

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

ウエルラウンド

日①7月7日、14日、21日②8月4日、18日、25日すべて火曜13時30分～14時15分③トレーニングルーム④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。⑤ミズノ指導員(健康運動実践指導者)⑥各14名⑦16歳以上⑧700円(当日払い)⑨動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル⑩①②受付中窓口または電話

バレーボール教室

日7月14日、21日、28日すべて火曜(毎月3回)17時～17時50分(小学低学年/親子)、18時～18時50分(小5～中学生)③メインアリーナ④元プロバレーボール選手による指導⑤元プロ選手 金杉由香氏⑥各日20名⑦小学生(親子可)～中学生⑧月3回:4,200円(月謝)、ビジター1回:1,500円(要事前予約)⑨短パン・Tシャツ・室内用シューズ・タオル・飲み物⑩受付中窓口または電話

はじめてのボクササイズ

日①7月17日、24日②8月21日、28日すべて金曜 11時～12時③研修室④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。⑤ミズノ指導員(FTPベシックピラティスインストラクター)⑥各日15名⑦16歳以上⑧1,100円(当日払い)⑨動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル⑩①②受付中窓口または電話

骨の健康チェック相談会

日7月20日(月)～26日(日)①10時～12時②13時～17時③トレーニング室④骨の状態をみる⑤300円(当日払い)⑥室内用シューズ⑦受付中窓口または電話

個人参加型プログラム モルック

日7月25日(土)14時30分～16時③メインアリーナ④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。⑤ミズノ指導員(健康運動実践指導者)⑥30名⑦小学生以上⑧600円(当日払い)⑨動きやすい服装・室内用シューズ・タオル・飲み物⑩受付中窓口または電話



あずかり教室 ココテラス

日7月30日(木)13時～17時③会議室・サブアリーナ④遊びやスポーツを通じて他の参加者と交流を深めよう⑤ミズノ指導員⑥20名(5名以上で開催)⑦小学1年～6年生⑧3,300円(当日払い)⑨動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物・タオル・おやつ(食べきる量)・自分のしたい勉強や宿題・読書用の本⑩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

日8月7日、14日、21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③サブアリーナ④バドミントンを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。⑤ミズノ指導員⑥各15名⑦小2～中学生⑧月3回:4,800円(月謝制)⑨ビジター1回:1,700円(要事前予約)⑩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)⑪窓口または電話



からだすっきりローラー教室

日8月7日(金)11時～12時③研修室④肩・腰・足のストレッチ(ローラー貸出)⑤ミズノ指導員(介護予防運動指導員)⑥12名⑦16歳以上⑧900円(当日払い)⑨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(貸出しあり)⑩受付中窓口または電話

バレーボール個人レッスン

日希望日時をお知らせください③メインアリーナ④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!⑤元プロ選手 金杉由香氏⑥1回1名⑦小学生以上⑧60分、1回目8,000円、2回目以降10,000円⑨短パン・Tシャツ・室内用シューズ・タオル・飲み物⑩窓口または電話

アンチエイジング教室

日8月5日(水)11時15分～12時15分③会議室④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⑤ミズノ指導員(FTPマットピラティスインストラクター)⑥15名(最低人数3名)⑦16歳以上⑧1,100円(当日払い)⑨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⑩受付中窓口または電話

大規模改修工事のため、右記期間までプールを一時閉鎖しています。ご理解のほどお願いいたします。

●期間 令和9年3月31日(水)まで



詳細はホームページをご覧ください▶〈記事ID 25998〉

笠原小学校

陽だまりサロン



◆申問 37・0145

◆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

日7月3日、8月7日すべて金曜10時30分～11時30分④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」。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」を使って遊びましょう。輪投げもあります。

めざせ!藤井竜王・名人!夏休み将棋教室(全4回)

日7月23日(木)、27日(月)、30日(木)、8月3日(月)10時～11時30分④将棋を覚えてみませんか?駒の動かし方も丁寧に教えます。最終日はあなたの棋力判定をします。※参加者には記念品プレゼント!!⑥18名⑦子ども～大人⑧前日までに直接または電話

夏休み特別子どもさをり織り体験

日7、8月※体験日時の詳細はホームページよりご確認ください(QRコードよりアクセスできます)④カラフルな糸を使ってコースターを2枚織ります(体験時間30分、作品の受け渡しは後日)⑤中学生まで無料⑧前日までに直接または電話

みんなのほっとカフェ

日7月17日(金)10時30分～12時④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。⑧宮代町家庭教育支援チーム・佐藤氏⑨どなたでも

茶の湯と写経を愉しむ

日7月18日(土)13時30分～15時④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⑤きさこキッズ代表井上菜穂子氏⑥15組(申込順)⑦500円(茶菓代)⑧前日までに直接または電話

リコーダーを吹きましょう

日7月25日(土)13時30分～14時30分④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⑤リコーダー

ぬりえをしましょう

日毎週月曜10時30分～④ゆったりとした気分で好きな色を塗ってみませんか⑤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

日毎週火曜10時30分～11時30分④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。21日はヨガ、28日はスッキリ体操です。⑤室内履き、飲み物、タオル

囲碁・将棋の日

日毎週水曜10時～④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

日第2・第4金曜10時15分～11時45分④マシ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!親子も大歓迎⑤室内履き、飲み物、タオル

さをり織り体験の日

日毎週月・水・木・金曜10時30分～④裂き織りマット 使わなくなった布を裂いて、織機で織っていきます⑤700円(糸代)⑥使わなくなった布(ない方応相談)⑧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

夏休み体験学習教室

- 縄文ペンダントづくり7月24日(金)、8月6日(木)
- しぼり染めハンカチづくり 7月28日(火)、8月7日(金)
- まがたまづくり★…7月23日(木)、8月5日(水)
- 組みひもブレスレットづくり★…7月29日(水)
- あじろあみコースターづくり★…7月31日(金)



※時間はいずれも10時～12時

★…小学4年生以上対象

場郷土資料館2階会議室兼資料取扱室 郷土資料館学芸員 各講座16名(申込多数の場合は抽選) 小・中学生(お子様のみ参加) 1教室200円(材料費含) ※「しぼり染めハンカチづくり」は500円(タオル、水筒、汚れてもよい服装) 6月23日(火)9時～7月8日(水)17時までに 町公式LINE ※抽選の場合、7月10日(金)にLINEで結果をお知らせ



LINE予約

令和8年度第1回企画展 「温故知新～明治から大正期の絵はがきでめぐる観光地～」

日7月12日(土)～10月25日(日) 昔の絵はがきの展示を行います。町域に残された古文書群の中にある明治から大正時代の絵はがきを選び、著名な観光地などの当時の様子を紹介します。期間中の休館日:7月13日、21日、27日、8月3日、10日、12日、17日、24日、31日、9月7日、14日、24日、25日、28日、29日、30日、10月1日、2日、5日、13日、19日

かやぶき民家で聞く昔話

日8月1日(土)10時30分～12時 郷土資料館 旧加藤家住宅(町指定文化財) 町指定文化財である「旧加藤家住宅」内で、昔話を聞いてみませんか。「はなたれ小僧さま」、「かちかち山」、「だいくとおにろく」、「夢見小僧」、「村の寶」、「わかがえりの水」の6つの作品が語られます。*語り手:宮代おはなしの会スウス*村の寶は、島村盛助(冬三)の作品です。定20名(当日、先着順) 無料 (記事ID 26305)



ホームページ

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

Instagramはこちら!



ホームページ

進修館を利用してみよう 大ホール

舞台が設置された、幅広い活動が行われる進修館の屋内施設の中で最も大きな収容人数を備えた多目的ホールです。音響、照明も完備されているので、講演会、演奏会、映画の上映などの文化的な催しから、ダンス、バドミントンなどの軽スポーツ・レクリエーション活動まで、さまざまな場面で活用できます。



概要 1時間あたり2,600円、644平方メートル【舞台】101平方メートル(間口8.5m×奥行5.8m)、収容人数500人



進修館を利用してみよう 研修室

会議・講座等に最適な部屋です。コの字型のテーブルレイアウトでの利用が一般的ですが、テーブルは自由に動かしてご利用いただけるため、用途に応じた柔軟なレイアウト変更が可能です。また、暗幕が利用できるため、部屋の照明を落としたスライド上映や映像を用いた研修などにも対応できます。



概要 1時間あたり300円、82平方メートル(約25畳)、収容人数30人

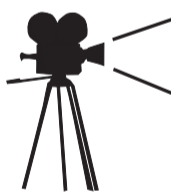
図書館



- ◆申問 34・9944
- ◆開館時間 ※休館日 毎週月曜(祝日を除く)、7月21日(火)、31日(火) 火曜～金曜9時30分～19時 土・日・祝日 9時30分～18時



ホームページ



ライブラリアンシスター

コット、はじまりの夏 (2022年 アイルランド映画 字幕)

日7月10日(金)14時～15時40分 場ホール 1981年、アイルランドの田舎町。大家族の中で暮らす9歳の少女コットは、夏休みを遠い親戚夫婦のキンセラ家で過ごすことになる。2人の温かな愛情と緑豊かな農場での暮らしにより、コットの心境に変化が訪れる。

すいようえほんの会

日7月8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

紙芝居と折り紙

日7月11日(土)14時30分～15時30分 場研修室 内紙芝居:「おけやのてんのぼり」ほか 折り紙:しゅりけん

親子で挑戦!調べ学習ワークショップ

日7月コース①7月18日(土)14時～16時②7月19日(日)14時～16時8月コース①8月1日(土)14時～16時②8月2日(日)14時～16時 場研修室 自由研究や調べる学習コンクールの作品作りを応援!(2回連続講座)①調べるテーマをさがそう!②調べるコツをまなぼう! 定各8組 町内小学生とその保護者 筆記用具、水筒 日7月4日(土)～各コース初回の前日までに電話または児童カウンター

おはなし会

日7月18日(土)14時30分～15時 場おはなしコーナー 内「田うえじぞう」「ロバの耳はなぜ長い」 定4歳以上(目安)

ナクソス音楽会 第4回「名演奏家シリーズ 辻井伸行」

日7月19日(日)14時～15時30分 場ホール 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

夏休み親子で楽しむおはなしと映画の会

日7月25日(土)14時30分～15時30分 場ホール 内おはなし:「ミアッカどん」 「百曲がりの河童」映画:「カワウソ親子の冒険」 定4歳以上(目安)、保護者の方

宮代町立図書館 公式LINEを活用しよう!

友だち登録すると、LINEの画面上で本の検索、図書館情報の閲覧ができます。

さらにアカウント連携をすると利用カードのバーコードの表示、貸出状況・予約状況の確認も可能に!

詳細は図書館公式ホームページをご覧ください。



友だち追加はこちら

夏休み子ども映画会

日7月26日(日)14時～14時50分 場ホール 内「だるまちゃん」と「てんぐちゃん」 「魔法のシンフォニー」 定4歳以上(目安)

にちようえほんの会

日7月26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

日8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 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

夏休み読書感想文教室

日8月1日(土)10時10分～12時 場研修室 現役の学校の先生が読書感想文のコツを伝授! ※事前読書必須 NPO法人子どもの夢TOSS埼玉 定8名 町内小学生(保護者同伴必須) 本、筆記用具、水筒、清書用紙 日7月12日(日)～定員に達し次第終了 電話または児童カウンター

子ども平和映画会

日8月2日(日)14時～14時30分 場ホール 内ながさきの子うま 小学生以上(目安)

夏休み科学あそび教室「化石・ふしぎな石」

日8月7日(金)14時30分～16時30分 場研修室 化石を見たり触ったりして化石にくわしくなろう! アンモナイトのレプリカづくりや木の葉の化石さがしも! 坂口美佳子氏(科学読物研究会) 定28名 町内小学生 鉛筆、持ち帰り用袋、汚れても良いタオル、あれば軍手 日7月11日(土)から電話または児童カウンター