



5月の進修館百貨店カレンダー

■ ご興味のある方は、是非お問い合わせください！ ■

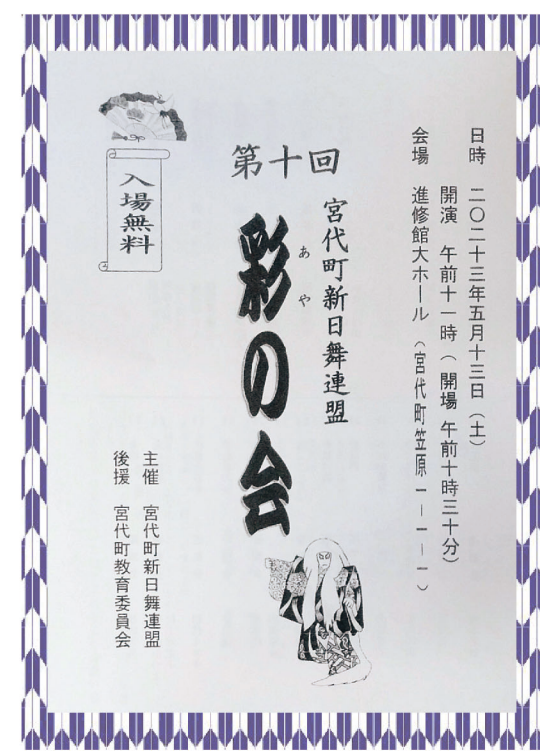
企画の詳細は各番号の項目をご確認ください

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 ②かつら即売会 ④珈琲専門店	5	6 ③日本語教室
7 ④篆刻同好会	8 ⑤月曜茶話会	9 ⑥オカリナ ⑬健康体操	10 ⑦俳句 ⑧アトピー講座	11 ⑭珈琲専門店	12 ⑧オカリナ ⑨絵てがみ ⑩手話 ⑪町民整体	13 ①舞踊発表会
14 ⑫茶道 ⑬ウクレレ ⑯写真クラブ ⑰劇団	15	16 ⑱スッキリ体操	17 ⑲くらしの相談室	18 ⑭珈琲専門店	19 ⑩手話 ⑲リンパ療法 ⑳古典を読む会 ㉑俳句	20 ㉒絵手紙 ㉓子ども食堂
21 ㉔押し花サロン	22 ㉕アトピー講座	23 ⑥オカリナ ⑬健康体操 ⑮俳句 ㉖エンディングノート	24 ⑲くらしの相談室	25 ⑭珈琲専門店 ⑱スッキリ体操 ㉗子ども食堂	26 ⑧オカリナ ⑩手話 ⑪町民整体 ㉘古典を読む会	27 ③日本語教室 ⑩運動教室 ⑳利用者懇談会
28 ⑫茶道 ⑰劇団	29 ㉙ヨガ教室	30	31			

日々が楽しくなる 素敵な企画が満載 進修館百貨店

■ PICK UP プログラム このコーナーでは、進修館百貨店の常連プログラムや、進修館が主催・共催するプログラムをご紹介します。

宮代町新日舞連盟「彩の会」 第十回 発表会



まちにまった宮代町新日舞連盟「彩の会」による発表会。大ホールでの公演は令和元年以来となり、今回は記念すべき第十回。新型コロナウイルスの影響で先延ばしになり、待ち焦がれていた方々も多いのではないのでしょうか？

同連盟は、都内・近郊各所で個々の活躍にいそしんでいる八つの団体からなる連盟で、「地元でも日本舞踊を楽しんでもらいたい」という想いで集まれたそうです。これまでもボランティア活動として介護施設などへ訪問したり、進修館で開催されたひな祭りイベントや、宮代町民まつりの流し踊りへの参加など、様々な活動を積極的に行っています。

今回は、男女三歳～ベテランまで幅広い層による発表会です。古典・歌謡など老若男女が楽しめる構成になっているとのこと。「コロナをはじめ、様々な問題に立ち向かいながら日々を過ごしている皆さんに、楽しいひと時を届けたい！」そんな想いが伝わる発表会になりそうです。楽しみですね！

各団体では「見学・体験也大歓迎。お気軽にお声かけ下さい。」とのこと。当日の華麗な踊りを見て「私も踊ってみたい！」と思ったり、気になることがありましたら各団体へお問合せしてみてくださいはいかがでしょうか？進修館としても伝統芸能の魅力を伝えるお手伝いに関われ、嬉しい限りです。

① 舞踊発表会

費：無料

第十回目を迎える事が出来ました。ご来場、お待ちしております。

※入場無料
日時：05/13(土)
開場：10:30 開演：11:00
場所：大ホール
問合：090-2158-1668 (吟遊会 青柳)



宮代町新日舞連盟加盟団体

友賀翔達芝八順吟
栄葉葉郁紅千代千遊
会会会会会会会会

主催：宮代町新日舞連盟「彩の会」 後援：宮代町教育委員会

⑩ 自分の体を知るための運動教室 費：800円

理学療法士があなたにあったカラダの動かし方や運動の仕方をレクチャーします。要申込。



初回の方は 無料
60分 800円
最大10名・完全予約制

日時：05/27(土) 10:00～11:00
場所：和室
問合：080-5005-3502 健康サロンPaTaRa (小暮)

⑪ 利用者懇談会 費：無料

「利用者懇談会」は、「みんなの広場」スタッフと、利用者みなさまが意見交換をする場です。

進修館の運営や、みんなの広場・2Fロビーの利用についてなど、様々なご意見やご要望をお聞かせください！
申込不要・参加無料です。



日時：05/27(土) 11:00～12:00
場所：みんなの広場(2Fロビー)
問合：0480-33-3846 進修館「みんなの広場」担当

② ウィッグ（かつら）展示即売会 費：販売

ウィッグを手にとりて選び、ご試着・ご購入いただけます。

日：05/04（木）10：00～16：00 小ホール
問：0120-20-3020 株式会社 ユキ

④ 宮代篆刻同好会 費：無料

篆刻同好会では、石材に印刀で文字を彫って作品を作っています。見学はご連絡ください。

日：05/07（日）09：00～12：00 集会室
問：akioworld@gmail.com 中村

⑥ オカリナ スプリング サウンド 費：要問合せ

童謡・唱歌・歌謡曲・ポップスなどを、楽しく演奏できるように練習しています。

日：05/09（火）23（火）13:00～15:00 談話室
問：0480-32-4385 名合

⑧ オカリナの森 費：要問合せ

優しく素朴な音色で、心に響くオカリナを楽しい仲間と一緒に吹いてみませんか？

日：05/12（金）10：00～12：00 集会室
05/26（金）10：00～12：00 食堂
問：0480-33-3400 渡辺

⑩ 宮代手話の会 費：要問合せ

聴覚障害の方と交流しながら手話を学んでいます。見学希望の方は事前連絡ください。

日：05/12（金）19（金）19：00～21：00 集会室
05/26（金）19：00～21：00 談話室
問：0480-32-5130 須賀

⑫ 裏千家 宗朋会 費：2,000円

「和敬清寂」の精神のもと、茶道を通じて日常生活に役立つ所作を学びます。

日：05/14（日）28（日）09：00～13：00 茶室
問：080-6636-8935 下山

⑭ Cultivate Coffee 費：販売



冷めても美味しい、香りと甘さを最後まで。スペシャルティコーヒー専門店。

日：05/04（木）11（木）05/18（木）25（木）
時：10：00～16：00
場：スキップ広場
問：info@cultivate-coffee.space Cultivate Coffee

③ みやしろ日本語教室 費：無料

お近くにお住まいの外国の方、いっしょに日本語を勉強しませんか？

日：05/06（土）27（土）10：00～12：00 研修室
問：090-6198-4695 国際交流みやしろ（大野）

⑤ 月曜茶話会 費：300円

ひきこもり当事者・経験者だけでお話する会です。申込要。詳しくはお問合せください。

日：05/08（月）13：00～16：00 和室
問：plane_tension@yahoo.co.jp ひらの

⑦ 清明句会 費：要問合せ

一回限りの人生、生きる事の証を残しませんか。俳人協会理事の指導はやさしく好評です。

日：05/10（水）09：00～12：00 集会室
問：0480-34-1921 鬼山

⑨ きままな会 費：要問合せ

絵てがみを気ままに楽しむ会です。思い出や残しておきたいものなど、何でも描けます。

日：05/12（金）13：00～16：00 集会室
問：0480-34-2193 早川

⑪ 町民整体 費：30分/2,000円

施術歴10年以上の整体師が、「心身を整える一時」を提供いたします。

日：05/12（金）26（金）19：10～20：50 和室
問：web.rakunikell@gmail.com 050-7116-5007 ラクニケル（吉田）

⑬ ウクレレ彩の会 費：要問合せ

ウクレレ初心者が集まって楽しく練習しています。見学等、詳しくはお問合せください。

日：05/14（日）10：00～12：00 集会室
問：0480-34-2600 難波

⑮ 健康体操教室 SHE's 費：500円



日常生活に必要なストレッチ、筋トレ、脳トレなどを行います。初回体験無料、要申込。

日：05/09（火）23（火）
時：09：20～10：20 10：40～11：40
場：和室
問：080-4452-8585 やなせ

⑯ 埼玉読売写真クラブ 東埼支部会 費：要問合せ

撮影した写真を持ち寄り、専門家の先生に指導してもらう会です。見学大歓迎です。

日：05/14（日）13：00～15：00 集会室
問：0480-34-5483 伊藤

⑱ スッキリ体操部 費：600円

体力に自信のない方もお元気な方も、誰でもできる介護予防体操です。宮代町在住者対象。

日：05/16（火）25（木）14：00～15：00 和室
問：090-9376-3573 岩田

⑳ 新リンパ療法本講座 費：要問合せ

新リンパ療法の本講座です。ご興味ある方はお問合せ下さい。

日：05/19（金）談話室 09：00～18：00
問：080-9523-9364 新リンパサロン杉戸（和田）

㉒ よつば句会 費：要問合せ

「俳句を詠む人は長生きする」といわれています。四季折々の句を詠み楽しんでいます。

日：05/19（金）13：00～16：00 集会室
問：0480-33-7160 黒田

㉔ 子ども食堂 ゆうやけひろば 費：要問合せ

子ども食堂は、子どもが一人でも安心して入れる食堂です。食事はテイクアウトです。

日：05/20（土）25（木）17：00～19：30 食堂
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会（近藤）

㉔ くりん句会 費：要問合せ

俳句（HAIKU）は今や国際的な詩歌です。仲間と和気あいあいの一時を楽しんでいます。

日：05/23（火）09：00～12：00 集会室
問：0480-34-0041 村木

㉘ アトピー初級講座 費：42,900円



お腹の施術が学べます。アトピーに限らず、便秘やお腹の不調、冷えを何とかしたい方、免疫を上げたい方にも。※二回連続講座

日：05/10（水）& 22（月）
時：10：00～13：00
場：茶室
問：0480-90-1264 ayaogawa3490212@gmail.com すまいる・りほーん（小川）

㉗ 劇団車輪のわくーRim 費：要問合せ

メンバー募集中。稽古体験ご希望の方はお問合せの上ご予約を！お待ちしております。

日：05/14（日）13：00～17：00 和室
05/28（日）13：00～17：00 研修室
問：090-2408-8839 上田

㉙ 相続・遺言、成年後見、無料相談会 費：無料

行政書士による、相続・遺言、成年後見制度に関する無料相談会。お気軽にどうぞ。

日：05/17（水）24（水）14：00～16：00 集会室
問：kurashisodan@yahoo.co.jp NPO法人くらしの相談室

㉚ 古典を読む会 費：要問合せ

紫式部が描く、平安貴族の世界。その細やかで見事な描写を楽しみます。詳しくはお問合せください。

日：05/19（金）10：00～12：00 研修室
05/26（金）10：00～12：00 談話室
問：0480-33-1873 石川

㉛ 絵手紙 はくれんの会 費：要問合せ

絵手紙は、自分の言葉で表現するので脳トレにもなります。一緒に楽しく描きませんか？

日：05/20（土）10：00～12：00 研修室
問：0480-93-0263 細井

㉝ 押し花サロン環・WA 費：要問合せ

身近な草花を使って、楽しく押し花作品を制作しています。初心者・見学者も歓迎です。

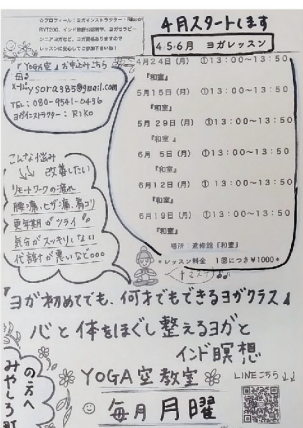
日：05/21（日）10：00～12：00 談話室
問：090-8311-6335 押田

㉟ エンディングノートの作成講座 費：200円

「もしもの時」に備えて、自分の情報や想いを伝えるエンディングノートを作成しましょう。

日：05/23（火）14：00～16：00 集会室
問：090-1886-0415 NPO法人くらしの相談室（加納）

㉞ ヨガ教室 費：1,000円



腰痛・ヒザ・肩コリつらい方、更年期つらい方など、ヨガ初めてでも、何オでもできるヨガです。心と体をほぐし整えます。

日：05/15（月）29（月）
時：13：00～13：50
場：和室
問：080-9541-0436 YOGA空（鷺池）