

# 公共施設Information

## 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  
 臨時休館のお知らせ 2月25日(水)～27日(金)



ホームページ

### 【無料教室】アクア

①アクアダンス 2月6日(金)、21日(土)、3月6日(金)、21日(土)11時～11時30分  
 ②アクアビクス 2月14日(土)、28日(土)、3月14日(土)、26日(木)11時～11時30分  
 場内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。  
 ミズノ指導員定各日30名  
 対16歳以上費無料(別途入場料400円)持水着、スイミングキャップ、タオル、飲み物申予約不要。当日時間までにプールサイドに集合。

### はじめてのズンバ

①2月10日②17日③3月10日④24日すべて火曜 10時30分～11時20分  
 場内ラテンの音楽に合わせて踊る創作ダンスエクササイズ  
 ミズノ指導員定各日40名  
 対16歳以上費1回600円持動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物申①②受付中③④2月1日(日)10時～受付。窓口または電話。

### ウェルラウンド

①2月18日②3月11日すべて水曜 11時15分～12時  
 場内トレーニングルーム内リズムに合わせて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。  
 ミズノ指導員定各7名  
 対16歳以上費1回600円持動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物申①受付中②2月1日(日)10時～受付。窓口または電話。

### はじめてのボクササイズ

①2月20日②3月27日すべて金曜 11時～12時  
 場内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進行します。  
 ミズノ指導員定各日15名  
 対16歳以上費1回1,100円持動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物申①受付中②2月1日(日)10時～開催日前日まで。窓口または電話。

### 個人参加型プログラム【バドミントン】

②2月28日(土)14時30分～16時  
 場内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。  
 ミズノ指導員定30名  
 小学生以上費600円持動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物申2月1日(日)10時～受付。窓口または電話。

### アンチエイジング教室

③3月4日(水)11時15分～12時15分  
 場内会議室要介護にならないための体づくり。胴体トレーニングや有酸素運動。  
 ミズノ指導員定15名(最低人数3名)  
 対16歳以上費1,100円持動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット申2月1日(日)10時～開催日前日まで。窓口または電話。

### 春休み短期水泳教室

④①3月25日(水)～27日(金)②4月1日(水)～3日(金)15時～15時50分  
 場内プール内水泳指導  
 ミズノスイミングスクール指導員定各期20名  
 対ミズノスクール会員外の5歳～小学生費3,600円(全3日間)持水着、スイミングキャップ、バスタオル、ゴーグル、ビニール袋申3月7日(土)10時～受付。窓口または電話。

### 春休みスポーツ塾

⑤①3月25日(水)～27日(金)②4月1日(水)～3日(金)15時～16時  
 場内剣道場(3月26日(木)、4月2日(木)はメインアリーナ)内跳び箱、鉄棒、マット、走る、投げる、跳ぶ  
 ミズノ指導員定各日10名  
 対5歳～小学生費1回1,500円、3回3,600円、6回6,600円持動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物申受付中。窓口または電話。

### ミズノスイミングスクール宮代 新規募集中

⑥▶こどもクラス▶大人クラス・フリークラス▶曜日固定月4回クラス▶水中ウォーキングクラス申入会希望月の前月末日まで。詳しくはHPから

## 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3回企画展「祈りとおふだ～宮代に伝わる信仰のかたち～」

①3月7日(土)～7月5日(日)まで内町内の新井家と加藤家の母屋の梁に縛り付けられていた大量のおふだについて調査し、平成7年度に宮代町史資料第9集「祈りの札」を刊行しました。今年度は30年の節目の年であり、今回の企画展は「祈りの札」に掲載されているおふだの一部を紹介とともに、おふだに関する宮代町の民俗行事や真蔵院のおふだの版木等を紹介します。  
 期間中の休館日:毎週月曜日および3月24日(火)、4月30日(木)、5月7日(木)、8日(金)



### 都鳥が見た古代 埼玉県東部地区の奈良時代・平安時代

②3月1日(日)まで  
 内東部地区文化財担当者会は、各市町の文化財担当者が、歴史・考古・民俗の各テーマを広域で調査研究する組織で、調査研究した成果を展示や報告書で一般住民に公開しています。今回の展示は、東部地区の奈良時代・平安時代について詳しく展示しています。東部地区各市町の奈良時代や平安時代の遺物を一堂に宮代町郷土資料館で展示しますので、ぜひご覧ください。  
 期間中の休館日:毎週月曜日および2月12日(木)、24日(火)



### 宮代歴史書店

郷土資料館の刊行物は、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。

## コミュニティ 進修館



### ◆申問 33・3846

- ◆開館時間 9時～21時30分



ホームページ

### 食堂(調理室)を利用しませんか?

進修館の「食堂」はみんなの台所。サークル活動など、みんなで料理を作りその後はお食事会。懇親が深まります。もちろん料理教室にもご利用いただけます。  
 貸出料:1時間400円



### 2階ロビーを利用しませんか?

進修館2階のロビーは約100名が集まる広々としたスペースで、パーティーの利用に最適。ここで結婚式を挙げた方もいます。また、美術展や小さな音楽会の開催もすることができます。  
 ※みんなのひろば(階段上がって左側)は共有スペースのため貸切不可。  
 貸出料:1時間1,500円(貸切する場合)



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

※4月から下記に変わります

月曜～金曜 10時～14時、第3・第4 土曜 10時～16時



ホームページ

## あなたの作ったおひな様を飾ってみませんか

■展示は3月3日(火)まで内あなたの作ったおひな様(つるし雛、折紙雛など)を飾ってみませんか?陽だまりサロンまでお持ちください。

## ボッチャdeかるた

■2月6日(金)10時30分～11時30分内

椅子に座って、大きなかかるため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かるた」を使って遊びましょう。輪投げもあります。



## はるの折紙タイム

■2月17日(火)13時30分～15時内何を折るかはお楽しみです。定10名(申込順)内折紙、はさみ、ボンド、のり、定規、鉛筆申前日までに直接または電話

## 茶の湯と写経を愉しむ

■2月21日(土)10時30分～12時内茶の湯で心休まるひと時を過ごしませんか?小さなお子様も一緒に体験できます。漢字、かなによる写経体験(書道)も一緒に楽しみましょう。講きっさこキッズ代表・井上奈穂子氏定15組(申込順)費500円(茶菓代)申前日までに直接または電話

## お雛様アレンジを作りましょう

■2月21日(土)13時30分～15時内生花を使ったフラワーアレンジ花育体験をしませんか?優しい気持ちを育みましょう。講いしづかゆか氏定10組(親子の場合2人で1組)費800円(材料費)持花切りばさみ、工作ばさみ、セロハンテープ、あれば折紙、持ち帰り用袋申2月17日(火)までに直接または電話

## リコーダーを吹きましょう

■2月28日(土)13時30分～14時30分内先生はいません。吹きたい曲を楽しくみんなで吹いています。持リコーダー



## ぬりえをしましょう

■毎週月曜13時30分～内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。持ぬりえ、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分内ストレッチややさしい筋トレなど、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。持室内履き、飲み物、タオル



## 囲碁・将棋の日

■毎週水曜10時～内囲碁・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。

## レツツ!スクエアステップ

■第2・第4金曜13時30分～15時内マス目が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。持上履き、飲み物、タオル

## さとり織り体験の日

■毎週木・金曜10時30分～12時または13時30分～15時内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?費800円(糸代)持中細毛糸3玉申前日までに直接または電話

## 図書館



◆申問 34-9944

◆開館時間

火曜～金曜9時30分～19時  
土・日・祝日 9時30分～18時

◆休館日 毎週月曜(祝日を除く)、2月24日(火)、3月3日(火)

特別整理休館のお知らせ 2月2日(月)～2月9日(月)

休館中の返却はブックポストをご利用ください。(他館からの借受資料は封筒や袋に入れてください。)※AV資料・紙芝居は開館中に返却を。



ホームページ



**チャーリーとチョコレート工場**  
(2005年 アメリカ映画 日本語吹替・字幕)  
■2月13日(金)14時～15時55分場ホール内ロナルド・ダーレの有名な児童書を映画化したファンタジー作品。チャーリーは当選者5人のチョコレート工場見学チケットを手にする。ほかの当選者と共に、謎に包まれた工場へと足を踏み入れるが…

## すいようえほんの会

■2月11日(水・祝)【0・1歳の部】11時～11時15分【2・3歳～の部】11時30分～11時45分場おはなしコーナー内ちいさい子の絵本とわらべうたの会

## 紙芝居と折り紙

■2月14日(土)14時30分～15時30分場研修室内  
紙芝居「きたかぜのくれたテーブルかけ」ほか 折り紙「おひなさま」



## ナクソス音楽会 第11回「華麗なるフィギュアスケートの世界」

■2月15日(日)14時～15時30分場ホール内音楽配信サイト「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。

## おはなし会

■①2月21日(土)②28日(土)14時30分～15時場おはなしコーナー内①「北斗七星」「ねずみじょうど」②「なら梨とり」「おしょうさんのおもち」対4歳以上(目安)

## にちようえほんの会

■2月22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分場おはなしコーナー内ちいさい子の絵本とわらべうたの会

## 第31回おとのための昔話と音楽のつどい

■2月22日(日)14時～16時場ホール内出演:みやしろおはなしの会「スウス」、日本工業大学吹奏楽団 おはなし:「地獄からもどった男」「青いハスの花」ほか 音楽:「365日の紙飛行機」「打上花火」ほか定100名(先着順)

## 郷土史講座「宮代町の歴史と文化財」

■2月23日(月・祝)14時～15時30分場ホール内宮代町の縄文時代から明治時代までの歴史をデジタル郷土資料を用いて解説します。講河井伸一(宮代町郷土資料館学芸員)

## みやしろ子ども司書講座(全3回)

■①2月28日②3月7日もしくは14日③3月21日すべて土曜 10時30分～12時30分場研修室内図書館や本のことに詳しくなって、読書の楽しさを伝える「子ども司書」を目指そう! カウンターでのお仕事体験もあります。定6名内町内在住の小学4～6年生(全3回参加できる方)持筆記用具申2月10日(火)～27日(金)までに電話または児童カウンター

## 子ども映画会

■2月28日(土)15時～15時45分場ホール内「つるのおんがえし」「ムーミン 消えないおばけ」「夢の星座」対3歳以上(目安)

## 雑誌リサイクル市

■3月7日(土)、8日(日)9時30分～17時場ホール内保存期間を過ぎた除籍雑誌を無料で配布します。※なくなり次第終了。タイトルなどの問い合わせには応じられません。持持ち帰り用の袋



## 童話と絵本の会

■3月7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分場おはなしコーナー内年齢にあわせた絵本の読みきかせ