができます。

◆vol.1 宮代風土記

昭和57年6月から平成4年12月までの間、広報みやしろに毎月掲載してきたコラム「みやしろ風土記」をとりまとめたものです。町内各地の歴史、伝説、文化財などについて連載してあります。宮代の歴史、発掘、民俗が簡単にわかる書籍です。(主な内容) 宮目姫の伝説、真蔵院「身代り薬師」、和戸の円空仏 など

600円(税込)



ぐるる宮代



申問 32・1543
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

ミズノバレーボール教室無料体験会

㊦10月13日(月・祝) ①9時30分～10時50分②11時～12時20分 ㊦メインアリーナ ㊦①レベルアップしたい経験者②初心者(親子でも可) ㊦各30名 ㊦①は小学4年生以上の経験者②小学生以上の初心者 ㊦動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

はじめてのズンバ

㊦①10月14日②10月28日③11月11日④11月25日すべて火曜 10時30分～11時20分 ㊦剣道場 ㊦ラテンの音楽に合わせて踊る創作ダンスエクササイズ ㊦ミズノ指導員 ㊦各日40名 ㊦16歳以上 ㊦1回600円 ㊦動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

はじめてのボクササイズ

㊦①10月24日(金)②11月21日(金)11時～12時 ㊦研修室 ㊦ボクシングの基本スキルを使い、筋コンディショニングと有酸素運動を同時に行います。 ㊦ミズノ指導員 ㊦各日15名 ㊦16歳以上 ㊦1回1,100円 ㊦動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

個人参加型プログラム【さいかつぼーる】

㊦10月25日(土)14時30分～16時 ㊦サブアリーナ ㊦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しむプログラムです。 ㊦ミズノ指導員 ㊦30名 ㊦小学生以上 ㊦600円 ㊦動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

ミズノバドミントン講習会&団体交流戦

㊦10月29日(水)【講習会】10時～11時30分【団体戦】13時～16時30分 ㊦メインアリーナ ㊦【講習会】入門クラスと応用クラスに分かれて、ミズノバドミントン講師が指導。【団体戦】1チーム3～4名。参加者の年齢やレベルを考慮しチームを組んで試合。 ㊦ミズノ指導員 ㊦【講習会】入門コース16名 応用クラス20名【団体戦】特になし※実施最低人数4チーム ㊦18歳以上(高校生不可) ㊦【会員】終日3,600円 講習会のみ2,000円 団体戦のみ1,800円【一般】終日4,400円 講習会のみ2,700円 団体戦のみ2,000円 ㊦バドミントンラケット、動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦10月15日(水)までに窓口または電話にて申込。

バレーボール教室

㊦11月4日、11日、18日すべて火曜 ①17時～18時②18時～19時 ㊦メインアリーナ ㊦①初心者、小学生～親子でも参加できます②経験者、小学4年生以上レベルアップを目指す方 ㊦元プロバレーボール選手 ㊦各日20名 ㊦①小学生以上(初心者、親子可)(②小学4年生以上(経験者) ㊦1回1,500円 3回4,200円 ㊦短パン、Tシャツ、タオル、飲み物 ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

金杉由香氏
元KUROBEアクアフェアリーズ所属



はじめてのピラティス

㊦11月5日(水)11時15分～12時15分 ㊦会議室 ㊦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事を目標にします。 ㊦ミズノ指導員 ㊦15名 ㊦16歳以上 ㊦1,100円 ㊦動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

【無料教室】アクアビクス

㊦11月8日(土)、20日(木)11時～11時30分 ㊦室内プール ㊦音楽に合わせて有酸素運動を行います。水中なので負担がなく楽に運動できます。 ㊦ミズノ指導員 ㊦各日30名 ㊦16歳以上 ㊦無料(別途入場料400円) ㊦水着、スイミングキャップ、タオル、飲み物 予約不要。当日時間までにプールサイドに集合。

ウエルラウンド

㊦11月12日(水)11時15分～12時 ㊦トレーニングルーム ㊦リズムに合わせて30秒間のステップ運動と30秒間のマシーントレーニングを繰り返し行うサーキットトレーニングです。 ㊦ミズノ指導員 ㊦7名 ㊦16歳以上 ㊦600円 ㊦動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ㊦受付中。窓口または電話にて申込。

【無料教室】アクアダンス

㊦11月14日(金)、29日(土)11時～11時30分 ㊦室内プール ㊦音楽に合わせて有酸素運動を行います。水中なので負担がなく楽に運動できます。 ㊦ミズノ指導員 ㊦各日30名 ㊦16歳以上 ㊦無料(別途入場料400円) ㊦水着、スイミングキャップ、タオル、飲み物 ㊦予約不要。当日時間までにプールサイドに集合。

図書館



申問 34・9944
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 10月14日(火)、31日(金)



ホームページ

すいようえほんの会

㊦10月8日(水)【0・1歳の部】11時～11時15分【2・3歳～の部】11時30分～11時45分 ㊦おはなしコーナー ㊦小さい子の絵本とわらべうたの会

ライブラリーシアター「ココ・アヴァン・シャネル」(2009年 フランス映画 吹替)

㊦10月10日(金)14時～15時55分 ㊦ホール ㊦世界的有名ブランド“シャネル”の生みの親ココ・シャネル。ブランドから連想される、華やかなイメージとはかけ離れた、彼女の壮絶な人生を映像化。

紙芝居と折り紙

㊦10月11日(土)14時30分～15時30分 ㊦研修室 ㊦紙芝居「たべられたやまんば」ほか 折り紙ふうせん

日本工業大学特別講演会「暮らしの記憶を紡ぎ合う～宮代発「まちをアルバムにする～」とそこから生まれた取り組みの紹介

㊦10月13日(月・祝)14時～15時30分 ㊦ホール ㊦宮代町で始まった「まちをアルバムにする」という活動に携わった経験と、そこから生まれた取り組みについて紹介します。 ㊦勝木祐仁氏(日本工業大学 建築学部建築学科教授) ㊦どなたでも

おはなし会

㊦①10月18日(土)②25日(土)14時30分～15時 ㊦おはなしコーナー ㊦①「雌牛のブーコラ」「こぼんの虫ぼし」②「なら梨とり」「七羽のからす」 ㊦4歳以上(目安)

ナクソス音楽会 第7回「背景に音楽の流れる物語」

㊦10月19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。

バリアフリー映画会「梅切らぬバカ」

㊦10月22日(水)14時～15時20分 ㊦ホール ㊦母親と自閉症を抱える息子が社会の中で生きていく様を描いたヒューマンドラマ。※通常の映画に音声ガイドや字幕を加え、視覚や聴覚に障がいのある方も楽しめる映画。出演:加賀まりこ 塚地武雅 ㊦どなたでも

子ども映画会

㊦10月25日(土)15時～15時30分 ㊦ホール ㊦「どんぐりと山猫」「ばんじ休す」 ㊦3歳以上(目安)

にちようえほんの会

㊦10月26日(日)【0・1歳の部】11時～11時15分【2・3歳～の部】11時30分～11時45分 ㊦おはなしコーナー ㊦小さい子の絵本とわらべうたの会

童話と絵本の会

㊦11月1日(土)【2・3歳～の部】14時30分～14時50分【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きかせ

第5回 持ち寄りレコード鑑賞会

㊦11月3日(月・祝)13時～16時 ㊦ホール ㊦あなたのとおっておきの1枚を持ち寄って、ホールのスピーカーで聴いてみませんか?入退場自由、レコードをお持ちになつての参加は事前登録が必要です。 ㊦一般 ㊦10月21日(火)19時までに窓口へ。申込用紙は図書館で配布(図書館ホームページからも印刷可能)

