



2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 ②子育てサークル ③手話	3 ④日本語教室 ⑤運動教室 ⑥終活講座
4 ⑦劇団	5 ⑧みらいひろば	6 ⑨健康体操	7 ⑩俳句	8 ⑪笑いヨガ ⑫ヨガ教室 ⑬町民整体	9 ⑭手話 ⑮オカリナ ⑯絵てがみ	10 ⑰劇団 ⑱子ども食堂
11 ⑲茶道 ⑳篆刻同好会 ㉑音楽発表会 ㉒写真クラブ	12 ㉓おはなしサロン	13 ㉔骨膜整体® ㉕オカリナ ㉖スッキリ体操 ㉗子ども英会話	14	15	16	17 ㉘おひな展示
18 ㉙コンサート ㉚モルック作り ㉛おひな展示	19 ㉜百歳体操 ㉝おひな展示	20 ㉞健康体操 ㉟子ども英会話 ㊱百歳体操 ㊲おひな展示	21 ㊳百歳体操 ㊴くらしの相談室 ㊵おひな展示	22 ㊶子ども食堂 ㊷スッキリ体操 ㊸おひな展示	23 ㊹町民整体 ㊺おひなイベント ㊻演劇 ㊼ダンスフェスタ ㊽おひな展示	24 ㊾利用者懇談会 ㊿おひな展示
25 ㉟茶道 ㉡おひな展示	26 ㉢おはなしサロン ㉣歌声サロン ㉤おひな展示	27 ㉥オカリナ ㉦子ども英会話 ㉧俳句 ㉨おひな展示	28 ㉩くらしの相談室 ㉪おひな展示	29 ㉫骨膜整体® ㉬おひな展示		

日々が楽しくなる 素敵な企画が満載 進修館百貨店

本誌では、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。

2024年2月号

① ヒュッゲ・コンサート at コミュニティセンター進修館

ヒュッゲ・コンサート at 進修館 大ホール

今年度、共催事業を度々行ってまいりましたカンパニー・ヒュッゲによるコンサート。クリスマスから始まった三ヶ月連続公演のファイナルは大ホール！なんとピアニスト+声楽家5人による豪華編成です。寒さ吹き飛ばす圧倒的な音のシャワーに身をゆだねに来ませんか？チケットは進修館窓口で絶賛販売中♪



【日時】2024/02/18(日)
開演 14:00 閉演 16:00

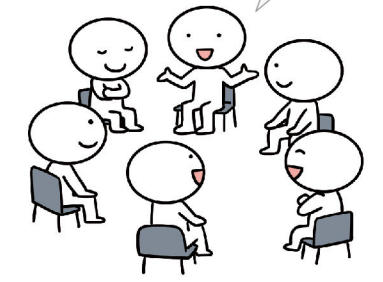
【場所】大ホール [全席自由]

【料金】大人 : 3,000円
高校・大学生 : 1,500円
小・中学生 : 1,000円

【問合せ】カンパニー・ヒュッゲ
048-754-5969
コミュニティセンター進修館
0480-33-3846

③④ 利用者懇談会 費：無料

進修館の利用に関することなどを進修館のスタッフに気軽にお話しただく場です。日頃気になることなどを、ぜひお聞かせください。



日：02/24(土)
時：10:00～12:00
場：みんなの広場(2Fロビー)
問：0480-33-3846 進修館 受付窓口

③⑤ みやしろ おひな祭り展示 費：無料

押絵羽子板やつるし飾りなど、ひな祭りを彩る装飾のほか、姫宮成就院幼稚園園児の手作りおひな様や宮代町内の小学6年生有志の俳句作品などの展示で華やぐ進修館をぜひお楽しみください。

日：02/17(土)～03/03(日)
時：10:00～18:00 (回廊展示は21:00迄)
場：2Fロビー、回廊
問：090-8311-6335 押田

♪ 進修館受付にて、チケット販売中！ ♪

◆主催：カンパニー・ヒュッゲ ◆共催：コミュニティセンター進修館 ◆後援：宮代町教育委員会

② 子育てサークルすくすく「節分あそび」 費：無料

子どももパパもママも楽しめる宮代町の子育てサークルです。いつものお出かけセットを持参してください。

日：02/02（金） 10:00～12:00 和室
問：080-2035-8284 渡邊 ※見学自由

④ 宮代日本語教室 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：02/03（土）09:00～13:00 研修室
問：090-6198-4695 宮代日本語教室（大野）

⑥ 知って得する終活講座 費：300円

家族に迷惑をかけないための相続対策を、
行政書士が解説します。※要予約

日：02/03（土）14:00～16:00 集会室
問：090-5994-6545 NPO法人くらしの相談室（斎藤）

⑧ コープみらい みらいひろば 費：無料

月ごとのテーマや地元の話について
楽しくおしゃべりしています。お気軽にどうぞ。

日：02/05（月） 13:00～15:00 食堂
問：048-753-4333 コーププラザ春日部

⑩ 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：02/07（水） 09:30～12:00 集会室
問：0480-34-1921 鬼山

⑫ モクレンヨガ教室 費：800円/回

呼吸を大切にしたりゆったりとしたヨガです。
体験希望の方はお問い合わせください。※チケット制

日：02/08（木） 10:00～、15:00～ 和室
問：090-4379-7581 美土路（みどろ）

⑭ 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：02/09（金）10:00～12:00 研修室
問：0480-33-3400 渡辺

⑯ 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。遊べるコーナーもあります。

日：02/10（土）22（木）17:00～19:00 食堂
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会（近藤）

③ 宮代手話の会 費：無料

聴覚障害の方と交流しながら手話を学んでいます。
見学・参加希望の方はお問合せください。

日：02/02（金）09（金）19:00～21:00 研修室
問：0480-32-5130 須賀

⑤ るったび運動教室 費：800円

膝痛の方、必見！
膝を改善する運動教室。 初回の方は、
60分800円 ▶ 無料

日：02/03（土）10:00～11:00 和室
問：080-5005-3502 るったび運動教室（小暮）

⑦ 劇団車輪のわくーRimー 費：要問合せ

楽しく、時には厳しく、一緒にお芝居しませんか？
稽古体験ご希望の方はお問合せの上ご予約を！

日：02/04（土）11:00～15:00 和室
02/10（土）13:00～17:00 和室
問：mail@rim-troupe.com 上田

⑨ 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：02/06（火）20（火）09:20～、10:40～ 和室
問：080-4452-8585 やなせ

⑪ 笑いヨガ宮代 ゆき&とん 費：無料

笑いの体操のつどいです。参加自由！
飛び入りも大歓迎です。どなたでもどうぞ。

日：02/08（木）13:00～14:00 芝生広場
問：090-1661-7651 中曾

⑬ 町民整体～進修館限定施術会～ 費：2,500円~/30分

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。※要予約

日：02/08（木） 19:10～21:00 和室
02/23（金） 18:10～20:00 和室
問：050-7116-5007 からだの教室ラクニケル（吉田）

⑮ 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：02/09（金）13:00～16:00 食堂
問：0480-34-2193 早川

⑰ 裏千家 宗朋会 費：体験1,000円 稽古2,000円

「和敬静寂」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。※2部制

日：02/11（日）25（日）09:00～13:00 茶室
問：080-6636-8935 下山

⑱ 宮代篆刻同好会 費：要問合せ

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：02/11（日） 09:00～12:00 研修室
問：akioworld@gmail.com 中村

⑳ 埼玉読売写真クラブ 東埼玉支部会 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：02/11（日）13:00～15:00 研修室
問：0480-34-5483 伊藤

㉒ 骨膜整体®体験会 費：3,000円（初回体験価格）

肩こり・腰痛・姿勢など、身体の歪みや不調、
お悩みを根本改善します！※予約制

日：02/13（火）29（木）10:00～11:00 和室
問：seitai.yuki3@gmail.com
070-8986-3724 整体SHIELD（折原）

㉔ スッキリ体操部 費：600円

体力に自信のない方も、一緒に体操してみませんか？
お待ちしております。

日：02/13（火）22（木）14:00～15:00 和室
問：090-9376-3573 岩田

㉒ モルック作りワークショップ 費：4,000円/1セット

フィンランド発祥のスポーツ「モルック」の用具
1セットを製作します！※要予約

日：02/18（日）13:30～15:30 研修室
問：molcky.miyashiro@gmail.com モルック普及協会（横川）

㉘ 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、成年後見制度などに
関する無料相談会。お気軽にどうぞ。

日：02/21（水）28（水）14:00～16:00 集会室
問：080-7893-2999 NPO法人くらしの相談室（戸田）

③⑩ 演劇「トルクシブ」 費：ドネーション(投げ銭)制

1920年代中央アジアに敷設された鉄道から
アラル海の早暈までの100年の物語。

日：02/23（金）17:00～18:30 小ホール
問：0480-33-3342 平原演劇祭（高野）

③② 歌声サロン 費：500円

色々な楽器を交えて懐かしい昭和の歌を歌いましょう♪
楽器をお持ちの方は13:00集合

日：02/26（月）13:00～16:00 談話室
問：090-7408-7720 沼沢
090-9953-6688 住谷

⑲ あべあやの音楽教室 音楽発表会 費：無料

本音楽教室に通う生徒が、マリンバ、ピアノ、
ドラムを使った演奏をご披露します。

日：02/11（日）14:00～16:00 小ホール
問：070-8382-5133 アベ

㉑ ゆったり傾聴サロン 費：無料

65歳以上の方、ゆっくり楽しくお話しませんか？不安な気
持ちやグチ、どんなお話でも大丈夫。気軽にお越しください♪

日：02/12（月）26（月）14:00～16:00 食堂
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会

㉓ 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：02/13（火）27（火）13:00～15:00 談話室
問：0480-32-4385 名合

㉕ ハーツこども英会話 費：要問合せ

ネイティブの先生のレッスンで、
一緒に英会話を始めませんか？

日：02/13（火）20（火）27（火）15:00～21:00 談話室
問：0120-815-082 ハーツこども英会話

㉗ いきいき百歳体操 費：無料

日常生活に必要な動作に使う筋力を向上させる健康
体操を体験できます。町内在住者対象。※要申込

日：02/19（月）20（火）21（水）13:30～15:00 小ホール
問：0480-34-1111（内線382・384）宮代町高齢者支援担当

㉙ みやしろおひな祭りイベント 費：無料

おひな祭りにちなんだクラフト体験販売や飲食販売、ミニ
ステージなどで、宮代のおひな祭りを満喫してください。

日：02/23（金）10:00～16:00 2Fロビーほか
問：090-8311-6335 みやしろおひな祭り実行委員会（押田）

③① ダンスフェスタ 費：無料（出入り自由）

子どもを中心としたダンスチームの発表会。
エネルギッシュなダンスをご覧ください。

日：02/23（金）14:00～16:00 大ホール
問：080-8821-0716 総合型スポーツクラブみやしろ（押田）

③③ 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ひと時を楽しみませんか。

日：02/27（火） 09:00～12:00 集会室
問：0480-34-0041 村木