

## 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 ホームページ



## 無料教室【アクア】

**アクアピクス**▶ 5月9日、23日、6月13日、27日すべて土曜 11時～11時30分 **アクアダンス**▶ 5月1日(金)、16日(土)、6月5日(金)、20日(土)11時～11時30分 屋内プール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。ミズノ指導員各日30名 16歳以上 費 入場料400円 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お集まりください。



## ウエルラウンド

5月12日、19日、26日、6月2日、9日すべて火曜 13時30分～14時15分 5月13日、20日、27日、6月3日すべて水曜 10時45分～11時30分 トレ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すサーキットトレーニングです。ミズノ指導員(健康運動実践指導者)各14名 16歳以上 費 700円(当日払い) 持動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル 申 受付中 10時から窓口または電話

## はじめてのズンバ

5月12日、26日、6月9日、23日すべて火曜 10時30分～11時20分 剣道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(JWIズンバイストラクター)各日40名 16歳以上 費 600円(当日払い) 持動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル 申 受付中 10時から窓口または電話

## バレーボール教室

5月12日、19日、26日すべて火曜(毎月3回)17時～18時 場メインアリーナ内元プロバレーボール選手による指導 元プロ選手 金杉由香氏 各日20名 初心者:小学生～(親子で参加可能) 費 1回1,500円、3回4,200円 持短パン・Tシャツ・室内シューズ・タオル・飲み物 申 窓口または電話



## はじめてのボクササイズ

5月15日、6月26日すべて金曜 11時～12時 場研修室内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(FIPベシックピラティスインストラクター)各日15名 16歳以上 費 1,100円(当日払い) 持動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル 申 受付中 10時から窓口または電話

## 個人参加型プログラム 卓球

5月30日(土)14時30分～16時 場サブアリーナ内個人単位で参加し、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(健康運動実践指導者)30名 小学生以上 費 600円(当日払い) 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 10時から窓口または電話

## アンチエイジング教室

6月3日(水)11時15分～12時15分 場会議室内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(FIPマットピラティスインストラクター)15名(最低人数3名) 16歳以上 費 1,100円(当日払い) 持動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル・ヨガマット 申 受付中 10時から開催日前日まで窓口または電話

## こどもバドミントンスクール 生徒募集中

6月12日、19日、26日すべて金曜 17時～18時20分(キッズ:小2～小4) 18時30分～20時(ジュニア:小5～中学生) ※無料体験1回可能 場サブアリーナ内バドミントンこれから習いたい人や、もっと上達したい人のスクールです。ミズノ指導員各15名 小2～中学生 費 4,800円(月謝制) 持運動ができる服装・室内用シューズ・飲み物・タオル・ラケット(貸出しあり) 申 窓口または電話

## バレーボール個人レッスン

希望日時をお知らせください 場メインアリーナ内個人レッスン。もっと上手になりたいという人におすすめ! 元プロ選手 金杉由香氏 1回1名 小学生以上 費 60分、1回目8,000円、2回目以降10,000円 持短パン・Tシャツ・室内シューズ・タオル・飲み物 申 窓口または電話

## 〈 室内プール利用中止のお知らせ 〉

須賀小学校のプール学習指導に伴い、右記日程で一般利用を中止させていただきます。

## ● 期日

5月12日(火)、13日(水)、14日(木)  
19日(火)、20日(水)、21日(木)

## ● 時間

9時～12時※13時から一般利用可能

## 図書館



◆申問 34・9944

◆開館時間 ※休館日 毎週月曜(祝日を除く)

火曜～金曜9時30分～19時 土・日・祝日 9時30分～18時

5月7日(木)は休館日です



ホームページ



ライブライブラリーシアター



**わたしの芸術劇場VOL.1 (2021～2022年 ドキュメンタリー)**  
5月8日(金)14時～15時50分 場ホール内俳優・粘土造形作家であり宮代町外交官の片桐仁さんが出演したテレビ番組「わたしの芸術劇場」の中から厳選した回を上映。片桐さんが5つの美術館を巡り作品を鑑賞します。

## 紙芝居と折り紙

5月9日(土)14時30分～15時30分 場研修室内紙芝居:「てつだいねこ」ほか 折り紙:ちょうちょ

## すいようえほんの会

5月13日(水)11時～11時20分 場おはなしコーナー内赤ちゃんからの絵本とわらべうたの会

## おはなし会

①5月16日(土)②5月23日(土)14時30分～15時 場おはなしコーナー内①「しおちゃんとしょうちゃん」「アナンシと五」②「ついでにペロリ」「おしょうさんのおもち」 16歳以上(目安)

## ナクソス音楽会

## 第2回「クラシックで楽しむミュージカルの名曲」

5月17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

## 子ども映画会

5月23日(土)15時～15時40分 場ホール「こびとといもむし」「リトルツイング 旅立ち」 3歳以上(目安)

## にちようえほんの会

5月24日(日)11時～11時20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

## 童話と絵本の会

5月30日(土)、6月6日(土)【2・3歳～の部】14時30分～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読みかせ

## 第25回朗読会

5月31日(日)14時～15時30分 場ホール内「白いぼうし」ほか 出演:みやしろ朗読の会

笠原小学校

陽だまりサロン



◆申問 37・0145 4月から開館時間が変わりました
◆開館時間 月曜～金曜 10時～14時、第3・第4土曜 10時～16時



ホームページ

ポッチャdeかるた

5月1日(金)、6月5日(金)すべて10時30分～11時30分椅子に座って、大きなかるたをめがけてお手玉を投げる「ポッチャかるた」です。

はるるの折紙タイム

5月11日(月)10時30分～12時何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

みんなのほっとカフェ

5月15日(金)10時30分～12時時間内であればいつでも相談できます。自分も相手も大切にするための方法のひとつ『NVC』の体験会です。

若葉きらめく陽だまり音楽会

5月16日(土)13時～15時素敵な演奏を楽しんでいただき、後半は皆で歌って弾こうコーナーです。楽譜もあります。演奏にこふる♪、は～もに～、アンソレイユ、沸井三枝子氏 曲目 ヴィヴァルディの春、この広い野原いっぱい、夏は来ぬ、カントリーロード他

草花のおしゃべり会

5月21日(木)10時30分～12時春の草花を囲んで楽しいおしゃべりをしましょう。西洋オダマキ草の苗を配布いたします。中村多計志氏 15名(申込順)費200円持ち帰り用袋前日までに直接または電話

リコーダーを吹きましょう

5月23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10時30分～ゆったりとした気分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されています。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。19日はヨガ、26日はスッキリ体操です。室内履き、飲み物、タオル

囲碁・将棋の日

毎週水曜10時～囲碁・将棋好きな方なら、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すごしましょう。

レッツ!スクエアステップ

第2・第4金曜10時15分～11時45分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。室内履き、飲み物、タオル

さをり織り体験の日

毎週木・金曜10時30分～コットン糸でストールを織ります。自分だけのオリジナルストールを織ってみませんか?費900円(糸代)前日までに直接または電話

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

郷土資料館企画展

祈りとおふだ

7月5日(日)まで 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し、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ています。期間中の休館日:毎週月曜日※5月4日(月)は祝日開館、5月7日(木)、8日(金)



企画展関連講座「御朱印帳づくり講座」

好評だった「御朱印帳づくり講座」を再び開催します。お好みの和紙を使い、オリジナル御朱印帳を作ることができます。ものづくりが好きな方も、御朱印集めに興味がある方も、ぜひご参加ください。5月30日(土)10時～12時郷土資料館学芸員10名費800円持はさみ5月9日(土)9時から電話(先着順)



世界に一つだけの御朱印帳です!

コミュニティセンター 進修館



◆申問 33・3846
◆開館時間 9時～21時30分



ホームページ

9時～21時30分

第43回宮代町民まつり 協賛を募集します



申込フォーム

ここから申込できます!

第43回宮代町民まつりは、8月22日(土)、23日(日)の開催を予定しています。町の一大イベント「宮代町民まつり」を応援していただける企業や団体の皆さまからのご協賛を募集しています。

協賛金 一口5,000円から

町民まつりパンフレット、町ホームページの協賛企業一覧に御芳名を掲載 ※掲載サイズ、フォント等は統一の規格 ※2口以上の協賛の場合も掲載枠は1枠

パンフレット掲載イメージ



事業所名、住所、電話番号を掲載

名入れ提灯 一個7,000円

会場内の段飾り提灯に御芳名を掲載 ※ご希望の場合はまつり終了後にお渡し 町民まつりパンフレット、町ホームページの協賛企業一覧に御芳名を掲載 ※募集数150個(先着順)

名入れ提灯イメージ



1個に名入れ

1文字ずつ名入れ

申込方法

5月20日(水)までに左記申込フォーム、または、申込書を窓口に直接、メール、郵送、ファックスのいずれかで提出してください。

納入方法

6月10日(水)までにいずれかの方法で納入してください。

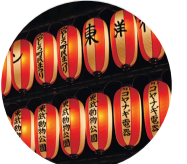
①銀行でのお振込み

※申込書を確認後、担当からご連絡します。

②現金でのお支払い

提灯段飾り点灯期間

7月下旬から8月23日(日) 18時から21時まで



詳しくは町ホームページをご確認ください。



(記事ID 25986)