

③ ハーツこども英会話 費：要問合

ネイティブの先生と一緒に英会話レッスンを始めてみませんか？無料体験受付中。

日：09/03（火）10（火）17（火）24（火）  
15:00～20:00 談話室  
問：0120-815-082 ハーツこども英会話

④ 清明句会 費：要問合

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：09/04（水）09:00～12:00 和室  
問：0480-34-1921 鬼山

⑤ 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：09/09（月）19（木）14:00～15:00 和室  
問：090-9376-3573 岩田

⑥ オカリナ スプリング サウンド 費：要問合

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：09/10（火）24（火）13:00～15:00 談話室  
問：0480-32-4385 名合

⑦ 宮代手話の会 費：無料（要問合）

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：09/06（金）19:00～21:00 食堂  
09/13（金）20（金）27（金）19:00～21:00 研修室  
問：090-7412-4182 須賀

⑧ 大人のためのピラティス 費：1,500円（初回1,000円）

これからの健康のために！筋力・体力の強化、姿勢改善、  
更年期症状の緩和と一石三鳥のピラティスがおすすめ！（要申込）

日：09/06（金）20（金）10:00～12:00 和室  
問：kei.bodeyworks@gmail.com  
080-3758-2389 KEI BODEYWORKS（後田）

⑨ 学生作品展示「薬局のある地域の居場所」 費：無料

日本工業大学建築学科3年生が宮代を題材とした設計課題  
「薬局のある地域の居場所」で制作した図面と模型の展示です。

日：09/11（水）10:30～17:30 2Fロビー  
問：ykatsuki@nit.ac.jp 日本工業大学建築学科・勝木

⑩ 子ども食堂 ゆうやけひろば 費：要問合

子どもだけでも入れて、みんなで楽しくお喋りしながら  
食事できる“居場所”です。お子さんだけでも、保護者  
の方と一緒にでも、お気軽にお立ち寄りください。

日：09/14（土）26（木）17:00～19:00 食堂  
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会（近藤）

⑪ 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：09/07（土）14（土）21（土）28（土）  
10:00～12:00 研修室  
問：090-6198-4695 国際交流みやしろ（大野）

⑫ 押し花サロン環・WA 費：要問合

押し花の制作をします。  
お気軽にお問い合わせください。

日：09/07（土）10:00～13:00 談話室  
問：090-8311-6335 押田

⑬ 茶話会 費：500円（要申込）

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

日：09/15（日）13:00～16:00 集会室  
09/16（月）12:00～15:00 茶室  
問：plane\_tension@yahoo.co.jp ひらの

⑭ 相続・遺言等 無料相談会 費：無料

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？

日：09/18（水）14:00～16:00 談話室  
問：080-7893-2999 NPO 法人くらしの相談室（戸田）

⑮ 宮代篆刻同好会 費：要問合

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：09/08（日）09:00～12:00 集会室  
問：akioworld@gmail.com 中村

⑯ 埼玉読売写真クラブ 東埼玉支部会 費：要問合

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：09/08（日）13:00～15:00 集会室  
問：0480-34-5483 伊藤

⑰ 坐禅と歌と茶と 費：要問合

身 脱落すれば  
心 自ずから明鏡

日：09/23（月）14:00～16:00 和室  
問：080-3259-1879 気楽会（森山）

⑱ くりん句会 費：要問合

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：09/24（火）09:00～12:00 談話室  
問：0480-34-0041 村木

⑲ 裏千家 宗朋会 費：体験1,000円 稽古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。※2部制

日：09/08（日）22（日）09:00～12:00 茶室  
問：080-6636-8935 下山

⑳ 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：09/09（月）14:00～16:00 食堂  
問：0480-32-8199 宮代町社会福祉協議会

㉑ 笑いヨガわらいの体操 費：500円

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：09/25（水）11:00～12:00 談話室  
問：090-3339-9687 クラブもっぴ～笑笑（前里）

㉒ ウクレレ彩の会 費：要問合

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：09/29（日）10:00～12:00 談話室  
問：0480-34-2600 難波

⑳ 巨峰染め体験会 費：3,000円

宮代町で採れた巨峰の皮から「巨峰液」を作り、その場で  
布地に染める体験です。

※要予約（お電話でご予約ください）

日：09/01（日）09:30～11:30  
場：食堂  
対：町内外問わずどなたでも  
主：ハンドワーク結 MIYASHIRO  
問：090-8311-6335 押田



㉑ 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。  
体操の後は  
シンキングボールを使った  
瞑想タイムも。

初回体験無料・要申込

日：09/03（火）24（火）  
10:30～11:30  
場：和室  
問：080-4452-8585  
やなせさとえ



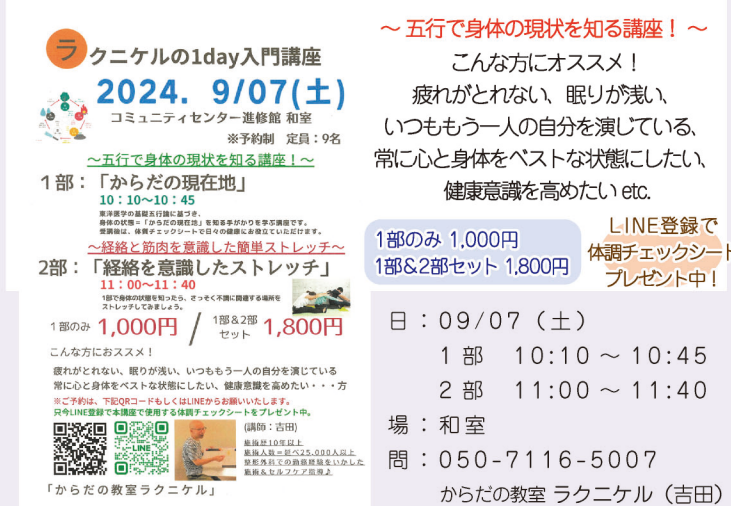
㉒ ラクニケルの1day 入門講座 費：下記参照

～五行で身体の状態を知る講座～  
こんな方にオススメ！  
疲れがとれない、眠りが浅い、  
いつももう一人の自分を演じている、  
常に心と身体をベストな状態にしたい、健康意識を高めたい・・・方  
にご参加は、下記コードもしくはLINEからお問い合わせください。  
※LINE登録は必須です※

1部のみ 1,000円 / 1部&2部セット 1,800円

LINE登録で  
体調チェックシート  
プレゼント中！

日：09/07（土）  
1部 10:10～10:45  
2部 11:00～11:40  
場：和室  
問：050-7116-5007  
からだの教室 ラクニケル（吉田）



㉓ 第2回 MIYASHIRO オクトーバーフェスト 費：無料

みんなでドイツを経験しよう！  
200年以上の歴史を持つ  
世界最大のお祭り、ドイツの  
「オクトーバーフェスト」。  
そんな賑やかなお祭りが  
今年も宮代町で開催されます！

日：09/16（月・祝）  
11:00～16:00  
場：芝生広場、2Fロビー  
コロネード、食堂  
問：0480-44-9362  
ドイツパンのお店 アムフルス（山本）

