

健康講座 フレイル

(虚弱)予防について学ぼう

▼日時 10月24日(土)午後2時～4時
▼場所 コミュニティセンターみずしろギャラリー
▼内容 フレイルについて学び、予防に役立てる。自身の状態に応じた生活習慣の改善ポイントと自己管理方法を知る。
▼定員 30人(先着順) ▼参加無料
▼主催 医療生協さいたま利根北地区健康づくり委員会
▼後援 行田市 ▼その他 動きやすい服装でご参加ください。
▼申・圃 行田協立診療所 高橋 5556-6755

さきたまトーストマスターズクラブ 英会話スピーチ

▼日時 ①10月10日(土)②10月24日(土)いずれも午後2時～4時
▼場所 ①忍・行田公民館 会議室1②VIVAぎょうだ研修室
▼内容 5分前後の英語のスピーチを発表し、英語で論評する。
▼対象 高校生以上
▼受講料 1回500円(資料代など) ▼定員 5人(先着順)
▼圃 同クラブ棟本 ☎080-5180-4609

秋の寄せ植え

▼日時 10月17日(土)・24日(土)午後1時30分～2時30分
▼場所 古代蓮会館研修室
▼内容 秋の植物を生かした寄せ植え
▼定員 各日10人(先着順)
▼参加費 1千円 ▼圃 10月3日(土)午前9時から直接同館

商工センター映画祭

▼日時 10月17日(土)午後2時上映
▼場所 商工センターホール
▼上映作品 プロフェッショナルの流儀「専門看護師(上映時間43分) ▼定員 200人(先着順) ▼入場無料 ▼その他 整理券はありません。直接会場へお越しください。

コミュニケーション講座 リズムデザインブッキング

▼日時 11月1日～29日の毎週日曜日(全5回) 午前10時30分～11時30分
▼場所 商工センター研修室
▼内容 英語を使った歌、色塗り、リズムなどのコミュニケーション遊び(英語が苦手や初めて英語に触れる

(公財) 行田市産業・文化・スポーツいきいき財団

…申し込み・問い合わせ…

産業文化会館 TEL.556-6371 FAX.556-6372	商工センター TEL.553-0510 FAX.553-2021	古代蓮会館 TEL.559-0770 FAX.559-0784	行田グリーンアリーナ TEL.553-3377 FAX.553-0487
--	--	---------------------------------------	--

http://www.ikiiki-zaidan.or.jp/index.html

オータムコンサート 延期

10月25日(日)に開催予定のオータムコンサートは、新型コロナウイルス感染症拡大防止を考慮し、延期とさせていただきます。

新春行田寄席 ～立川談幸講演会～

▼日時 令和3年1月16日(土)午後2時開演(午後1時30分開場)
▼場所 商工センターホール
▼内容 落語ワークショップ
▼出演 立川談幸

(立川流家元七代目立川談志唯一の内弟子) ▼入場料 500円(全席自由※新型コロナウイルス感染症拡大の状況により指定席になる場合あり) ※未就学児は無料 ▼チケット取り扱い 10月24日(土)午前9時から同センター2階管理事務所で販売

伝統文化おやこ教室

▼日時 11月14日(土)・28日(日)・12月5日(土)・20日(日)、令和3年1月11日(月)・24日(日)、2月14日(日)・20日(土)(計8回) 午前9時～11時
▼場所 産業文化会館
▼内容 日本舞踊の実技および三味線の体験 ▼対象 小学生～大学生およびその保護者 ※幼稚園児・保育園児は応相談
▼定員 15人(先着順) ▼参加費 2千500円(保険料を含む) ※参加費の返金不可
▼圃 10月17日(土)午前9時から直接同館

増玉古墳群特別史跡指定 タイアップ事業 はいわの館 ねん土料金割引サービス

▼日時 11月14日(土)・15日(日)午前9時～午後4時30分(はいわ館9時～午後2時30分)はいわ館の受け付けは午後2時30分

分まで) ▼内容 ①はいわ館用ねん土料金1キログラムを100円引きの500円で提供 ②はいわ館体験者にオリジナルクリアファイルを進呈

古代蓮の里 「お客様感謝デー」

▼期日 10月24日(土)・25日(日)
▼内容 ①古代蓮会館入館料2割引 ②有料入館者にイルミネーション期間中に使える割引券の配布 ③売店内外でワンコインセール(100円)を開催 ④売店で2千円以上お買い上げの方に同館招待券を1枚進呈 ⑤うどん店で希望者に大盛り無料サービス ▼その他 各施設とも営業時間は通常どおり

古代蓮会館 県民の日彩り感謝デー

▼日時 11月14日(土)午前9時～午後4時30分(受け付けは午後4時まで) ▼内容 ①古代蓮会館の小人の入館無料 ②同館内で蓮の種を使った手作りアフセサリー体験を開催(午前10時～午後2時、参加費500円、当日随時受け付け) ▼その他 売店・うどん店は通常営業

腰痛エクササイズ

お子さんも安心して参加できます) ▼対象 3歳以上の未就学児とその保護者※申し込みの無い方の見学はできません。
▼定員 10組(先着順) ▼参加費 【大人】1千500円【子ども】1千円(保険料を含む)
▼圃 10月15日(木)午前9時から参加費を添えて直接同センター2階管理事務所(電話での仮申し込みは同日午前10時から)

腰力アップエクササイズ

▼日時 10月17日～11月7日の毎週土曜日(全4回) 午前11時～午後0時30分
▼場所 行田グリーンアリーナ柔道場
▼内容 腰や股関節を中心に椅子など身近なものを利用したエクササイズを行い、伸び伸び動く体を取り戻す。
▼対象 18歳以上の方 ▼定員 各回30人(先着順) ▼参加費 1回500円 ▼持ち物 室内シューズ、運動できる服装、腰に巻くためのタオル2枚、飲み物、ヨガマットやバスタオルなどの敷き物 ▼圃 開催日の午前10時30分から直接同館

クラブ活動体験

クラブ名	日時	場所	内容	対象	定員	参加費	申し込み・問い合わせ
ゆったりベーシックヨガ	10月20日～11月10日の毎週火曜日 午前11時15分～午後0時15分	「行田グリーンアリーナ」柔道場	基本のヨガ	18歳以上の方	各回10人(先着順)	1回につき700円	10月15日(木)午前9時から直接または電話で同館(要予約)
PYC	10月20日～11月10日の毎週火曜日 午後1時～2時		ダイナミックな動きのヨガ		各回5人(先着順)		
がんばらないヨガ	10月23日～11月13日の毎週金曜日 午前9時30分～10時30分	総合公園管理事務所大会議室	初心者向けのヨガ		各回15人(先着順)		
ZUMBA®	10月17日～11月7日の毎週土曜日 午前9時30分～10時30分	「行田グリーンアリーナ」剣道場	アップビートなリズムにのせたエクササイズ				

いきいき&わくわくエンジョイススポーツクラブ会員

クラブ名	日時	場所	内容	対象	定員	会費	申し込み・問い合わせ
スイムキッズ	毎週木曜日 午後4時～5時	市民プール	プールが苦手な児童の水慣れおよび基礎的な水泳指導	令和2年10月現在、小学1～3年生	6人	月額2,500円	10月22日(木)午後3時30分～4時に直接市民プール2階会議室 ☎555-2455

▶その他
 ・応募者多数の場合は申し込み時に抽選となります。
 ・1人につき1人分の申し込みのみとなります(権利の譲渡不可)。
 ・時間に遅れた方は抽選に参加できません。

広告

広告