

講座・教室・催し物情報

令和8年4月時点の情報です。最新情報は市報やホームページをご確認ください。

(1) 趣味・教養

● 市民大学

※市外局番は(049)です。

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
市民大学ふじみ野	「市民の学び 地域の学び 知の好循環」を基本理念に、市民による市民のための学びの場です。	5月～3月	協働推進課	262-8123
昭和100年大学 元気健康学部	・スポーツ学科 ・声楽学科	6月～3月	社会教育課	266-9501
昭和100年大学 くらしの中の芸術学部	・美術学科	6月～3月予定	社会教育課	266-9501
昭和100年大学 くらしの生活学部	・教養学科	6月～3月	社会教育課	266-9501

● 趣味・教養(一般向け)

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
やさしい日本語でめぐる 「まちさんぽツアー」	在住外国人と日本人と一緒に散歩をしながら、まちの魅力を見つけるツアーを開催します。分かりやすく(易しい)、相手のことを思いやる(優しい)気持ちでという2つの「やさしい」意味を持つやさしい日本語が、参加者の共通語です。	5月～3月(予定)	社会教育課	220-2088
写経入門教室	内容についてのお話を伺いながら実際に写経を行います。	6月・11月開講	市民交流プラザ	264-7971
旭ふれあいハープ教室	身近になったハープを、もっと日頃の生活に生かして楽しんでみましょう。	6月・9月・11月	旭ふれあいセンター	267-1777
ゆかた着付け教室	ゆかたを美しく着るための初心者向けの教室です。	①7月2日(木) ②7月9日(木)	市民交流プラザ	264-7971
きもの着付け教室	きものを美しく着るための初心者向けの教室です。	名古屋帯教室 春・秋開催 袋帯クラス 冬開催	市民交流プラザ	264-7971
健康寿命を伸ばすための セルフメンテナンス講座	健康寿命を伸ばすための方法とは?	8月	鶴ヶ岡コミュニティセンター	278-1122
シニア向けオンライン(Zoom)体験講座	好評につき、シニア向けZoom体験を開催します。	8月開催予定	ふじみ野市社会福祉協議会	264-7212
絵本の読み聞かせ入門	家庭や学校で子どもたちに絵本の読み聞かせをしてみませんか。	10月～11月頃	大井図書館	263-1100
絵本の読み聞かせ講座	集団に読み聞かせをする方向けの講座です。	10月～11月頃	大井図書館	263-1100
ビジネス支援講座	起業や経営、就業、個人のキャリアアップ等、ビジネスに関する有用な情報を提供します。	10月	上福岡図書館	262-3710
情報リテラシー講座	タブレットなどの情報端末の使い方や、データベースの活用方法等、学びや仕事に役立つ情報を提供します。	10月頃	上福岡図書館	262-3710
写真講座	デジタルカメラ初心者向け、撮影が好きになる写真講座を開催します。	3月下旬	ふじみ野市観光協会(産業振興課内)	262-9023
スマートフォン講座	スマートフォンを理解する・便利に使いこなす・安全に安心して利用する事を目的に開催します。	未定	社会教育課	266-9501
情報リテラシー講座	タブレットなどの情報端末の使い方や、データベースの活用方法等、学びや仕事に役立つ情報を提供します。	未定	大井図書館	263-1100
古文書講座	地域に残る古文書を解説し、当時の生活や地域の歴史を学びます。	未定	上福岡歴史民俗資料館	261-6065
おりがみ教室	簡単でかわいい「おりがみ」を図書館スタッフと一緒に折っていきます。	毎月第4日曜日 11時00分～ 11時30分	上福岡図書館	262-3710

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
パソコン相談室	ボランティア「図書館友の会」の皆さんが、簡単なパソコンに関する質問に答える相談会です。講座ではありません。パソコンを持参してください。	毎週水曜日(祝日を除く) 10時00分～ 12時00分	大井図書館	263-1100
歌ってイキイキ♪声活教室	楽しく歌って、声のハリを取り戻し、免疫力を上げていきましょう。	毎週水曜日 10時00分～ 11時00分	市民交流プラザ	264-7971
デザイン書道教室	初心者歓迎!お手本をみながら自分流の作品をつくってみませんか?	毎月1回金曜日 毎月1回土曜日 毎月1回日曜日 10時00分～ 12時00分	市民交流プラザ	264-7971
大人のためのアート教室	絵やオブジェなどの作品を楽しみながら作ることで脳を活性化させ、感性の目覚めや回復、生きる意欲や潜在能力を引き出す効果があるとされている臨床美術(アートセラピー)を用います。	毎月1回水曜日 9時30分～ 11時30分	市民交流プラザ	264-7971
エッグアート教室	カッティング済み卵の殻にリボン等彩色装飾を行い、飾って楽しめる作品を作ります。	随時開講	市民交流プラザ	264-7971
シルバーアクセサリー教室	銀粘土を使って手作りの純銀アクセサリーを作ります。	随時開講	市民交流プラザ	264-7971
オカリナ教室	オカリナ演奏が楽しく学べる教室です。初心者大歓迎。	隔週水曜日 14時00分～ 15時30分	産業文化センター	269-4811
健康発声講座	正しい発声法を学んで健康維持・増進を目指す講座です。	月2～3回木曜日 14時00分～ 15時30分	産業文化センター	269-4811
鍵盤ハーモニカ教室	鍵盤ハーモニカを楽しく学べる教室です。初心者大歓迎。	月2回水曜日 10時00分～ 12時00分	産業文化センター	269-4811
合唱講座	懐かしい、童謡や唱歌を歌う講座です。	月3回金曜日 10時30分～ 12時00分	産業文化センター	269-4811
楽しい折り紙	指先のトレーニングにも効果的な折り紙をみんなで楽しみましょう。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月1回	大井総合福祉センター	266-1111
大人のぬりえ	見本に自分好みで自由に色を塗って楽しみましょう。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月1回	大井総合福祉センター	266-1111
数独にチャレンジ	初めての方、解き方がわからない方でもOK。解りやすく指導します。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月1回	大井総合福祉センター	266-1111
みんなで脳トレ	間違い探しやクイズなど楽しい問題を用意しています。気軽に参加できます。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月2回	大井総合福祉センター	266-1111
テレビゲームで遊ぼう	認知症の予防にも効果があるといわれているテレビゲームを通じて、皆さんで楽しく交流しましょう。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月2回	大井総合福祉センター	266-1111
歌声広場	発声練習、伴奏に合わせて全員一緒に歌います。(65歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	毎月1回・木曜日 ①9時30分～ 10時30分 ②10時45分～ 11時45分	介護予防センター	264-7270

● 語学

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
日本語教室	地域で生活する外国人のための日本語教室です。	毎週月・木曜日 10時00分～ 11時30分	ふじみの国際交流センター	256-4290
にほんご教室	外国人の生活に必要な日本語学習と交流をボランティアの協力により実施。日本語を日本語で教える。	毎週水・日曜日 10時00分～ 11時30分	社会教育課(会場:ステラ・イースト)	266-9501
水曜ネイティブ英会話(基礎)	ネイティブ講師による日常英会話の基礎クラスです。	毎週水曜日 14時10分～ 15時10分	市民交流プラザ	264-7971

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
火曜ネイティブ英会話 (初級)	ネイティブ講師による日常英会話の初級クラスです。	毎週火曜日 11時00分～ 12時00分	市民交流プラザ	264- 7971
水曜ネイティブ英会話 (初中級)	ネイティブ講師による日常英会話の初中級クラスです。	毎週水曜日 13時00分～ 14時00分	市民交流プラザ	264- 7971
金曜ネイティブ英会話 (中級)	ネイティブ講師による日常英会話の中級クラスです。	毎週金曜日 18時40分～ 19時40分	市民交流プラザ	264- 7971
火曜ネイティブ英会話 (中上級)	ネイティブ講師によるある程度会話のできる方対象の日常英会話クラスです。	毎週火曜日 9時50分～ 10時50分	市民交流プラザ	264- 7971
水曜ネイティブ英会話 (中上級)	ネイティブ講師によるある程度会話のできる方対象の日常英会話クラスです。	毎週水曜日 15時20分～ 16時20分	市民交流プラザ	264- 7971
金曜ネイティブ英会話 (中上級)	ネイティブ講師によるある程度会話のできる方対象の日常英会話クラスです。	毎週金曜日 19時50分～ 20時50分	市民交流プラザ	264- 7971
スペイン語(初級)	ネイティブ講師によるスペイン語教室です。	毎週月曜日 20時10分～ 21時00分	市民交流プラザ	264- 7971
スペイン語(中級)	ネイティブ講師によるスペイン語教室です。	毎週月曜日 19時00分～ 20時00分	市民交流プラザ	264- 7971
日常英会話(初中級)	ネイティブ講師による英会話教室です。 日常よく使う会話等を学ぶ初級クラス及び中級クラスです。	毎月金曜日 10時～、11時 15分～(各1時間)	産業文化センター	269- 4811
日常英会話(初中級)	ネイティブ講師による英会話教室です。 日常よく使う会話等を学ぶ初級クラス及び中級クラスです。	毎月月曜日 10時～、11時 15分～、14時 ～(各1時間)	産業文化センター	269- 4811
日常英会話(初級)	日本人講師による英会話教室です。 日常よく使う会話等を学ぶ初級クラスです。	毎週木曜日 18時00分～ 19時00分	産業文化センター	269- 4811
入門英会話	日本人教師と学ぶ、ネイティブ教師と会話する準備クラスです。	毎週火曜日 11時～12時 毎週水曜日 18時～19時	産業文化センター	269- 4811
TOEIC②目標600点クラス	ネイティブスピーカー講師による英語の授業です。TOEIC L&Rほぼ満点の講師が親切丁寧にお教えます。	毎週火曜日 19時30分～ 20時30分	産業文化センター	269- 4811
TOEIC①目標450点クラス(休講中)	ネイティブスピーカー講師による英語の授業です。TOEIC L&Rほぼ満点の講師が親切丁寧にお教えます。	毎週火曜日 18時30分～ 19時30分	産業文化センター	269- 4811
中国語教室(入門)	ピンインから始めるはじめての中国教室の入門クラスです。	毎週土曜日 9時30分～ 10時30分	産業文化センター	269- 4811
中国語教室(中級)	ピンインから始めるはじめての中国教室の中級クラスです。	毎週土曜日 10時40分～ 11時40分	産業文化センター	269- 4811
中国語教室(上級)	ピンインから始めるはじめての中国教室の上級クラスです。	毎週土曜日 11時50分～ 12時50分	産業文化センター	269- 4811
韓国語教室(入門)	ネイティブ講師による韓国語教室の入門クラスです。	毎週金曜日 18時10分～ 19時10分	産業文化センター	269- 4811
韓国語教室	ネイティブ講師による韓国語教室です。	毎週金曜日 19時20分～ 20時20分	産業文化センター	269- 4811

● 展示・展覧会

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
男女共同参画週間パネル展	国で定める男女共同参画週間(毎年6月23日から6月29日)に合わせてパネル展を開催します。	6月下旬	市民総合相談室	262-9025
平和推進事業	平和の大切さを伝えるとともに、市民の平和意識を高めるため、平和パネル展示会、平和祈念フェスティバルを実施します。	9月14日～10月2日	協働推進課	262-9016
旭ふれあい作品展	旭ふれあいセンター利用団体等による作品展示を行っています。	10月中旬	旭ふれあいセンター	267-1777
女性に対する暴力をなくす運動パネル展	「女性に対する暴力をなくす運動」期間(毎年11月12日から11月25日)に合わせて、パネル展を開催します。	11月	市民総合相談室	262-9025
犯罪被害者月間パネル展	犯罪被害者月間(毎年11月1日から12月1日)に合わせて、パネル展を開催します。	11月	市民総合相談室	262-9025
小学校社会科体験学習・展示	小学校3・4年生の社会科授業で、地域の歴史や昔のくらし・学校について学習できるように、地域の特性を生かした資料の展示や体験コーナーを設けます。	1月中旬～3月上旬	上福岡歴史民俗資料館	261-6065
福岡河岸記念館季節展示	福岡河岸記念館で五月人形展、ひな人形展など季節の行事を紹介する展示を行います。	2～3月	上福岡歴史民俗資料館	261-6065
福岡河岸記念館離れ(三階建)の特別公開	通常は公開していない離れの2・3階を特別公開します。明治時代の迎賓館の雰囲気を楽しんでください。	1月と2月を除き毎月1～2回公開予定	上福岡歴史民俗資料館	261-6065
庁舎ギャラリー展示	市役所の庁舎の一角をギャラリーとして市民開放し、絵画等の展示を行っています。(展示スケジュールは市ホームページ等でご確認ください)	通年 (市役所本庁舎・大井総合支所)	文化・スポーツ振興課	262-8124
孤独・孤立対策	パネル展示及びワークショップを開催します。	未定	地域福祉課	256-7218
地域共生社会展	地域共生社会の実現を目指し、地域活動の様子や相談窓口等のパネル展示を市内各所で開催します。	未定	地域福祉課	256-7218
季節展示・ミニ展示	常設展示室などで季節の行事や収蔵資料を紹介する展示などを随時行います。	未定	旧大井村役場	265-3915

● コンサート・舞台

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
鶴ヶ岡寄席	二つ目の若手落語家による寄席。身近に日本の古典芸能に触れていただく。	6月・1月	鶴ヶ岡コミュニティセンター	278-1122
NHK みんな DE どりーもん!	公開収録を実施します。どりーもんや、ななみちゃん、ハナコが繰り広げる楽しいお芝居や、歌のおねえさんコーナー、ゲストのスペシャルパフォーマンスなど、ご家族みなでお楽しみいただけます。	6月28日(日)	ふじみ野ステラ・ウェスト	261-0648
鶴ヶ岡音楽会	ふじみ野市出身歌手による弾き語りとみんなで歌うコンサート。	7月	旭ふれあいセンター	267-1777
スギテツコンサート	「クラシックで笑顔を創る」ピアノとヴァイオリンのデュオ。	7月25日(土)	ふじみ野ステラ・イースト	261-6678
夢団ミュージカル「オズの魔法使い」	虹の向こうのオズの国で、友情と成長の冒険物語をお届けします。	8月30日(日)	ふじみ野ステラ・イースト	261-6678
オーケストラと奏でるふじみ野子ども音楽ステージ	世界最高峰のピアノ「ファツィオリ」を備えるふじみ野市の文化拠点「ステラ・イースト」を舞台に、子ども達がピアノの演奏家と共演する体験型音楽イベントです。	9月13日(日)	ふじみ野ステラ・イースト	261-6678
ヨーロッパからふじみ野への贈り物～音楽と美術でつなぐ旅路～	1週間の展示とお話付きコンサートを組み合わせた文化芸術イベント。	9月19日(土)	ふじみ野市文化協会	256-9708
旭ふれあい音楽祭	和楽器や洋楽器による演奏披露。	10月	旭ふれあいセンター	267-1777
「みんなで歌おう」プロジェクト	未就学時から高齢者まで対象。四季折々の童謡・唱歌を会場の皆さんと一緒に歌います。手遊びを交えたり、腹式呼吸の仕方にも触れまるコンサート。	10月10日(土)	ステラ・ウェスト	261-0648
鶴ヶ岡 with ベンチャーズショー	市内ミュージシャンによる歌・演奏コンサート。	11月	鶴ヶ岡コミュニティセンター	267-1777
野宮瑞希×間庭美咲 マリンバデュオコンサート	マリンバデュオによるコンサート。クラシックの名曲やマリンバオリジナル作品、映画音楽など、幅広いプログラムをお届けする。	11月14日(土)	ふじみ野ステラ・ウェスト	261-0648

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
日常に響くモーツァルト 一街と市民をつなぐクラ シックコンサート	親しみやすいモーツァルトの作品を、生活に溶け込む文 化体験として提供し、クラシック音楽の魅力を伝えます。	11月29日(日)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
鶴ヶ岡音楽祭	歌や和楽器や洋楽器による演奏。	12月	鶴ヶ岡コミュニテ ィセンター	278- 1122
参加型ゴスペルショーク ワイア・クリスマスコンサ ート	未定	12月5日(土)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
FUJIMINO JAZZ フェ ス2026	迫力満点のビッグバンドが再びふじみ野にやってきま す。	12月13日(日)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
新春落語会	日本の伝統芸能の一つである落語を開催。	1月	社会教育課	266- 9501
旭ふれあい寄席	二つ目の若手落語家による寄席。身近に日本の古典芸 能に触れていただく。	1月	旭ふれあいセンター	267- 1777
風間杜夫 落語独演会& トークショー	「蒲田行進曲」などで知られる風間杜夫の芝居心たっぷ りの独演会です。	2月7日(日)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
萬狂言ファミリー狂言会	野村万蔵家の3兄弟をはじめ若手狂言師による誰でも 楽しめる狂言と狂言たいそう。	2月14日(日)	ふじみ野ステラ・ イースト	261- 6678
Dance Festa Passion 2027!!	ふじみ野市を拠点とする舞踊・ダンス団体がジャンルを 超えて結集し、「市民参加」と「プロ団体」の共演を輪と したダンスイベントを開催します。	2月20日(土)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
サンリオミュージカル	人気キャラが歌やダンスで「友情・なかよく」を伝える、 子供から大人まで楽しめる感動的な舞台です。	2月27日(土)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
記憶の継承のための舞 台芸術「望郷と海」～シ ベリアから未来へ～	「詩人・石原吉郎とシベリア抑留」を主題とした舞台芸 術作品を制作・上映する文化事業。	3月7日(日)	ふじみ野市文化 協会	256- 9708
鼓童	新潟県佐渡市を拠点に世界中で和太鼓の魅力を伝える プロフェッショナルのコンサートです。	3月14日(日)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
東京混声合唱団ゾリス テン With SJC	東京混声合唱団による少人数合唱のコンサート。児童合 唱団 ステラジュニアコーラスとのコラボも。	3月20日(土)	ふじみ野ステラ・ イースト	261- 6678
廣津留すみれコンサート	未定	3月20日(土)	ふじみ野ステラ・ ウエスト	261- 0648
マンスリーコンサート	ふじみ野市音楽家協会による、演奏や歌のコンサート。 マルシェも同時開催。	毎月第3木曜日 11時00分～	産業文化センター	269- 4811
舞台芸術鑑賞会	舞台芸術をより身近な場所で鑑賞し、芸術や文化に関 心をもつきっかけづくりを提供します。	年1回	社会教育課	266- 9501
はーとふるコンサート	エントランスホールでミニコンサートを開催します。(予 約不要・無料)	年4回	市民交流プラザ	264- 7971



ふじみ野市
PR大使『ふじみん』

(2) 暮らし

● 催し(まつり)

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
ふじみ野らしさアートコレクション vol.2	ステラ・イーストを中心に市内で活動する皆さんの発表の場、新たな仲間との出会いの場として開催。	5月16日(土)	ふじみ野ステラ・イースト	261-6678
エコラポフェスタ	ふじみ野市・三芳町環境センターで楽しみながら環境について学べるイベントを行います。	5月16日(土)	環境課	262-9022
第26回おい祭り	ふるさとの祭りとして大勢の人でにぎわいます。人にやさしく活気あふれるまちをめざし、ステージ、模擬店、よさこい、山車などの催しを行います。	7月26日(日)	協働推進課	262-9016
第72回上福岡セタまつり	市内の商店や子ども会、自治会、企業などが趣向を凝らして制作した竹飾りで駅周辺が彩られます。その他イベントも予定されています。	8月8日(土)・9日(日)	ふじみ野市観光協会(産業振興課内)	262-9023
ステラ・ウェスト夏祭り	未定	8月23日(日)	ふじみ野ステラ・ウェスト	261-0648
第9回産文フェスティバル	一般の公募や自主事業などダンスや演奏を中心としたステージパフォーマンス、入場無料です。	8月23日(日)	産業文化センター	269-4811
第18回福岡河岸まつり	舟運で栄えた福岡河岸に先祖や家族への思いを込めて灯ろうを並べて、大人も子どもも夏の夜を楽しめる、夏の思い出づくりとなるよう開催します。	8月22日(土)	協働推進課	262-9016
第22回ふじみ野市民文化祭	市民による実行委員会形式で各部門を組織し、文化祭を開催します。	10月~11月	社会教育課	266-9501
第11回フクトピアチャリティフェスタ	施設利用のサークルや諸団体の発表会、体験教室、市内店の食品販売などを催し、震災復興の義援金を集めます。	10月12日(月祝日、予定)	市民交流プラザ	264-7971
環境フェア	市民の方が気軽に参加し、環境の知識や情報に触れることが出来るイベントです。	10月17日(土) ※雨天の場合翌18日(日)を予定	環境課	262-9021
第18回ふじみ野市産業まつり	地元野菜の直売など、地産産業の出展を中心に開催します。	11月3日(祝)予定	産業まつり実行委員会(産業振興課内)	262-9023
二十歳の集い	20歳の新しい門出を祝うため二十歳の集いを行います。20歳の皆さんには案内状を送りますので、ぜひご出席ください。	1月11日(祝)	社会教育課	220-2087
アートフェスタふじみ野	多様な人々が出会い、文化芸術に気軽に触れる機会を提供するため、様々なイベントをふじみ野(未定)で開催します。	1月23日(土)・24日(日)	文化・スポーツ振興課	262-8124
市民活動展示会交流会2027	市民団体の活動について、展示やステージ発表などを行い、住みよいふじみ野市のまちづくりに向けて市民活動をPRし盛り上げるイベントを開催します。	2月7日(日)	協働推進課	262-9016
鶴ヶ岡梅まつり	鶴ヶ岡会館との共催で、地域で活躍する人たちの作品展・芸能発表会。	2月	鶴ヶ岡コミュニティセンター	278-1122
上福岡図書館まつり(上福岡図書館の日)	子どもから大人まで楽しめる様々なイベントを開催します。	未定	上福岡図書館	262-3710
大井図書館まつり(大井図書館の日)	子どもから大人まで楽しめる様々なイベントを開催します。	未定	大井図書館	263-1100

● 催し

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
絵本で遊ぼう!「ぐりとぐら」の世界へ	「ぐりとぐら」の絵本読み聞かせの後、ぐりとぐらのクイズ、なぞなぞ、歌などで遊びます。その後、絵本に出てくるようなパンケーキにクリームやチョコレートでデコレーションをして、皆で一緒においしく、いただきます。	6月6日(土)	ふじみ野ステラ・ウェスト	261-0648
軽トラ市	市内で採れた新鮮な野菜などの農産物を軽トラックに載せて生産者が直接販売します。	6月下旬~7月上旬・11月下旬・2月中旬予定	ふじみ野市軽トラ市実行委員会(産業振興課内)	262-9024
はたおり(裂き織り)体験	大正時代まで市内でも行われていた機織り。横糸に裂いた布を使う裂き織りの体験学習を実施します。	7月~9月頃 3回開催	社会教育課	220-2088
こねる・待つ・描くーパンで触れるアートの体験ー	パンづくりを通して、発酵による生地の変化や、手を使って表現する楽しさを体験します。絞り出しクッキー生地を使い、パンの上に自由に絵や模様を描きます。	7月31日(金) 8月7日(金)	ふじみ野ステラ・イースト	261-6678

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
はたおり(裂き織り)体験	大正時代まで市内でも行われていた機織り。横糸に裂いた布を使う裂き織りの体験学習を実施します。	7月～9月頃 3回開催	社会教育課	220-2088
「つくって描く、つけペンの世界」	8月はペン軸に繊維系樹脂粘土をデコレーションして、世界にひとつの芸術的なつけペンをつくります。 2月はパルサ材を削ってインクを調合する本格つけペン作りを開催します。	8月22日(土) 8月23日(日) 2月13日(土)	ふじみ野ステラ・ウエスト	261-0648
ほうきづくり体験	かつての地場産業であった座敷帚づくり。体験学習として初心者でも作りやすいミニほうきを作ります。	11月～1月	社会教育課	220-2088
水引体験	お祝い袋の飾りとして使われる水引。カラフルな水引を使い、伝統的な編み方で、小作品を作ります。	12月～2月頃	社会教育課	220-2088
バリアフリー映画会	日本語字幕と音声ガイドがついた映画を上映します。	3月頃	上福岡図書館	262-3710
権現山古墳群史跡の森の観察会	権現山の自然に興味や関心を持ってもらえるように、自然観察会を実施します。	未定	社会教育課	220-2088
採れたて☆ふじみ野畑	地元で採れた新鮮で安心安全な旬の農産物の直売をします。	毎月第1・3火曜日、第4金曜日	産業振興課	262-9024
一般映画会	大人向けの映画を上映します。	原則第2金曜日 14時00分～	上福岡図書館	262-3710
マジックショー	大井奇術団による楽しいマジックショーです。	偶数月第2日曜日 11時30分～ 12時00分	大井図書館	263-1100
図書館映画会	大人向けの映画会です。	原則第1木曜日 14時00分～	大井図書館	263-1100
囲碁将棋の会	囲碁将棋の同好者の方に施設を開放し、地域・世代間交流の場を提供。	毎週木曜日 10時00分～ 16時00分	鶴ヶ岡コミュニティセンター	278-1122
観光協会写真コンテスト	ふじみ野市のお祭りや各種イベント、まちなみ、四季の風景や自然など“私だけが知っているおすすめ!”をテーマに写真コンテストを開催します。	応募期間 8月3日(月)～ 8月31日(月)	ふじみ野市観光協会(産業振興課内)	262-9023

● 健康・福祉

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
コスモスクらぶ(障がい者青年学級)	障がい者への地域理解、自立支援をボランティアの協力により実施。遊びの場、友達とのふれあいの場を創る。	毎月1回土曜日	社会教育課	266-9501
歯の健康フェア	歯科検診や歯みがきコーナー、8020よい歯のコンクールなど、様々な体験コーナーを通して、楽しく歯やお口の健康づくりを普及啓発します。	年1回	保健センター	264-8292
ゲートキーパー養成研修	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人である「ゲートキーパー」を養成します。	年1回	保健センター	262-9040
こころの健康セミナー	こころの健康に関する講演会を開催します。	年1回	保健センター	262-9040
生活習慣病予防に関する講演会	生活習慣病の正しい知識と予防について講演会を開催します。	年1回	保健センター	262-9040
健康生活セミナー	健康を保持増進するための知識と実践について学習します。	年1回程度	保健センター	262-9040
歯と口の健康づくり講演会	歯とお口の健康を守るための講演会を開催します。	年1回	保健センター	264-8292
ぴんしゃんサポーター養成講座	「ふじみんぴんしゃん体操」を中心とした介護予防の知識や取組を地域で広げるボランティアを養成します。	年1回	高齢福祉課	262-9038
認知症サポーター養成講座	各高齢者あんしん相談センターが認知症の症状やその予防、認知症の人に接するときの心構えを学ぶ講座を開催します。	年4回	高齢福祉課	262-9038
リハビリ職による運動教室	リハビリ専門職が生活の中でできる体操や運動について、実技も交えながら講義します。	月1回	高齢福祉課	262-9038

● 環境

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
緑のカーテン育成講座	緑のカーテンの効果や作り方、また苗を上手に作る肥料の選び方や植物の選び方など身近な緑化について学習します。	5月9日(土)	社会教育課	266-9501
水道週間	水道事業を紹介したパネル展により水道の現状や課題について理解を深めることができます。	年1回(6月頃)	上下水道課	220-2076
県民の日水循環センター探検ツアー	下水道施設を開放し、探検ツアーを行います。参加者はマンホールカードや記念品がもらえます。	11月中旬頃	埼玉県下水道公社・荒川右岸支社	048-466-2400

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
犬の飼い方しつけ方教室	犬の飼い方しつけ方を学びます。	1月下旬を予定	環境課	262-9021
リサイクル家具及びリサイクル自転車の販売	リサイクル家具及びリサイクル自転車の販売を行います。(家具は随時販売、自転車は毎月第3土曜日に当選発表)	リサイクル家具 展示販売・自転車 抽選申込 火～土曜日 9時00分～ 16時00分	リサイクル工房	257-5393
環境学習講座	実際に見て・さわって・感じて・体験しながら環境について学べる講座を開催しています。	市報、市ホームページ、えこらぼ通信をご覧ください。	環境課	262-9022
ふじみ野市・三芳町環境センター見学	新しいごみ処理施設の見学ができます。	えこらぼ営業時間内／説明希望は要事前予約	ふじみ野市・三芳町環境センター	257-5374
リユース品回収キャンペーン	本来、ごみとして出されるリユース品を環境センターで無料回収し、次の使い手につなげます。	未定	環境課	262-9022

● 平和・人権教育

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
人権教育推進協議会研修会①	様々な人権問題を自分の問題と捉え、積極的に解決していく意欲と態度を養うために、「ちがうって、すてきなこと。絵本から考える“多様性”と“やさしい社会”」と題し、研修会を実施します。	7月4日(土)	社会教育課	220-2087
人権教育親子映画会	「ふじみ野市人権教育推進協議会」が人権と命を尊重するまちづくりをすすめるために、親子で鑑賞できる映画会を開催します。	8月19日(水)	社会教育課	220-2087
平和祈念フェスティバル	毎年テーマに沿って、平和の大切さを発信しております。本事業は、ふじみ野市平和推進事業実行委員会にて事業の企画・運営を行っており、事業を実施しています。	9月26日(土)	協働推進課	262-9016
人間都市人権フェスティバル	広く地域住民の人権問題への理解・関心を深めることを目的として開催します。(内容:講演、パネル展ほか)【会場:川越市やまぶき会館】	10月16日(金)	市民総合相談室	262-9025
人権を考えるつどい	人権問題に対する正しい理解と認識を深め、人権尊重意識の高揚を図ることを目的として開催します。【会場:富士見市】	10月18日(日)	市民総合相談室	262-9025
人権教育推進協議会研修会②	様々な人権問題を自分の問題と捉え、積極的に解決していく意欲と態度を養うために、研修会を実施します。	11月開催予定	社会教育課	220-2087
人権問題市民・企業講演会	人権問題の理解を深め、互いの人権を尊重する社会生活が構築されるよう、人権意識の向上を図るため、市民や企業を対象とした講演会を開催します。	2月3日(水)	市民総合相談室	262-9025
人権講演会	様々な人権問題に対する理解と認識を深め、差別や偏見のない人権尊重のまちづくりに寄与することを目的に講演会を開催します。	未定	社会教育課	220-2087

● 防犯・防災

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
わんわんパトロール講習会	わんわんパトロール(防犯パトロールを兼ねた犬の散歩)に取り組もうとする方に、市内の犯罪発生状況や防犯知識の学習と犬のしつけ講習を行います。	7月4日(土)	危機管理防災課	262-9052
防犯講習会	地域での防犯パトロールの充実、住まいの防犯対策、振込め詐欺・悪徳商法対策などを学ぶ講習会を開催します。	9月5日(土)	危機管理防災課	262-9052
災害ボランティアセンター講座	災害ボランティアについて基礎から学びます。	9月開催予定	ふじみ野市社会福祉協議会	264-7212
健康いきいきウオーキングパトロール講習会	防犯パトロールを兼ねたウオーキングが地域の大きな犯罪抑止力となることから、ウオーキング愛好者を対象に防犯知識の学習とウオーキング講習を開催します。	10月3日(土)	危機管理防災課	262-9052
第15回ふじみ野市総合防災訓練	ふじみ野市地域防災計画に基づく3層の応急活動体制による総合防災訓練を実施し、市民の防災意識の向上及び自助・共助の強化を図ります。	11月8日(日)	危機管理防災課	262-9017
ステラ・イースト防災フェア2027	水害時の指定避難所でもあるステラ・イーストで、体験しながら学べる防災フェアを開催します。	3月6日(土)	ふじみ野ステラ・イースト	261-6678

(3) 子ども・親子

● 育児・教育

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
親子であそぼう	親子で体を動かして遊びます。	5月、7月、9月、11月、2月	子育てふれあい広場	261-0611
親子であそぼう	親子で季節の製作をしたり、体を動かして遊んだりします。	6月、9月、12月、2月	上野台子育て支援センター	256-8623
親子であそぼう	親子で季節の製作をしたり、体を動かして遊んだりします。	6月、9月、12月、2月	大井子育て支援センター	293-4062
出前子育てサロン	子育て支援施設に気軽に行けない方のために専門職員が近隣に出向き、相談を受け、簡単な遊びを提供します。	6月19日(金) 9月11日(金) 11月13日(金)	大井子育て支援センター	293-4062
備えて安心!防災講座	地震などの災害に備えて、防災士の方からお話を伺います。	7月・11月	子育てふれあい広場	261-0611
ワクワクフェスティバル実行委員会	子育て中の親子が実行委員として、子育て支援センターで遊べる手作りおもちゃの企画や製作を行います。	9~10月	大井子育て支援センター	293-4062
子育て支援センターまつり実行委員会	子育て中の親子が実行委員として内容を企画し、まつりを実施します。	9~11月	上野台子育て支援センター	256-8623
講座「初めての歯磨き」	歯磨きの仕方や飲み物の選び方など	9月、2月(予定)	子育てふれあい広場	261-0611
講座「身近な病気と緊急時の対応」	急な発熱やけが等、いざという時にあわてず対応できるように学ぶ講座を開催します。	10月(予定)	子育てふれあい広場	261-0611
ワクワクフェスティバル	実行委員と参加者が共にフェスティバルを楽しみます。	10月28日(水)	大井子育て支援センター	293-4062
子育て支援センターまつり	実行委員と参加者が共にまつりを楽しみます。	11月5日(木)	上野台子育て支援センター	256-8623
子育て支援者研修会	市内で子育て支援に携わる支援者のための研修を開催します。	11月25日(水)	上野台子育て支援センター	256-8623
講座「初めての離乳食」	始める時期や離乳食の必要性など	未定	子育てふれあい広場	261-0611
お話会	絵本の楽しみ方を実践的に伝えるなど交流の場です。	4月及び5月から隔月	上野台子育て支援センター	256-8623
お話会	絵本の楽しみ方を実践的に伝えるなど交流の場です。	4月から隔月	大井子育て支援センター	293-4062
ミニお話会	絵本の楽しみ方を伝えるなど交流の場です。	月1回	霞ヶ丘子育て支援センター	256-8623
身体測定「きりんさん」	こどもの身長・体重のセルフ測定や、保健師等の相談を行います。	隔月(偶数月)	上野台子育て支援センター	256-8623
身体測定「きりんさん」	こどもの身長・体重のセルフ測定や、保健師等の相談を行います。	隔月(奇数月)	大井子育て支援センター	293-4062
子育てサポーターおはなし会	子育てサポーターによる絵本や紙芝居のよみかかせを行い、親子との交流をもちます。	5月から隔月(年6回)	大井子育て支援センター	293-4062
子育てサポーターおはなし会	子育てサポーターによる絵本や紙芝居のよみかかせを行い、親子との交流をもちます。	6月から隔月(年5回)	上野台子育て支援センター	256-8623
子育てサロン	放課後児童クラブを活用し、子育て家庭の交流の場、子育て相談、子育てに関する情報提供を行います。	月~木曜日 9時~12時	上野台子育て支援センター	256-8623
パパママセミナー	沐浴実習、分娩・産後育児、食事、産後うつについて、教室を開催します。	年20回(開催日数は10日、午前・午後の2回開催)	こども家庭センター	293-9045
離乳食教室	各時期の離乳食の進め方や、こどもの食べる力を伸ばすコツについて、実習や試食をしながら楽しく学びます。	中・後期コース 年5回 後・完了期コース 年5回	こども家庭センター	293-9045
母乳相談	おっぱいトラブルや卒乳などの相談を行っています。	年12回	こども家庭センター	293-9045
すくすく相談	身長・体重測定、育児・発達・食事・歯みがきの相談を行います。	年12回	こども家庭センター	293-9045
働くママパパのつどい	仕事と子育ての両立など情報交換をし交流します。	年2回	上野台子育て支援センター	256-8623
働くママパパのつどい	仕事と子育ての両立など情報交換をし交流します。	年2回	大井子育て支援センター	293-4062

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
こどもの事故予防講座	こどもの発達に伴う安全対策を学ぶ講座を開催します。	年1回	上野台子育て支援センター	256-8623
こどもの事故予防ミニ講座	こどもの発達に伴う安全対策を学ぶ講座を開催します。	年1回	霞ヶ丘子育て支援センター	256-8623
こどもの事故予防講座	こどもの発達に伴う安全対策を学ぶ講座を開催します。	年1回	大井子育て支援センター	293-4062
育児講座 カラフル	リフレッシュ講座・育児講座など、子育てに役立つ様々な講座を行います。	月1回	東児童センター	264-7916
育児講座 ポケット	育児に役立つ講義やリフレッシュ講座・実技講座を行います。	毎月1回 10時30分～ 11時30分	西児童センター	256-7670
プレママ・パパのつどい	赤ちゃんの沐浴体験(湯不使用)や、プレママ・パパ、0・1歳児親子との交流、保育所ちょこっと訪問(参加自由)等を行います。	隔月(奇数月)	上野台子育て支援センター	256-8623
親子のわ☆まんまる	子育て仲間との出会い、交流の場です。親子で体を使ったあそびの体験や簡単な製作をします。	年2回 (1コース4回)	上野台子育て支援センター	256-8623
親子のわ☆まんまる	子育て仲間との出会い、交流の場です。親子で体を使ったあそびの体験や簡単な製作をします。	年2回 (1コース4回)	大井子育て支援センター	293-4062
子育て講座	成長発達を理解し、見通しをもった子育てができることを目的とし講座を開催します。	0歳、1歳 …年2回 2歳、3歳、4歳 …年1回	上野台子育て支援センター	256-8623
子育て講座	成長発達を理解し、見通しをもった子育てができることを目的とし講座を開催します。	0歳、1歳 …年2回 2歳…年1回	大井子育て支援センター	293-4062
子育てミニ講座	成長発達を理解し、見通しをもった子育てができることを目的とし講座を開催します。	年2回	霞ヶ丘子育て支援センター	256-8623
幼児食講座	こどもの成長発達にそった食事の進め方の講座を開催します。	1歳以上を対象に年1回	上野台子育て支援センター	256-8623
幼児食講座	こどもの成長発達にそった食事の進め方の講座を開催します。	1歳以上を対象に年1回	大井子育て支援センター	293-4062
離乳食講座	こどもの成長発達にそった離乳食の進め方の講座を開催します。	離乳食の親子を対象に年2回	上野台子育て支援センター	256-8623
離乳食講座	こどもの成長発達にそった離乳食の進め方の講座を開催します。	離乳食の親子を対象に年2回	大井子育て支援センター	293-4062
絵本講座	絵本に触れることの大切さや楽しさ等絵本についての講座を開催します。	0歳及び1歳以上対象に各年1回	上野台子育て支援センター	256-8623
絵本講座	絵本に触れることの大切さや楽しさ等絵本についての講座を開催します。	0歳及び1歳以上対象に各年1回	大井子育て支援センター	293-4062
手作りおもちゃ講座	こどもの成長発達や手作りおもちゃについての講座を開催します。	年1回	大井子育て支援センター	293-4062
ねえねえの会 (多胎児育ての会)	多胎児を育てている家庭(多胎児を妊娠中の方含む)の交流の場です。	月1回	上野台子育て支援センター	256-8623
たんぼぼの会 (複数育ての会)	就園前に2人以上の子育てをしている家庭の交流の場です。	年2回	上野台子育て支援センター	256-8623
たんぼぼの会 (複数育ての会)	就園前に2人以上の子育てをしている家庭の交流の場です。	年1回	大井子育て支援センター	293-4062
ぺんぎんの会 (パパのつどい)	父親対象の交流の場です。	年1回	上野台子育て支援センター	256-8623
ぺんぎんの会 (パパのつどい)	父親対象の交流の場です。	年1回	大井子育て支援センター	293-4062
つどい(「プレママ・パパと0歳つどい」含む)	年齢別親子の交流の場です。0歳は妊婦(パートナー含む)も対象です。	プレママ・パパと0～2歳以上…各年齢月1回	大井子育て支援センター	293-4062
つどい	年齢別親子の交流の場です。	0～2歳…各年齢月1回 3、4歳…年2回	上野台子育て支援センター	256-8623
はじめての0歳つどい	原則としてはじめて子育て支援センターを利用する親子の事業です。	月1回 (1コース2回)	上野台子育て支援センター	256-8623
はじめての0歳つどい	原則としてはじめて子育て支援センターを利用する親子の事業です。	月1回 (1コース2回)	大井子育て支援センター	293-4062
子育て支援ボランティア講座	子育て世帯を担うボランティアを養成する講座を開催します。	全3回(予定)	ふじみ野市社会福祉協議会	264-7212

● 催し(幼児向け)

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
はとぼっぼ教室	未就学児の子どもと親を対象に、ふれあい遊び・工作などの教室を開催。前後期1期ずつ開催。親子で参加。(材料費負担あり)	6月～7月、2月	社会教育課	266-9501
ガチャガチャバンドの演奏会	子育て中のお母さんたちによるバンドの演奏を親子で楽しむことができます。	6月・9月・12月(予定)	子育てふれあい広場	261-0611
特別こどもえいが会	春休み、夏休みに幼児・児童向けの映画を上映します。	7月、8月、3月(予定)	大井図書館	263-1100
おはなし会	0歳以上のお子さんと保護者の方を対象に読み聞かせや手あそびなどを行います。	毎週月・金曜日 10時30分～11時00分	上福岡図書館	262-3710
こどもえいが会	幼児・児童向けの映画を上映します。	毎週日曜日 10時30分～11時00分	上福岡図書館	262-3710
子どもおはなし会	3歳以上のお子さんを対象に、絵本の読み聞かせや本の紹介などを行います。	毎月第3土曜日 10時30分～11時00分	上福岡図書館	262-3710
クマクマくらぶ	ボランティア「クマさん文庫」さんの協力で0歳以上のお子さんと保護者の方を対象に絵本の読み聞かせ、手遊びなどを行います。	第4木曜日 10時00分～10時30分	大井図書館	263-1100
おはなしくまさん	ボランティア「クマさん文庫」さんの協力で絵本の読み聞かせ、本の紹介や折り紙を行います。	第2土曜日 11時00分～11時30分	大井図書館	263-1100
おはなし会	0歳以上のお子さんと保護者の方を対象に絵本の読み聞かせ、わらべ歌などを行います。	毎週火・(第4を除く)木曜日 10時00分～10時30分	大井図書館	263-1100
こどもえいが会	幼児・児童向けの映画を上映します。	原則毎週日曜日 11時00分～11時30分	大井図書館	263-1100
①びよびよタイム (ハイハイ～立てるようになったお子さん) ②こっこタイム (一人で歩けるようになったお子さんから3歳児)	親子でリズムあそびを楽しみます。そのほか手あそび、ふれあい遊び、よみきかせ、制作なども行います。	毎月第4水曜日 ①10時00分～10時30分 ②11時00分～11時30分	子育てふれあい広場	261-0611
わくわくストーリータイム	絵本や紙芝居のよみきかせ、ふれあい遊びなどお子さんの年齢に関係なく楽しむことができます。	毎月第1水曜日 10時00分～10時30分	子育てふれあい広場	261-0611
①赤ちゃんマッサージ ②親子リトミック	親子で体を動かしたり、触れ合ったりしながら遊びます。	毎月第3水曜日 ①10時00分～ ②10時50分～	子育てふれあい広場	261-0611
パパの輪0歳	6月は、0歳の乳児と父を対象に、ふれあい遊びや交流を楽しみます。12月は足形アート制作です。	6月14日(日) 12月13日(日)	東児童センター	264-7916
りんりんリズム	みんなが大好きなアンパンマンの「サンサンたいそう」など乳幼児向け体操をみんなで一緒に踊ります。スタンプカード発行。	月曜日実施 11時30分～ 祝日実施なし	東児童センター	264-7916
レッツダンス	毎月決まったダンス1曲とその他に1曲。簡単なふれあい遊びも行います。	月曜日実施 11時15分～	西児童センター	256-7670
親子タイム・はいはい (0歳児コース)	親子10組、同じメンバーで全5回実施します。ふれあい遊び、既設行事、政策を楽しみます。前期・中期・後期実施します。	木曜日実施 ①10時20分～ ②11時10分～	東児童センター	264-7916
親子タイム・とことこ (1歳児コース)	親子10組、同じメンバーで全5回実施します。ふれあい遊び、既設行事、政策を楽しみます。前期・中期・後期実施します。	金曜日実施 ①10時20分～ ②11時10分～	東児童センター	264-7916
親子タイム・てくてく (2歳児コース)	親子10組、同じメンバーで全5回実施します。ふれあい遊び、既設行事、政策を楽しみます。前期・中期・後期実施します。	火曜日実施 ①10時20分～	東児童センター	264-7916
にこにこくらぶ	奇数月は0歳対象、親子でおしゃべりやふれあい遊びを楽しみます。偶数月は1歳～園児対象でイベントを楽しみます。父子事業もあります。	0歳奇数月。 1歳以上は偶数月	東児童センター	264-7916
大きくなったかな	気軽にお子さんの身長、体重を測れます。	毎月1回 10時00分～12時00分	東児童センター	264-7916

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
はかってみよう	気軽にお子さんの身長、体重を測れます。	毎月第4金曜日 10時00分～ 12時00分	西児童センター	256- 7670
ぽんぽんお話し	パネルシアター・エプロンシアター・てぶくろシアターなど、0歳から楽しめるお話しを行います。	毎月1回 11時00分～ 11時20分	東児童センター	264- 7916
スマイル	親子でふれあい遊びや手遊び、季節のカレンダー制作、育児の情報交換や仲間づくりの支援を行います。	毎月1回 10時15分～ 11時15分	西児童センター	256- 7670
親子タイム・ころころ (0歳児)	親子10組、同じメンバーで全5回実施します。ふれあい遊び、既設行事、制作を楽しみます。前期・中期・後期実施します。	木曜日実施 ①10時30分～ ②11時15分～	西児童センター	256- 7670
親子タイム・よちよち (1歳児)	親子10組、同じメンバーで全5回実施します。ふれあい遊び、既設行事、制作を楽しみます。前期・中期・後期実施します。	火曜日実施 ①10時30分～ ②11時15分～	西児童センター	256- 7670
親子タイム・ぐんぐん (2歳児)	親子15組、同じメンバーで全5回実施します。手遊び、季節行事、制作を楽しみます。前期・中期・後期実施します。	月曜日実施 ①10時30分～	西児童センター	256- 7670
リトミック	1,2歳児を対象にリズム感、感受性、表現力などを養う教室です。	毎週金曜日 11時00分～ 11時45分	産業文化センター	269- 4811

● 催し

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
こいのぼりプロジェクト	オリジナルこいのぼりを作ります。	4月18日(土) ～5月5日(火)	西児童センター	256- 7670
こいのぼりプロジェクト	こいのぼりにメッセージを書いて児童センターに飾ります。	4月18日(土) ～5月5日(火)	東児童センター	264- 7916
ふれあいタイム伝承遊び	更生保護女性会の皆さんと一緒に、伝承遊びを楽しみます。	6月6日(土) 8月22日(土) 3月27日(土)	東児童センター	264- 7916
母の日メッセージ用紙配布	お母さんにメッセージを書いてプレゼントしよう。 先着100人	4月25日(土)～	東児童センター	264- 7916
母の日の似顔絵	お母さんに似顔絵を描いてプレゼントしよう。 似顔絵用紙配布。先着100人	4月25日(土)～	西児童センター	256- 7670
ぶんこのつどい	図書館と地域文庫による年一度のお楽しみ会です。	5月頃	大井図書館	263- 1100
英語のおはなし会	英語絵本の読み聞かせや、英語の歌を歌ったりします。	5月、10月、12 月予定	大井図書館	263- 1100
父の日メッセージ用紙配布	お父さんにメッセージを書いてプレゼントしよう。 先着100人 お手伝いチケット制作先着50人	6月1日(月)～	東児童センター	264- 7916
父の日の似顔絵	お父さんに似顔絵を描いてプレゼントしよう。 似顔絵用紙配布。先着100人	6月1日(月)～	西児童センター	256- 7670
夏まつり	夏を盛り上げる様々なゲームをします。	7月5日(日)	西児童センター	256- 7670
小学生のための夏休み・ 春休みおはなし会	語りの会「ずくぼんじょ」さんの協力で昔話などを行います。	7月頃、3月頃	大井図書館	263- 1100
夏休みスペシャルおはなし会	夏の絵本の読み聞かせのほか、楽しいイベントを予定しています。	7月下旬～ 8月中旬	上福岡図書館	262- 3710
夏休み特別えいが会	夏休みに小学生向けの映画を上映します。	7月下旬～ 8月中旬	上福岡図書館	262- 3710
平和を考えるえいが会	戦争について知り、平和について考えるきっかけになる映画の上映と読み聞かせをします。	8月頃	上福岡図書館	262- 3710
こわい映画会	図書館でちよびりこわい映画を上映します。	8月頃	大井図書館	263- 1100
暗闇おはなし会	語りの会「ずくぼんじょ」さんの協力でこわい昔話や紙芝居を行います。	8月頃	大井図書館	263- 1100
敬老の日メッセージ用紙配布	おじいちゃん・おばあちゃんにメッセージを書いてプレゼントしよう。先着50人	9月1日(火)～ 配布	東児童センター	264- 7916
敬老の日の似顔絵	おじいちゃん・おばあちゃんにプレゼントできる似顔絵用紙を配布します。先着50人	9月1日(火)～ 配布	西児童センター	256- 7670
フクトピアっ子まつり	いろいろなゲームや楽しいことがいっぱいのお祭りです。	10月11日(日)	東児童センター	264- 7916

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
ハロウィンを楽しもう	仮装して集まれ!ミッションイベントを開催します。	10月31日(土)	東児童センター	264-7916
県民の日イベント	通常開館をしながら、特別なイベントを行います。	11月14日(土)	西児童センター	256-7670
クリスマスツリーを飾ろう	窓口でクリスマス制作を配布します。ロビーの大きなツリーに飾れます。	12月1日(火)~	東児童センター	264-7916
ドキドキわくわく小学生体験!	入学後の一人利用の準備として、親子で一日小学生と同じ利用方法を体験できます。	2月1日(月)~9日(火) 3月1日(月)~9日(火)	東児童センター	264-7916
ドキドキわくわく小学生体験!	入学後の一人利用の準備として、親子で一日小学生と同じ玩具が利用できる体験を行います	2月1日(月)~10日(水) 3月1日(月)~10日(水)	西児童センター	256-7670
遊びシリーズ こま	技に挑戦して出来たらシールを貼ります。	随時	東児童センター	264-7916
今月のぬり絵・折り紙制作・自由画	毎月、ぬり絵・折り紙・センターの木(簡単制作)・自由画を楽しめます。希望者の掲示を行います。	随時	東児童センター	264-7916
遊びシリーズ 輪車	一輪車に挑戦。項目を達成すると出来たよシールを貼ります。	随時	東児童センター	264-7916
今月の壁面	毎月共通の制作を行い、「西児童センターの木」に飾ることができます。	随時	西児童センター	256-7670
今月のぬりえ	毎月決まった模様の「かんたんぬりえ」「マンダラぬりえ」を塗り、工作室に飾ることができます。	随時	西児童センター	256-7670
チャレンジランキング	簡単なゲームに挑戦し記録を競い、チャンピオンを決めます。	毎週月曜日 15時30分~16時30分	西児童センター	256-7670
ふれあいタイム 英語絵本の読み聞かせ	地域ボランティアによる季節の英語絵本読み聞かせです。	奇数月実施	東児童センター	264-7916
多言語おはなし会	色々な言葉のおはなし会を行います。	未定	上福岡図書館	262-3710
パパママリフレッシュ事業	小学生の子とその保護者を対象とした親子で楽しめる親同士の交流の場です。	全3回(予定)	ふじみ野市社会福祉協議会	264-7212
ふじみん子育てプログラム	概ね3歳から小学生の子どもの育てている方を対象に、子どもの行動の見方、上手なほめ方・しかり方を学びます。夫婦や友達同士など2名まで同時受講可能。	全2回、フォローアップ1回、随時開催	こども家庭センター	262-9034

● 学び・体験

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
放課後子ども教室	子どもたちの放課後の居場所として、地域の方の協力をいただいて実施しています。	5月~3月	社会教育課	220-2087
ふくっ子クラブ	小学校1~6年生が異年齢で班を作り、料理、遊びなどを通じて仲間作りを行う。中高生スタッフと大人スタッフがボランティアで関わっている。	5月~2月	社会教育課	266-9501
わんぱく教室	大学生ボランティアの協力により異年齢の交流を図り、相互に尊重しあえる人間形成を創る。	5月~2月	社会教育課	266-9501
小中学生体験教室	小中学生全学年向けに将棋教室を実施します。	6月~3月	社会教育課	266-9501
子ども司書講座	図書館の仕事を実際に体験しながら司書のノウハウを習得し、友だちや家族に読書の素晴らしさを伝えるリーダーとなることを目指します。	7月頃	上福岡図書館	262-3710
図書館を使った調べる学習コンクール	身近な疑問などについて図書館を使って調べ、一つの作品にまとめます。夏休みには、作品をまとめていく際に役立つ講座の開催を予定しています。	7月~9月	上福岡図書館	262-3710
図書館を使った調べる学習コンクール	身近な疑問などについて図書館を使って調べ、一つの作品にまとめます。夏休みには、作品をまとめていく際に役立つ講座の開催を予定しています。	7月~9月	大井図書館	263-1100
夏まつり実行委員会	夏まつりの準備(看板製作・ゲーム制作)や当日の運営に参加してもらいます。	①7月4日(土) ②7月25日(土) ③8月29日(土)	西児童センター	256-7670
夏休み親子下水道教室	施設見学と水質実験	7月23日(木)	埼玉県下水道公社・荒川右岸支社	048-466-2400

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
ワクワクドキドキおもしろ体験教室 with 小学生	アート、料理各30～40分の講座を行い、講座終了後、講座のテーマに沿った絵本読み聞かせを行います。	7月25日(土) 8月1日(土)	ふじみ野ステラ・ウェスト	261-0648
夏のワークショップ	子供の工作にも、大人の趣味のハンドクラフトにも。涼しい室内で楽しい時間を過ごしましょう!	7月25日(土)	市民交流プラザ	264-7971
夏休み小学生学習室	地域の小学生の学習の場を提供するため、自習室として開放します。	7月26日(日) ～8月3日(月)	鶴ヶ岡コミュニティセンター	278-1122
権現山探検	地域の文化財や自然に興味や関心を持ってもらえるように、夏休みの期間を利用して、権現山での観察会や体験学習を実施します。	8月上旬	社会教育課	220-2088
夏休み工作教室	身の回りのものを使って「ものづくり」を体験します。楽しみながら学べる夏休みの特別行事です。	8月頃	上福岡図書館	262-3710
夏休み工作教室	身の回りのものを使って「ものづくり」を体験します。楽しみながら学べる夏休みの特別行事です。	8月頃	大井図書館	263-1100
子ども司書講座	図書館の仕事を実際に体験しながら司書のノウハウを習得し、友だちや家族に読書の素晴らしさを伝えるリーダーとなることを目指します。	8月頃	大井図書館	263-1100
海の中のちいさな生き物を探そう!	ちりめんじゃこに混じっている海の生物について学ぼう!	8月1日(土)	市民交流プラザ	264-7971
ランタン風貯金箱教室	ランタン風貯金箱を、ペットボトルをリサイクルして制作します。	8月2日(日)	市民交流プラザ	264-7971
ダンボールをつかったはたおり	ダンボールと毛糸を使って、長さ20cmほどの布をおっていきます。	12月	上福岡歴史民俗資料館	261-6065
子ども大学ふじみ野	総合テーマ「共に生きる社会を理解しよう」のもと、学校では習わない専門的な事を学ぶ、子どもたちのための大学です。	12月5日(土) ～6日(日)	協働推進課	262-8123
こども運営委員会	児童センターについて意見交換をしたり、窓口体験をします。初回は年間キッズサポーターも募集します。	年2回 5月・11月	東児童センター	264-7916
こども運営委員会	児童センターの先生体験、児童センターの使い方や事業内容などへの意見交換、ルール作りを行います。	年2回 5月・11月	西児童センター	256-7670
中高生夜間開館	児童センター閉館後、バスケットボールやバドミントン、卓球などのスポーツまたは児童センターの玩具で遊ぶことができます。	7月・8月 全10回 18時～20時	東児童センター	264-7916
中高生夜間開館	児童センター閉館後、バスケットボールやバドミントン、卓球などのスポーツまたは児童センターの玩具で遊ぶことができます。学習室も開放します。	7月・8月 全10回 18時～20時	西児童センター	256-7670
盆踊り教室	だれでもOK!みんなで一緒に楽しく踊りましょう	夏開催予定	市民交流プラザ	264-7971
郷土の伝承あそび(年4回実施)	昔からよく遊ばれてきたおもちゃなど、遊び道具を実際に作って体験します。	未定	上福岡歴史民俗資料館	261-6065
小学生こどもオリンピック	ドッジボールや大縄など参加する子ども達と内容を決定し、遊戯室で体を動かします。	毎週土曜日10時30分～11時	東児童センター	264-7916
遊びクラブ	制作や遊びを楽しみます。内容により小学生対象、全来館者対象があります。	毎月1回程度	東児童センター	264-7916
小学生 学びの種	絵、陶芸、習字など専門講師による事業です。	不定期	東児童センター	264-7916
チャレンジタイム	毎月1種目の遊びにチャレンジして、記録に挑戦します。チャンピオンは賞状があります。	毎週土曜日 14時30分～ 15時30分	東児童センター	264-7916
小学生タイム	ドッジボールやバドミントンなど参加する子ども達と内容を決定し、遊戯室で体を動かします。	毎週土曜日 10時15分～ 10時50分	西児童センター	256-7670
小学生ジャンプ	さまざまなスポーツを楽しみます。ドッジボールやバドミントン、バスケットボールなどを行います。	毎月第4土曜日 ※月によって変更になる場合があります。	西児童センター	256-7670
せんせいとつくろう	折り紙や牛乳パックなど家にある物で、できる簡単な工作です。毎月作る物が変わります。	毎月1回 15時30分～ 16時30分	西児童センター	256-7670
フクトピアっ子まつり実行委員会	子ども運営委員と一緒に楽しみ会を盛り上げてくれる小学生や中学生を募集します。ゲームの企画・準備・当日の運営をします。	小学生:4日間程度 中学生:3日間程度 (当日含む)	東児童センター	264-7916

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
旭ふれあい卓球広場	ご家族・ご友人と気軽に卓球を楽しんでいただくため、卓球場として開放します。	毎月第1・3土曜日18時～20時	旭ふれあいセンター	267-1777
空手教室	主に小学生を対象にした空手教室です。初・中・上級があります。	毎週木曜日 17時30分～18時25分～19時25分～	産業文化センター	269-4811
空手教室①	(子ども) 空手道を学び思いやりや協調性、礼節など心身ともに磨くことを目指します。	毎週月曜日 17時15分～18時15分	市民交流プラザ	264-7971
空手教室②	(子ども・大人) 空手道を学び思いやりや協調性、礼節など心身ともに磨くことを目指します。	毎週月曜日 18時30分～19時30分	市民交流プラザ	264-7971
中高生スポーツタイム	中学生と高校生が、バドミントン・卓球などで思い切り友達と遊べるよう、居場所を提供します。	毎週月曜日 16時40分～火～日曜日 17時00分～	東児童センター	264-7916
中高生スポーツタイム	中学生と高校生が、バドミントン・卓球などで思い切り友達と遊べるよう、居場所を提供します。	毎週月曜日 16時40分～火～日曜日 17時00分～	西児童センター	256-7670
中高生ボランティア活動	年間を通して児童センター事業のお手伝いをします。参加者随時受付	不定期	東児童センター	264-7916

● 保育所の開放事業

事業名	主な内容	日時	電話番号
【上野台保育所】10時～11時			
園庭開放	園庭で自由に遊ぶ	5月28日(木)、6月17日(水)、 9月16日(水)、11月11日(水)、 11月18日(水)、1月13日(水)	261-2841
【霞ヶ丘保育所】10時～11時			
園庭開放	園庭で自由に遊ぶ	5月27日(水)、10月15日(木)、 11月19日(木)	261-0612
どろんこ遊び	園庭で自由にどろんこ遊びをする	6月18日(木)	
夏遊び	ホールにて手作りミニゲームを楽しむ	7月9日(木)	
ミニ運動会	親子で体育遊びを楽しむ	11月5日(木)	
季節の製作	親子で簡単な製作を楽しむ	1月21日(木)	
【滝保育所】10時～11時(※印については10時30分～11時30分)			
園庭開放	園庭で自由に遊ぶ	5月27日(水)	264-3867
どろんこ遊び	園庭で保育所の子と一緒にどろんこ遊びをする	6月17日(水)	
水あそび	園庭で保育所の子と一緒に水遊びをする	7月15日(水)	
リズム遊び・園舎見学	ピアノにあわせて体を動かす・園舎内を見学する	9月16日(水)※	
ミニ運動会	親子で体育遊びを楽しむ	11月5日(木)	
新年お楽しみ会	保育所の行事に参加し、獅子舞を見学する	1月7日(木)	
【新田保育所】10時～11時			
園庭開放	園庭で自由に遊ぶ	5月27日(水)	264-5405
泥や水で遊ぼう	園庭で保育所の子と一緒に水・どろんこ遊びをする	6月17日(水)、7月22日(水)	
園庭開放・園舎見学	園庭で保育所の子と一緒に遊ぶ・園舎を見学する	9月30日(水)	
園庭開放	園庭で保育所の子と一緒に遊ぶ	10月28日(水)、1月13日(水)	
【大井保育所】10時～11時			
園庭開放	園庭で自由に遊ぶ	5月27日(水)、6月10日(水)、 6月24日(水)、9月29日(火)、 11月5日(木)、11月25日(水)	263-5200

(4) スポーツ・レクリエーション

● 大会・スポーツフェスティバル

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
元気・健康フェア	元気・健康都市宣言の啓発を効果的に推進するとともに、市民の健康づくりをさらに高めていくことを目的に、ふじみ野市スポーツ協会と共催で開催します。	6月7日(日) 9時50分～	文化・スポーツ振興課	220-2090
市民スポーツ大会	日頃、練習している成果を試せる機会として、サッカー、野球、バスケットボールなど全18部門にわたって大会を開催します。	7月～2月	文化・スポーツ振興課	220-2090
第22回ふじみ野市ロードレース大会	親子の部からシニア男子の部まで幅広い世代が参加できるマラソン大会です。	12月13日(日) 午前中	文化・スポーツ振興課	220-2090
第58回入間東部地区駅伝競走大会	ふじみ野市第2運動公園をスタートし、富士見市立南畑小学校周辺コースを走る駅伝大会です。全5区間で禱をつなぎます。	2月7日(日) 9時00分～ 13時00分	文化・スポーツ振興課	220-2090

● 教室・講習

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
月曜太極拳(午前)教室	ゆっくりした動作が、ゆったりとした呼吸を導き、無心で太極拳を舞う「動く禪」です	毎週月曜日 10時30分～ 12時00分	市民交流プラザ	264-7971
月曜太極拳(午後)教室	音楽を用いない珍しい太極拳です。心と体が整うのを実感できるでしょう。	毎週月曜日 13時30分～ 15時00分	市民交流プラザ	264-7971
チベットヨガ教室	呼吸と身体の動きに意識を向けることで身体の機能を整えていきます。県内でも数少ないなかなか体験できない珍しい講座です。	毎週月曜日 15時15分～ 16時45分	市民交流プラザ	264-7971
火曜太極拳教室	初心者向きです。呼吸と体の使い方を学びながら、心と体の調和を整えましょう。	毎週火曜日 10時30分～ 12時00分	市民交流プラザ	264-7971
リズム健康体操教室	姿勢の癖によるコリやハリ等を改善する簡単な運動と中高年向けのリズム体操をします。	毎週火曜日 13時00分～ 14時30分	市民交流プラザ	264-7971
整体師が教える気功太極拳教室	流水不腐。良い氣を流し、心身ともに元気になりましょう。	毎週水曜日 19時45分～ 20時45分	市民交流プラザ	264-7971
やさしい整体ヨガ教室	補助具を使って正しいポーズを取り、身体の不調を整えていくことを目指します。ヨガ初心者、中高年の方にもお勧めです。	毎週木曜日 9時30分～ 11時00分	市民交流プラザ	264-7971
木曜太極拳(夜)教室	帰宅前に気軽にどうぞ。まずは流れにのって気持ちよく体を動かしましょう(開催場所:コスモスホール)	毎週木曜日 19時00分～ 20時30分	市民交流プラザ	264-7971
土曜太極拳教室	音楽を用いない珍しい太極拳です。心と体が整うのを実感できるでしょう。 (開催場所:市民交流プラザとコスモスホール)	毎週土曜日 10時30分～ 12時00分	市民交流プラザ	264-7971
足ほぐし健康教室	外反母趾や巻き爪など足のトラブル、腰痛、膝痛、冷えや、むくみも改善します。運動が苦手な方もどうぞ!	毎月土曜日 (月2回) 10時00分～ 11時00分	市民交流プラザ	264-7971
土曜ヨガ教室	心のリフレッシュと共に、ゆがみや癖のついた姿勢を見つめ直し、若返りの身体を楽しく作っていきましょう。	毎週土曜日 18時00分～ 19時00分	市民交流プラザ	264-7971
はじめてのピラティス!体幹ストレッチ教室	運動が苦手、自己流の筋トレになっている方、メタボや肥満対策にも効果的です。	毎週土曜日 19時10分～ 20時10分	市民交流プラザ	264-7971
日曜筋膜リリース教室	忙しいあなた!行きたい時だけの予約申込で、自分でできるカラダのメンテナンス、始めませんか?	毎月1回日曜日 9時30分～ 11時00分	市民交流プラザ	264-7971
火曜筋膜リリース+α教室	毎月季節に合ったテーマに沿って楽しくレッスン!ご自身で変化を実感してください。	毎月1回火曜日 15時30分～ 16時30分	市民交流プラザ	264-7971
太極拳教室	健康維持・増進と仲間づくりを目的とした太極拳教室です。	毎週月曜日 10時30分～ 12時00分	産業文化センター	269-4811
体幹を作ろう! ピラティス&ストレッチ	体を支える筋肉を鍛え、けがを予防し、いつまでも元気に動ける体づくりが目的の教室です。	毎週月曜日 16時30分～ 17時30分	産業文化センター	269-4811
気功教室	氣を取り入れて心と体を整える気功教室です。	毎週金曜日 13時30分～ 14時45分	産業文化センター	269-4811
すこやかヨガ	健康維持・増進を目的としたヨガ教室です。	毎週火曜日 9時30分～ 10時45分 11時00分～ 12時15分	産業文化センター	269-4811

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
エゴスキュー	痛み解消メソッド、姿勢が良くなる、パフォーマンスアップを目指すエゴスキュー体操の教室です。	隔週火曜日 13時00分～ 14時15分	産業文化センター	269-4811
フィットネスフラダンス	フラの音楽に合わせてフラダンスの要素を取り入れたエクササイズ教室です。	毎週水曜日 11時00分～ 12時00分	産業文化センター	269-4811
シニア元気塾	市内在住の60歳以上の方を対象に、健康づくりの場の提供と参加者同士のコミュニティづくりをサポートすることを目的に開催しています。	10月及び3月 (予定)	スポーツセンター 上野台体育館(予定)	263-8988
はじめてのフラ	歌詞を想像して踊ります。下半身の筋力と免疫力を高めます。	毎週月曜日 18時00分～ 19時00分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
バドミントン教室	基本から技術を向上させるための練習をします。	毎週金曜日 16時30分～ 17時50分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
キッズインドアテニススクール	初心者のための屋内テニス教室です。	毎週火曜日 16時00分～ 17時40分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
キッズアイドルダンス	小学校低学年を対象としたダンス教室です。	毎週水曜日 17時30分～ 18時30分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
キッズアイドルダンスNEXT	小学校4年生から6年生を対象としたダンス教室です。	毎週水曜日 18時45分～ 19時45分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
木曜ダンス	小学生を対象とした初心者向けのHIPHOPダンス教室です。	毎週木曜日 16時30分～ 17時30分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
脳トレ&ストレッチ教室	脳トレやリズム体操、ボール運動、マット運動など多くのバリエーションを使い、体と頭を活性化させます。	毎週木曜日 12時30分～ 13時30分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
健康体操	初めてでもできるリズム体操・筋力トレーニング・ストレッチを行います。	毎週木曜日 11時00分～ 12時00分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
リフレッシュヨガ	ヨガの呼吸とポーズで体を整えます。	毎週木曜日 13時45分～ 14時45分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
ピラティス入門	姿勢や骨盤の歪み・肩こり首こりの改善や基礎代謝をあげて美しいスタイルを目指します。	毎週木曜日 15時00分～ 16時00分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
シニア向け空手ピクス	椅子に座ったまま音楽に合わせた空手の動作で楽しくリフレッシュ!	毎週木曜日 9時30分～ 10時30分	スポーツセンター 上野台体育館	263-8988
こどもたいいくじゅく	走る、跳ぶ、投げるなどの基本動作を楽しみながら行います。	毎週土曜日 16時30分～ 17時20分	スポーツセンター 総合体育館	264-7711
シニア体操教室	足腰を中心にした軽運動です。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	隔週水曜日 2コース 10時～11時	大井総合福祉センター	266-1111
心身なごみ体操	一生歩ける身体づくりを目指します(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	隔週土曜日 10時～11時	大井総合福祉センター	266-1111
フラダンス教室	初心者向けフラダンス教室です。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	隔週火曜日月2回 10時～11時	大井総合福祉センター	266-1111
筋活からやか教室	転倒予防の筋力に効果的な運動を学びます。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	6・7月と12・1月の年2回 各回6日間コース	大井総合福祉センター	266-1111
健脚いきいき教室	腰やひざの痛み予防に効果的な運動を学びます。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	8・9月と2・3月の年2回 各回6日間コース	大井総合福祉センター	266-1111
脳活リフレッシュ教室	認知症の予防に効果的な運動を学びます。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	4・5月と10・11月の年2回 各回6日間コース	大井総合福祉センター	266-1111
モルックをやってみよう	床に並べた棒を倒して得点を競う、北欧生まれのスポーツで、体力に関係なく楽しめます。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月2回	大井総合福祉センター	266-1111
ミゼンフィットネス	運動器官の衰えを未然(ミゼン)に防ぐための簡単な体操(フィットネス)です。(60歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月2回	大井総合福祉センター	266-1111
足腰ラクラク体操	足腰の柔軟性を高める体操を行いません。 運動強度:ふつう (65歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	随時開催	介護予防センター	264-7270
筋力向上トレーニング教室	体全体の筋力と柔軟性を高める体操を行いません。 運動強度:やや高い (65歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	随時開催	介護予防センター	264-7270
美容講座	季節に合わせたスキンケアやメイク術を学びます。(65歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	随時開催	介護予防センター	264-7270

事業名	主な内容	日時	問合せ先	電話番号
体力測定	筋力、バランス、移動能力を測定します。これからの健康・体力作り、そして生活習慣を見直すきっかけづくりをしてみませんか。(65歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	随時開催	介護予防センター	264-7270
空手ピクス	音楽に合わせて空手の基本動作を取り入れた有酸素運動です。初心者でも安心!音楽に合わせて体を動かし、全身を鍛えながらリフレッシュできるプログラムです。(65歳以上の方が対象で、施設での登録が必要です。)	月2回	介護予防センター	264-7270
旭ふれあい「かんたんストレッチヨガ」	何か運動をと思っても、きっかけがなくて一歩踏み出せないあなた。何歳になっても動ける体づくりをストレッチとヨガで始めましょう。	7月	旭ふれあいセンター	267-1777
旭ふれあい卓球広場	卓球台2台を用意し、どなたでも参加できます。参加費無料で直接会場にお越しください。	毎月第1・第4土曜日	旭ふれあいセンター	267-1777



ふじみ野市
PR大使『ふじみん』