

# すぎスポ情報

## 申込・問合せ

NPO法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ事務局  
☎ (48)5161・FAX (48)5162 (月・水・金10時～16時)

■健康スポーツ・文化教室 (会場:エコ・スポいずみ多目的スペース、参加費無料、当日申込OK!)

### ●健康体操教室 (通年)

日時 毎週木曜日 (1月2・30日は休みです)  
10時10分～11時15分  
持ち物 室内履き・飲み物等

通年実施の  
教室です

### ●ヨガストレッチ教室 (通年)

日時 毎週水曜日 (1月22・29日は休み)  
13時～14時15分  
持ち物 室内履き・飲み物・ヨガマットまたはバスタオル

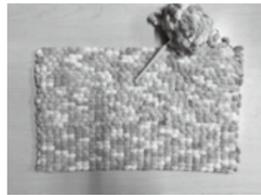
通年実施の  
教室です

## ■すぎスポ初心者講習会・教室参加者募集

### ●手芸教室

可愛いモコモコマットを作いませんか。かぎ針でゴムのマットに特殊な毛糸を編んでいきます。一度作り方がわかれば、ご自宅でも簡単に作ることが出来ます。

日時 1月21日(火) 10時～12時 (全1回)  
対象 杉戸町及び近隣住民 一般・高齢者  
参加人数・参加費 15名程度・500円 (材料費)  
内容 マット作り 持ち物 こちらで用意します  
申込期限 1月20日(月) 15時



すぎスポ  
文化部

## ■すぎスポ会員募集 (すぎスポ入会金1,000円)

### ●ターゲットバードゴルフ

バドミントンシャトルのような羽の付いたボールを使用するミニゴルフです。狭い場所でも手軽に楽しめるスポーツです。

日時 毎週火・金・日曜日 9時～12時  
場所 杉戸本島ターゲットバードゴルフ場  
(所在:杉戸町大字本島 大島新田調節池内)  
会費 700円/月 (その他保険料 任意)

### ●フロアカーリング

氷上のカーリングを床で気軽に楽しみましょう。まずは「体験」から始めませんか?

日時 毎週日曜日  
9時～11時 (月4回程度)  
場所 西公民館・高野農村センター  
会費 500円/月 (その他保険料 任意)

## パブリックコメントを実施します

「杉戸町生活排水処理基本計画」の見直しにあたってのご意見を募集します。皆様のご意見をお寄せください。

### 「杉戸町生活排水処理基本計画」(素案)

実施期間 1月10日(金)～2月10日(月) (下記閲覧場所の閉庁時間帯、閉館日を除く)  
閲覧場所 環境センター、行政情報コーナー (本庁舎1階)、すぎとピア、各公民館、生涯学習センター、エコ・スポいずみ、深輪産業団地地区センター、高野農村センター  
※町ホームページからもご覧いただけます。

#### ご意見の提出方法

- ・上記閲覧場所に備え付けの「意見提出用紙」にご記入のうえ、氏名・住所・電話番号を明記して、直接意見回収箱に投函してください。
  - ・郵送・FAX・電子メールの場合には、各提出先へご提出ください。
  - ・町ホームページによるパブリックコメント受付フォーム (QRコード) からもお寄せいただけます。
- ※電話等による口頭でのご意見はお受けできませんので、ご了承ください。



#### ご意見の取り扱い

- ・ご意見は必要に応じて反映させていただきます。
- ・ご意見の個別回答や書類等の返却はしませんのでご了承ください。
- ・意見募集結果の公表に際し、ご意見の内容以外 (氏名・住所・電話番号) は公表しません。

提出先・問合せ 〒345-0001 杉戸町木津内577番地 杉戸町役場 環境課 環境保全担当  
☎ (38) 0401、FAX (38) 0651、電子メール: kankyo@town.sugito.lg.jp

## ～みんなで楽しく脳トレ・コグニサイズ!～ 「脳とカラダのリフレッシュ教室」を開催します

### 問合せ

高齢介護課 地域包括支援センター担当  
内線303

#### 「コグニサイズ」皆さんご存知ですか?

「コグニサイズ」とは、コグニション (認知) とエクササイズ (運動) を組み合わせた造語です! 認知症は生活習慣の改善によりある程度の予防や進行を抑えることが可能な病気と言われています。認知症について正しく理解し、自宅でも続けていくことのできるコグニサイズ等の体操や脳トレなど、認知症予防の生活習慣を身につけるための教室を開催します。

皆さんで楽しく認知症を予防し、いつまでもイキイキとした生活を送りましょう!

対象 町内在住の方  
内容 認知症に関する基礎知識・認知症になりにくい生活習慣について・頭と体を使った認知症予防体操 (脳トレ・コグニサイズ) 等  
定員 各会場20名 (先着順) 申込 1月14日(火)～ 担当窓口まで来所または電話  
開催日程 (1コース3日間実施)



会場	曜日	時間	実施日
泉公民館 研修室	水曜日	10時～11時30分	3月4日・11日・18日
町役場 文書保存庫 1階会議室	木曜日		3月5日・12日・19日
生涯学習センター 多目的ホール	金曜日		2月28日、3月6日・13日

**第11回幸手水仙まつり** 幸手市  
期間 1月上旬～2月中旬  
※開花状況による  
場所 県営権現堂公園  
内容 約100万本の可憐な水仙が堤を彩ります。まつり期間中は峠の茶屋が毎日営業します。  
その他 幸手市観光協会ホームページにて水仙の開花状況をお知らせします。  
問合せ 権現堂公園管理事務所 ☎ (44) 0873

**男女共同参画セミナー** 宮代町  
『性はグラデーション～LGBTについて考える～』  
日時 1月25日(土) 14時～15時30分  
場所 コミュニティセンター 進修館  
内容 私たちの性は生物学的な性だけでなく、性のあり方で悩んでいる人も多くいます。一緒に性について考えてみませんか?  
講師 遠藤まめた氏  
問合せ 宮代町 総務課 人権推進室 ☎ (34) 1111 内線210

**となりまちへ行こう!**  
田園都市づくり協議会(杉戸町を含む4市2町)のイベント情報を掲載しています。お気軽にお出かけください。

**ハストピアアートプロジェクト** 蓮田市  
どきどきアート空間2020～こどもから大人まで～  
日時 1月25日(土)・26日(日) 10時～16時  
場所 蓮田市総合文化会館 ハストピア  
内容 ピアノ演奏、合唱、お話の語り手、本の朗読、演劇講座、アート作品展示や映画上映  
問合せ 蓮田市文化スポーツ課 ハストピア ☎048 (768) 4117

**ランチタイムコンサート** 白岡市  
日時 1月24日(金) クワイア  
チャイムとオカリナ演奏  
2月20日(木) フラメンコ  
ギター演奏  
3月24日(火) フルートとハーモニカ演奏  
12時20分～12時50分 (共通)  
場所 白岡市役所 庁舎1階市民ラウンジ  
問合せ 白岡市 学び支援課 文化振興担当 ☎ (92) 1111 内線523

**鷺宮催馬楽神楽の演奏** 久喜市  
日時 2月14日(金) 11時～15時頃  
場所 鷺宮神社神楽殿  
内容 鷺宮神社の年越祭で、国指定重要無形民俗文化財鷺宮催馬楽神楽が演じられます。  
問合せ 久喜市教育委員会 文化財保護課 ☎ (22) 5555 内線383

我が郷は花野つづきに静もわり  
津吹 喜久子  
ヘルメット姿きりりと松手入  
新田 雄悦  
寺の鐘村包み込む秋夕焼  
荻野 美智栄  
菊香るしづかな村の理髪店  
鈴木 義雄  
オアシスの風の抜けゆく葡萄棚  
西松 洋子  
丁寧な掃いて仕上げり松手入  
野坂 潭  
菊日和両手に園児引き連れて  
毛利 維子  
道端の穂芒今日も風の中  
長瀬 光江  
じょう舌の紅葉ひらひら散りはじむ  
相馬 治枝  
秋の園さまさまの花見入るなり  
富樫 ふみ子  
つつがなく一日過ごせし熱燗  
中里 遥  
決心の五年綴りの日記買ふ  
矢仲 勝  
冬帽子ぬぎて頂く御朱印帳  
若林 和子  
冬帽子鏡の中で笑顔あり  
半田 昇子  
小春日の令和の象徴ほほえみぬ  
岡 薫子  
夜もすがら風の唸りて寒波来る  
小野 諄子  
きっぱりと要らぬ物捨て十二月  
佐々木 史女

このコーナーは、中央公民館で活動する「光風会」「杉風会」による投句を掲載しています。