

令和7年2月1日号 No. 155

住 所 飯能市美杉台1-2-1 (美杉台複合施設3階) 市ホームページ <https://www.city.hanno.lg.jp/>
TEL 042-971-5151 / FAX 042-971-5152 / E-mail misugi-center@city.hanno.lg.jp



申込み方法

◇その他 飯能ひな飾り展のスタンプラリー会場です

保健センター健康・体力づくり事業

Do! ウォーキング☆

5km程度のウォーキング、健康づくりのコツ、歩き方レクチャー、体組成測定を行います。

◇日 時 **2月27、3月6日**

午前10時～正午（木曜日全2回）

◇会 場 双柳地区行政センター 集会室

◇定 員 20名（申込順）

◇講 師 保健センター専門指導員（健康運動指導士）

◇費 用 100円（保険代等。当日集めます）

◇対 象 成人（70歳代まで）

◇持ち物 室内運動靴、汗拭きタオル
飲み物（ウォーキング時に携帯）
※運動できる服装と靴でお越しください。

◇申込み 2月4日（火）～25日（火）

双柳地区行政センター：TEL972-9900
FAX972-9902



ウォーキング
電子申請

【申込方法】

スマホ：2次元コードを読み取る（24時間利用可）
電 話：平日午前8時30分～午後5時15分に各会場へ
ファクス：氏名・住所・電話・年齢を明記して各会場へ



ストレッチ
電子申請

Do! ストレッチ☆

タオル、テニスボール、ゴルフボールを使ってカラダほぐし、ストレッチや簡単な筋トレを行います。

◇日 時 **3月7、14、21日**

午後1時30分～3時（金曜日全3回）

◇会 場 加治地区行政センター 第1会議室

◇定 員 12名（申込順）

◇講 師 保健センター専門指導員（健康運動指導士）

◇費 用 200円（保険代等。当日集めます）

◇対 象 成人（70歳代まで）

◇持ち物 ヨガマット、バスタオル、飲み物
ストレッチ用タオル（約33×80cm以上）
汗拭きタオル

※運動できる服装と靴でお越しください。

◇申込み 2月4日（火）～3月5日（水）

加治地区行政センター：TEL972-2313
FAX972-9805

移動図書館みどり号巡回について

◇日 時 **2月6日（木）、20日（木）** 午後2時40分～3時10分

※次回は3月6日（木）

◇場 所 美杉台地区行政センター（Fコース）

◇問合せ 市立図書館 TEL：972-2114/FAX：972-2118 E-mail：tosyokan@city.hanno.lg.jp



水道管の凍結に注意しましょう！

寒さが厳しくなり、水道管の凍結による破損や水が出なくなることがあります。むき出しになっている水道管、北側や風当たりの強いところにある水道管は、防寒対策を行い、凍結から水道管を守りましょう。

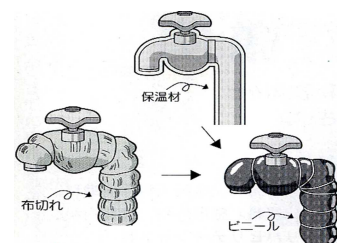
特に使用水量の少ない世帯や空き家については、凍結しやすいので防寒対策をお願いします。

◇問合せ 水道業務課

TEL：973-3661

FAX：971-3929

E-mail：suido@city.hanno.lg.jp



美杉台公民館にはたくさんのサークルがあります！

美杉台公民館には文化系、運動系などたくさんのジャンルのサークルがあります。春に向けて何かを始めたい方、趣味を見つけない・増やしたい方など、ぜひサークルの見学にお越しください。

なお、サークル見学については、美杉台公民館（TEL：971-5151）へお問合せください。

（問合せ受付時間：平日午前8時30分～午後5時15分）

【文化系サークル】

絵、朗読、着付け、押し花、茶道、短歌、詩吟、合唱、ギター、コカリナ、ウクレレ、キーボード、そば打ち、ダンスなど

【運動系サークル】

体操、自彊術、太極拳、ヨガ、空手、ストレッチ、吹き矢、卓球、エアロビクス、フィットネスなど



詳細はHPをご覧ください
(グループ一覧)

加治地区行政センターからのお知らせ

電話：042-972-2313 FAX：042-972-9805 E-mail：kaji-center@city.hanno.lg.jp

申込み受付時間 平日：午前8時30分～午後5時15分

電子申請：2次元コードを読み取り、申込フォームからお申込みください。（24時間受付可能）

のびのび親子広場～ひな飾りを作しましょう！～

色とりどりの折り紙で作ったおひな様を色紙に貼り付け、裏面にはお子さんの手形や足形を取り成長の記録を残します。自分だけの特別なおひな様の壁飾りをつくりましょう！

日時 **2月17日(月)** 午前10時～11時

会場 加治地区行政センター 和室

共催 加治公民館、はんのう愛育会加治支部

対象 未就学児(0歳～)とその保護者

参加費 無料

※当日参加も可能ですが、人数把握のため事前に加治地区行政センターへご連絡ください。



《はんのう愛育会加治支部からのお知らせ》 **令和6年度に産まれたお子さんに絵本をプレゼントします！**

令和6年度(令和6年4月～令和7年3月)に産まれたお子さまで、希望される方は、加治地区行政センターにご連絡ください。

癒しのフラダンス体験 (利用団体活性化事業)

やさしい“癒しのフラダンス”を体験してみませんか？初心者大歓迎です。

日時 **2月21日(金)** 午後1時30分～3時30分

会場 加治地区行政センター 集会室 対象 市内在住で興味のある方

講師 佐藤 由美 氏 定員 20名程度(申込順) 費用 無料

持ち物 飲み物、タオル、パウスカート(お持ちの方) ※動きやすい服装

申込み 2月5日(水)から加治地区行政センターへ。



大好評のフラフラ
体操で免疫力アップ

初心者囲碁教室

小学生から大学生・高齢者まで地域を問わず、どなたでもご参加いただけます。

日時 **3月1日、8日、15日、22日、29日の土曜日**(全5回) 午前9時～12時

会場 加治地区行政センター 第1会議室

講師 飯能市囲碁連盟会員

共催 加治公民館、飯能市囲碁連盟

定員 15名(申込順)

参加費 500円(テキスト代など)

申込み 電話・電子申請：2月4日(火)午前8時30分～



▲電子申請

うたいましょう童謡・唱歌

歌集を使って懐かしの童謡・唱歌を楽しく歌いましょう！

日 時	3月6日(木) 午前10時～11時30分 ※次回は、6月5日(木)
会 場	加治地区行政センター 集会室
講 師	浅見 美紗子 氏 ピアノ 大野 洋子 氏
参加費	1,430円(歌集購入代:未購入の方のみ) ※「CD付き童謡・唱歌・懐かしの歌」(西東社)を使用します。お持ちの方は、ご持参ください。
申込み	初めてご参加される方、前回(2月6日開催)ご参加されなかった方は、3月4日(火)までに 加治地区行政センターへ。



加治東地区行政センターからのお知らせ

電話：042-974-4546 ファクス：042-972-9806 E-mail：kajih-center@city.hanno.lg.jp

申込み受付時間 平日：午前8時30分～午後5時15分

《参加者募集》 つるし雛づくり教室

伝統工芸「つるし飾り」の教室です。今年は“おひな様”を教えてください。

日 時	2月15日(土) 午後1時30分～4時
会 場	加治東地区行政センター 集会室
定 員	20名(先着順) 持ち物 裁縫道具一式
費 用	800円(材料費) 講 師 グループ「手しごとあそび」の皆さん
申込み	2月10日(月)までに加治東地区行政センターへ。



事務室窓口に、
見本を展示しています。

《参加者募集》 ふれあい講座 『武蔵野鉄道の開通と飯能』 共催：加治東ふれあい広場

1915(大正4)年に現在の西武鉄道のルーツである武蔵野鉄道が開通しました。池袋～飯能間が開通したことにより、この地域の人や物流の流れが一変されました。開通後の飯能がどのような発展を遂げたのか？「武蔵野鉄道の開通と飯能」の時代を知ること、鉄道開通期の飯能に思いを馳せてみませんか。

日 時	2月21日(金) 午前10時～11時30分
会 場	加治東地区行政センター 集会室
講 師	飯能市立博物館 館長 尾崎泰弘氏
定 員	30名(先着順) 持ち物 筆記用具
申込み	2月19日(水)までに加治東地区行政センターへ。



南高麗診療所からのお知らせ

電話：042-972-3807 ファクス：042-974-6971 E-mail：clinic@city.hanno.lg.jp

スギ花粉の飛散時期になりました。症状が出る前に薬を準備しておきましょう。

※2月12日(水)は臨時休診します。

