

生涯学習センター 町立図書館 **カルスタすぎと**

問合せ 町立図書館 ☎ (33) 4056

◆おはなしかい・・・入場無料
町立図書館「おはなしのへや」で本の読み聞かせ・紙しばい・手あそび等を行います。

◇子どものおはなしかい(幼児～小学生対象)

日時 毎週土曜日 14時～14時30分
(第4土曜日は素話を取り入れています)

◇小さい子のおはなしかい(乳幼児親子対象)

日時 11月9日(水) 11時30分～12時

やってみよう生涯学習！

まちづくり出前講座「まなびっチャすぎと塾」をご利用ください

この出前講座は、町民の皆さんが主催する集会等に町職員および住民ボランティアを講師として派遣するシステムです。メニューの中から「知りたい」「聞きたい」「学びたい」内容を選んでください。

町職員編

【まちのしくみ】

- ・第6次杉戸町総合振興計画について
- ・杉戸町の予算について
- ・杉戸町自治基本条例について

【人権】

- ・男女共同参画社会の実現にむけて
- ・考えよう、あなたの人権、わたしの人権

【暮らし】

- ・耐震改修工事の補助金のご案内

【福祉】

- ・認知症を理解しよう
- ・介護保険制度とサービス
- ・障害者差別解消法と合理的配慮

【災害】

- ・災害に備えた日ごろの心構え

【健康と食事】

- ・健康づくり講座

【スポーツ】

- ・ファミリーバドミントン教室
- ・さいかつぼーる教室

【歴史】

- ・杉戸町の歴史散歩
- ・古文書を読んでみよう
- ・石門心学と大島有隣
- ・日光道中と杉戸宿

【教養】

- ・出前よみきかせ

住民ボランティア編

【趣味】

- ・伝統文化華道を楽しむ
- ・フラワーアレンジメント
- ・手編
- ・水引工芸

【文化伝統】

- ・大正琴
- ・新舞踊
- ・火おこし体験

【健康】

- ・健康体操(ソフトエアロ)

【生活】

- ・家事、家計、育児
- ・料理教室

対象 町内在住・在勤・在学の10名以上で構成されている団体(サークル、自治会、学校、子ども会、PTAなど)

費用 無料 ※講座に必要な材料費等を負担していただく場合があります。

申込方法 希望する日の14日前までに、生涯学習センター窓口へ

- 注意事項**
- ①会場の確保、当日進行は申込団体でお願いします。
 - ②担当課の業務などの関係で、希望に添えない場合があります。
 - ③講座の時間は、時間内に終わるようにお願いします。



▲詳細はこちら

◆0・1・2歳の絵本さがし・・・入退場自由

赤ちゃん絵本をテーマごとに読み聞かせ会や展示会を開催します。

【11月のテーマ】「おやこ・どうぶつ絵本」

日時 11月2日(水) 10時30分～12時

場所 町立図書館 おはなしのへや

対象 子育て中の方・子どもの本に興味のある方
(お子さまの同席可)

10月の休館日 3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月)

申込・問合せ

生涯学習センター ☎ (31) 2111

すぎスポ情報



▲すぎスポホームページ

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
☎(48)5161(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

日時 毎週木曜日 10時10分～11時15分
持ち物 運動靴・室内履き・飲み物(水分補給用)等



●ヨガストレッチ教室

日時 毎週水曜日 13時～14時15分(第4・5週休み)
持ち物 運動靴・室内履き・飲み物(水分補給用)・ヨガマットまたはバスタオル(ヨガマット貸出可)



●パラスポーツチャレンジ(障がい者スポーツ大会2022)

ボッチャ・フライングディスク・ダーツなどをスタンプラリー形式で楽しめます。障がいをお持ちの方もそうでない方もパラリンピック種目や障がい者スポーツを体験してみませんか。

日時 10月18日(火) 10時～12時
対象 杉戸町および近隣住民 障がい者・健康者
持ち物 運動靴・室内履き・飲み物(水分補給用)
定員 30名程度 ※感染症対策として15名程度交代制で行います。



●ボッチャ教室

子どもから高齢者まで楽しめるスポーツをぜひ体験してください。
日時 11月8・15・22・29日、12月6・13日 各火曜日 10時～12時
※連続の教室ではありません。1日だけの参加も可。
持ち物 室内履き・飲み物(水分補給用)



いきいきふれあいスポーツ事業

※杉戸町教育委員会「いきいきふれあいスポーツ事業」はNPO法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポが企画・運営しています。

スポーツの秋 体力測定してみませんか?

運動を始める、または継続するうえで、「体力測定」で自身の体力・運動能力「体力年齢」を知ることは大切です。

普段から運動している方もそうでない方も、この機会にぜひ参加してみませんか? ご家族、友人と一緒に、もちろんお一人様でも大歓迎。ご参加をお待ちしています。

日時 10月30日(日) 9時45分～12時 受付 9時30分～
場所 杉戸小学校 体育館 対象 杉戸町および近隣住民 定員 50名程度
内容 体力・運動能力調査

- ①握力 ②上体起こし ③長座体前屈 ④開眼片足立ち ⑤反復横跳び ⑥10m障害歩行 ⑦20mシャトルラン ⑧立幅跳び ⑨6分間歩行 ※年齢によって測定種目が異なります。

参加費 300円(保険料) 持ち物 動きやすい服装・運動靴・室内履き・飲み物(水分補給用)

申込方法 10月25日(火)までにすぎスポ事務局まで電話にて

注意事項 自身の体調に合わせてお申込みください。また、医師等から運動を禁止または制限されている方や当日体調のすぐれない方(発熱、倦怠感、普段より高血圧など)は、お申込み後でも参加を控えていただく場合がありますので、ご了承ください。

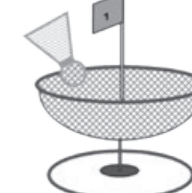


すぎスポ教室・講習会参加者募集

●ターゲットバードゴルフ初心者講習会

ターゲットバードゴルフは日本で考案されたスポーツで狭い場所でも手軽に楽しめます。羽のついたボールをゴルフクラブで打ちながら、ミニコースを巡る競技です。

日時 10月25日(火) 9時～11時30分
場所 杉戸町本島ターゲットバードゴルフ場(杉戸町大字本島地内 大島新田調節池下池)
内容 指導員によるショットの基本・ホールイン技術・コースラウンドレッスン
対象 杉戸町および近隣住民 参加費 500円(保険料)
持ち物 動きやすい服装・飲み物(水分補給用)※用具貸出可
※詳細は、ホームページ(右QRコード)からご確認ください。



俳句

友病むと切ない便り秋の風	小野 諄子
敗戦忌十九の笑みの兄遺影	浜名 勇
新涼や利根を吹きゆく風の音	佐々木 史女
奥入瀬の瀬音に混じる秋の声	相馬 治枝
一葉落ち残る月日をいとおしみ	松田 英雄
鉄棒の逆さまわりや雲の峰	駒田 美津子
まだ足りぬ止んでまた鳴くつくつくし	矢仲 勝
体操の号令急かす法師蟬	岡 薫子
朝曇浜の運河の淀みたる	毛利 維子
果物の仏間に匂ふ朝曇	新田 雄悦
懸命に生きて傘寿や遠花火	鈴木 義雄
通ひ路の野草の匂ふ朝曇	西松 洋子
万緑の真中に武蔵一の宮	野坂 潭

このコーナーは、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。