



# 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5月号

日	月	火	水	木	金	土
			1 ④俳句	2	3	4
5 ⑤よさこい	6 ⑥茶話会	7 ⑦子ども英会話	8	9 ⑧百歳体操 ⑩まつり実行委員会	10 ①オープンカレッジ ⑧百歳体操 ⑨手話	11 ⑩トーク&ライブ ⑪子ども食堂
12 ⑫ゆるキャラ ⑬篆刻同好会 ⑭茶道	13 ⑮おはなしサロン ⑯まつり実行委員会	14 ⑦子ども英会話 ⑱健康体操 ⑳まつり実行委員会	15 ⑯くらしの相談室 ㉑まつり実行委員会	16 ⑰珈琲専門店	17 ⑨手話 ⑲紫式部日記	18 ⑳絵手紙 ㉒セルフケア講座
19 ㉑ピアノ発表会 ㉓日舞	20 ⑥茶話会 ㉒歌声サロン	21 ⑦子ども英会話 ㉓アプリサポート	22 ㉑まつり実行委員会	23 ⑪子ども食堂 ⑰珈琲専門店	24 ⑨手話 ㉔オカリナ	25 ③利用者懇談会 ㉕お薬相談会 ㉖日本語教室 ㉗運動教室
26 ㉒バリアフリー演劇 ⑭茶道	27 ⑮おはなしサロン	28 ⑦子ども英会話 ⑱健康体操 ㉗オカリナ ㉘俳句	29	30 ⑰珈琲専門店 ㉘町民整体	31 ⑨手話	

## ① 進修館オープンカレッジ「進修館をアートで彩る」第2回「アートプロジェクトをつくるヒント」

進修館は、建築や家具の素晴らしいことでも有名です。そうしたデザイン性の高さから、アートに携わる方々からの評価も高く、作品展示や空間を活用した劇の上演などのご相談もいただきます。そこで、進修館を利用し自らアート活動を展開することをテーマに、「進修館オープンカレッジ」を開催します。

### ■ 進修館オープンカレッジとは？

「進修館オープンカレッジ」とは、様々な世代が定期的集まって、地域の課題ややりたいことを話し合う場です。1つのテーマで複数回集まり、語り合うことで、新たな仲間との出会いがあるかもしれません。



進修館は、様々な人がつどうコミュニティの中心であるとともに、建物としての美しさも相まって、アートとの親和性が高い建築です。

3月20日に開催した「進修館をアートで彩る」第1回では、進修館建設の際に現場監督を務めた西尾貞臣氏に登壇いただき、建物や家具に込められた設計者たちの意図や思いについてお話いただきました。このたびの第2回では、「アートプロジェクトをつくるヒント」と題して、2023年から進修館を会場として開催しているアートプロジェクト「へそたんけん」の参加アーティストの方々にお話を伺いつつ意見交換をおこないます。

「アートプロジェクト」といってもその目的や内容、手段、方法は様々です。様々な現場でアートプロジェクトを担う人たちが「進修館でアート活動を行ってみたい」という人たちが集まりそのヒントやアイデアを共有します。「こうしたらうまくいくよ」というメソッドを伝える場ではなく、様々なアートプロジェクトの現場での経

験を共有することで、これまで行ってきた活動を振り返ったり、これから行う活動の指針をもう一度振り返ったりする機会を共に通じて、進修館での新たなアート活動を模索します。  
アートプロジェクトを行っている方はもちろん、アートプロジェクトに興味がある方、これから初めてみたい方もお気軽にご参加ください。

日時：05/10（金） 19:00～20:30  
場所：ロビー 費用：無料  
申込・問合せ  
コミュニティセンター進修館  
0480-33-3846  
mail@shinsyukan.or.jp

## ⑩ 町民まつり実行委員会 費：無料

宮代町の夏を彩る「宮代町民まつり」は、みんなで作り上げるコミュニティ祭りです。  
随時実行委員を募集しています。  
各委員会の5月の活動日をご紹介します。

- ストリート委員会（神輿・山車巡行や流し踊り）  
■ 05/09（木） 研修室  
時間はいずれも 19:00～21:00  
お気軽にご参加ください！
- イベント委員会（催し物全般）  
■ 05/13（月） 研修室
- 安全美化委員会（会場の安全確保や美化活動）  
■ 05/15（水） 研修室
- 広報記録委員会（ポスター・パンフレット制作、記録写真撮影）  
■ 05/14（火） ロビー（ポスター制作）  
■ 05/22（水） ロビー（パンフレット制作）

問合せ：0480-34-1111（内282・283）  
宮代町民まつり実行委員会事務局（地域振興担当内）

## ⑬ 宮代町新日舞連盟 第11回彩の会 費：無料

お陰様で「彩の会」も今年で11回目を迎えることができました。  
今回もお客様に楽しいひと時を過ごして頂けますよう、張り切って踊らせて頂きます。

第十一回 宮代町新日舞連盟 彩の会  
今知六月十九日（日）  
開演 11時  
開場 10時30分  
会場 宮代町新日舞連盟  
主催 宮代町新日舞連盟  
協賛 宮代町社会福祉協議会

日時：05/19（日） 開場 10:30 開演 11:00  
場所：大ホール  
問合せ：0480-32-2724 青柳（翠吟遊）

## ⑫ 【共催】バリアフリー演劇「ヘレン・ケラー ～ひびき合うものたち～」

日時：05/26（日） 13:30開演 16:00終演  
※開場12:30 途中休憩20分  
公演前後にバックステージツアーあり  
先行入場 12:15（車いすの方、お手伝いが必要な方）  
場所：大ホール  
費用：無料、要申込  
申込：https://x.gd/nwG2l  
主催・問合せ  
0480-53-4571 社会福祉法人じりつ  
（日月祝日を除く 9:00～17:00）

## ⑭ 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いただく場です。  
進修館の運営や利用についてなど、日頃気になることなどを、ぜひお聞かせください。

日時：05/25（土） 11:00～12:00  
場所：みんなの広場（2Fロビー）  
問合せ：0480-33-3846  
進修館 みんなの窓口（2F）

④ 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：05/01（水） 09:00～12:00 研修室  
問：0480-34-1921 鬼山

⑤ よさこい苔（つぼみ） 費：要問合せ

よさこい旗を使い、よさこい踊りの練習をしています。見学・ご参加大歓迎です。ぜひお声がけください。

日：05/05（日） 13:00～15:00 スキップ広場  
問：090-4053-4590 やたがい

⑧ 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：05/14（火）28（火） 09:20～、10:40～ 和室  
問：080-4452-8585 やなせ

⑨ 古典を読む会（紫式部日記を読む） 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。

日：05/17（金） 10:00～12:00 集会室  
問：0480-33-1873 石川

⑥ 月曜茶話会 費：500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：05/06（月） 13:00～16:00 集会室  
05/20（月） 12:00～15:00 茶室  
問：plane\_tension@yahoo.co.jp ひらの

⑦ 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：05/07（火）14（火）21（火）28（火）  
15:00～20:00 談話室  
問：0120-815-082 ハーツこども英会話

⑩ 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：05/18（土） 10:00～12:00 集会室  
問：0480-93-0263 細井

⑪ 真鍋ピアノ教室 発表会 費：無料

ピアノ教室の生徒による発表会です。演奏は、どなたでもご覧いただけます。

日：05/19（日） 13:30～17:00 小ホール  
問：0480-38-7855 真鍋ピアノ教室

⑧ いきいき百歳体操 費：無料

日常生活で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：05/09（木）10（金） 13:30～15:00 小ホール  
問：0480-34-1111（内線383・384）宮代町高齢者支援担当

⑨ 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：05/10（金）17（金） 19:00～21:00 研修室  
05/24（金）31（金） 19:00～21:00 食堂  
問：0480-32-5130 須賀

⑫ 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：05/20（月） 13:00～16:00 談話室  
問：090-7408-7720 沼沢  
090-9953-6688 住谷

⑬ コバトンALKOOマイレージ 費：無料

ウォーキングアプリ「ALKOO」をスマートフォンにダウンロードするサポートをします。出入り自由。※対象18歳以上

日：05/21（火） 09:30～11:30 研修室  
問：0480-34-1111（内線383・384）宮代町高齢者支援担当

⑩ ベラボーな奴め！ 費：500円（未就学無料）

ベラボーな建物“進修館”に、町内外のベラボーな奴らが集結するトーク&ライブイベント。

日：05/11（土） 13:00～15:00 小ホール  
問：belabou3846@gmail.com ベラボー事務局（吉田）

⑪ 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：05/11（土）23（木） 17:00～19:00 食堂  
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会（近藤）

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：05/24（金） 10:00～12:00 和室  
問：0480-33-3400 渡辺

⑮ 無料お薬相談会 費：無料

市販薬や処方された薬について、どなたでも薬剤師に無料で相談できます。お気軽にご来場ください。

日：05/25（土） 16:00～18:00 談話室  
問：0480-31-3846 みやしろ薬局

⑫ イタチ学校 演劇部 ～仲間となら叶う夢がある～ 費：3500円 お土産つき!

北春日部Q之介プレゼンツ。お友だちキャラクターや同郷仲間と一緒につくりあげるステージは必見！（二部構成）

日：05/12（日） 第一部 13:30～ 小ホール  
第二部 14:30～ 研修室  
問：qnosukeproject@gmail.com Q之介プロジェクト

⑬ 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：05/12（日） 09:00～12:00 研修室  
問：akioworld@gmail.com 中村

⑯ 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：05/25（土） 10:00～12:00 研修室  
問：090-6198-4695 宮代日本語教室（大野）

⑰ 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：05/28（火） 13:00～15:00 談話室  
問：0480-32-4385 名合

⑱ 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：05/12（日）26（日） 09:00～13:00 茶室  
問：080-6636-8935 下山

⑲ サロンゆったり傾聴 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：05/13（月）27（月） 14:00～16:00 食堂  
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会

⑳ 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：05/28（火） 09:00～12:00 談話室  
問：0480-34-0041 村木

㉑ 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：05/30（木） 19:10～21:00 和室  
問：050-7116-5007 からだの教室ラクニケル（吉田）

⑳ 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：05/15（水） 14:00～16:00 和室  
問：080-7893-2999 NPO法人くらしの相談室（戸田）

**相続・遺言等無料相談会**

暮らしの生活の中でのお困りごとを一緒に考えてみませんか。

1. 相続・遺言について 2. 成年後見制度について 3. 相続について 4. その他、法的な事柄に関するご相談

☆宮代町進修館(研修室・和室・食堂)  
相談時間:午後2時～午後4時の間  
令和6年 4月17日(水) 相談員:戸田・加納行政書士(無償室)  
5月15日(水) 相談員:加納・横田行政書士(和室)  
6月19日(水) 相談員:横田・戸田行政書士(和室)

予約・問い合わせ:080-7893-2999 戸田行政書士  
●予約は相談日の3日前までにご予約をお願いします。

特定非営利活動法人 **くらしの相談室**  
春日部市幸島881番地15  
電話:048-752-5009

㉒ Cultivate Coffee (カルティベートコーヒー) 費：販売

冷めても美味しい、香りと甘さを最後まで。移動式スペシャルティコーヒー専門店。

日：05/16（木）23（木） 05/30（木） 10:00～16:00 スキップ広場  
問：info@cultivate-coffee.space

一杯の美味しいコーヒーをつくるために、生産から流通、焙煎、抽出まで、多くの人が携わります。

私たちは、このすべての人の想いをドリップにのせ、これから飲んでくださる方のために、価値あるコーヒーを提供し続けます。

コーヒーの甘さと香りを楽しむカルティベートコーヒー

㉓ デスクワーカーの為の座り方とセルフケア 費：1500円

**デスクワーカー必見!** 体にやさしい座り方とセルフケアを整体のプロが伝授いたします。 ※ 定員7名 要予約

LINEからの申込の場合1000円

日：05/18（土） 13:15～14:45 談話室  
問：050-7116-5007 からだの教室ラクニケル（吉田）

～ラクニケルの講座シリーズ～  
**デスクワーカーの為の座り方とセルフケア**  
2024. 5/18(土)  
進修館 談話室 13:15～14:45  
通常:1,500円 ※要予約 定員:7名  
Lineからお申込みしてください・・・  
**1,500円 → 1,000円**

LINE @300nfglw

「からだの教室ラクニケル」  
ご予約はこちらまで  
080-5005-3502/るったび公式アカウント  
友達登録でいつでも無料で健康相談を  
るったび運動教室 (代表:小暮 寿平(こぐれしゅうへい) (理学療法士・健康運動指導士))

tel: 050-7116-5007(講師:吉田)  
※席は先着順で先着順となります。お手数ですが、健康相談はメール予約をお申し込み下さい。満席の場合はご連絡いたします。

メール予約フォーム

㉔ るったび運動教室 費：800円

**腸活** のための運動教室！  
初回の方は、60分800円 **無料**

日：05/25（土） 10:00～11:00 和室  
問：080-5005-3502 るったび運動教室（小暮）

「人前で気軽に楽しく!」  
運動教室の楽しさを体験しよう!  
初参加大歓迎  
健康のための運動教室  
痛みのあるの方に  
初回の方は無料  
60分 ¥800 ※最大10名  
会場:進修館 (完全予約制)

日時:  
3/2(土)10:00～11:00 和室  
猫背の方必見!姿勢を改善する運動教室  
4/13(土)10:00～11:00 集会室  
歩き方の運動教室!痛みを少なくする方法  
5/25(土)10:00～11:00 和室  
腸活のための運動教室  
ご予約はこちらまで  
080-5005-3502/るったび公式アカウント  
友達登録でいつでも無料で健康相談を  
るったび運動教室 (代表:小暮 寿平(こぐれしゅうへい) (理学療法士・健康運動指導士))

**友だち募集**