

Monthly Culture Information

TOPICS一覧

Artist Interview

 役者
 ピアニスト
 ヴァイオリニスト

 長木 彩
 宮崎真利子
 中村里奈

おはなしとおんがくをたのしもう! リトミックコンサート in サマー2023 より

公演・イベント情報

世界迷作劇場 2023 ~ 24 /さいたま市文化センター 他

SaCLaチャレンジ

教室•講座情報

小鼓のおけいこ in さいたま /氷川の杜文化館 他

SaCLaエッセイ

四季と食薬と ~食で夏を上手に乗り切る~

SaCLa さポット インフォメーション

イベントカレンダ-



(公財) さいたま市文化振興事業団 公式HP





ピアニスト

宮崎真利子

MARIKO MIYAZAKI

桐朋学園大学卒業。マネス音楽院修士課程(米国)、昭和音楽大学大学院音楽研究科博士後期課程修了。カーネギーホールでのデビューリサイタルを皮切りに、国内外で幅広く演奏活動を行っている。ザルツブルク=モーツァルト国際室内楽コンクール2016 第 3 位ほか受賞。

埼玉学園大学、聖学院大学、常磐短期大学非常勤講師として保育士・教員養成課程の音楽表現指導に携わる傍ら、都内の保育園でリトミックの指導を行う。特定非営利活動法人リトミック研究センターディプロマA取得。

役者

長木 彩

AYA CHOKI

埼玉県さいたま市出身。2013年より劇団民藝所属。役者、翻訳家として活動中。早稲田大学文学部、文学座演劇研究所卒業。主な出演作に「新・正午浅草」「異邦人」「頼母しき求縁」(劇団民藝)、「月の谷赤い石」「らん」(秦組)、「タイム・フライズ」(ミュージカル座)、「地上の迷宮と心の楽園」「紙屋悦子の青春」など。翻訳作品に「ルナサに踊る」(劇団民藝)。今後、「ローズのジレンマ」(劇団民藝2023年9月~10月)でも翻訳を手がける。

今月のArtist Interviewは、8月27日(日) さいたま市文化センター小ホールで開催される、『おはなしとおんがくをたのしもう! リトミックコンサート in サマー 2023』に出演される宮崎真利子さん、長木彩さん、中村里奈さんにリトミックや紙芝居の面白さ、子どものころから音楽に触れることの大切さなどをお伺いしました。

ヴァイオリニスト

中村里奈

RINA NAKAMURA

東京芸術大学音楽学部附属音楽高等学校卒業、同大学卒業。

全日本全楽器音楽コンクール 第1位 グランプリ 受賞。

レ・スプレデル音楽コンクール第3位。

第22回名古屋演奏家育成塾 奨励賞受賞。

第19回マロニエコンクール入選。

第28回市川新人演奏家コンクール優秀賞受賞。

蓼科音楽コンクール in 東京、室内楽部門 最高位 受賞 併せて審査員特別賞受賞。

サンハートアンサンブルオーディション最優秀賞 受賞。

ザルツブルク=モーツァルト国際室内楽コンクール第2位。

BS-TBS 『音旅 聴ままにクラシック』 にレギュラー 出演。

本誌初登場の3人です。まずは自己紹介をお願いします。

ニューヨークの大学院を修了後、現地のバレエ団で専属 ピアニストとして活動しました。そこでバレエリトミックに出 会い、身体表現と音楽の繋がりに興味を持ちました。

リトミックってリモートなどで活動を行うことが難しくて、 音楽で子どもたちの感じる力を育てるための、双方向のやりと りが大切なんです。毎回違う反応があるので、型にはまらない し、何が起こるか分からないところが面白くて、保育園でリト ミックの活動をしながら、その経験を教育系の大学での指導に も活かしています。

長木――劇団民藝という神奈川県にある劇団で活動しています。 今回は紙芝居で演劇の楽しさを伝えようと思っています。私 が子どもの頃、家の近所に来た移動図書館のバスでやってい た、紙芝居を見た記憶があります。劇団でも、地域の子どもた ちに紙芝居で楽しんでもらおうという活動があり、そこに何度 か関わるうちに紙芝居の楽しさを再発見しました。また、コロ ナ禍では、配役を決めて何人かで紙芝居を読み進める活動を YouTubeで発信していました。

中村――演奏活動の傍ら、子どもたちにヴァイオリンを教えてい ます。子どもは一人ひとり個性があり、感受性も豊かです。だ からカリキュラムにとらわれず、個々と対話することを大事に しています。私にとって次世代を担う子どもたちは宝物のよう な存在です。

今回の公演は紙芝居とリトミックで 子どもも大人も一緒に楽しめる内容だと伺っています。

宮崎――リトミック"コンサート"で すので、本格的な音を用いた活動と 音楽鑑賞ができる、貴重な体験にし たいと考えています。子どもたちが 育つ環境は様々ですが、できること なら、その成長の近くに音楽があっ て欲しいです。ご家族みなさんでリ トミックを楽しんでもらい、音楽を 身近に感じてもらえたら良いなと 思っています。



長木――紙芝居は"芝居"ですから絵本の読み聞かせとは少し違っ て、より子どもたちの好奇心を擽ります。この公演がきっかけ

読者プレゼント

今月の表紙を飾る『おはなしとおんがくを たのしもう!リトミックコンサート in サマー 2023』(8月27日(日) 11時・会場:文化セン ター 小ホール) の公演チケットを2組4名様 (大人・子ども)にプレゼントします。



はがきに①住所②氏名③電話番号④情報誌SaCLaを手にした場所⑤7 月号の感想を記入の上、〒336-0024 さいたま市南区根岸1-7-1(公 財)さいたま市文化振興事業団「リトミックコンサート in サマー2023 チケット」プレゼント係までご応募ください【締切:7月14日(金)必着】。 当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

プレゼント当選発表

情報誌SaCLa4月号の「『ジェイコブ・コーラー ピアノコンサート』 サイン 色紙」プレゼントの当選者は田中操子様、戸井田宣太郎様、和井田純平様 に決定いたしました。ご応募ありがとうございました。

で紙芝居が大人も一緒に楽しめる、子どもたちとのコミュニ ケーションツールのひとつになってくれると嬉しいです。私に とって劇場はワクワクする「楽しい場所」でした。演劇を通して 疑似体験が出来たり、音楽を聴いて感動したり、どれも楽しい 思いばかりでした。だから子どもたちにも劇場で色々な楽しい 体験をしてもらいたいと思っています。

中村――親子向けの公演なので、ご家 族で楽しんでいただけると思います。 先日、劇場ヘクラシックを聴きに 行ったときに、若い世代の劇場離れ が加速していることを目の当たりに しました。確かに劇場にはマナーが あり、幼い子どもには難しい場では あります。例えば、子ども連れでも 気軽に楽しめるアウトリーチコン サートもありますが、子どもが騒い



でしまうかもと、子育て世代の方は遠慮しているのかも知れま せんね。でもアウトリーチは気軽に参加できる場であることが 多いから、機会があれば、子どもたちと一緒に参加してみるの も良いかと思います。

今回の企画は客席で大人しく聴くのではなく、積極的に参加 して私たちと一緒に音楽を感じてでいただきたいです。

最後に読者の皆様、公演を楽しみにしている皆様へ一言、 メッセージをお願いします

宮崎――YouTubeからは味わえない楽しさを"生"で感じていた だけるコンサートです。イメージを膨らませながら、自由に楽 しんでいただければ嬉しいです。

長木――子どもも大人も一緒に楽しめ る公演です。夏休みの楽しい思い出 にご家族みんなでぜひお越しくださ

中村――今回のリトミックコンサート は子育て世代のお父さん、お母さん にも楽しんでいただけるプログラム を企画しています。ぜひご家族でお 越しください。お待ちしています。



おはなしとおんがくをたのしもう! リトミックコンサート in サマー 2023



6月17日 (土) 10:00より発売開始

お子様向けのコンサート を開催します。 紙芝居でお話をきき、音 楽のコーナーでみんなで 盛り上がりましょう!







長木彩(紙芝居)

宮崎真利子

中村里奈 (ヴァイオリン)

8月27日■ 開演 11:00 さいたま市文化センター 小ホール **■**048-866-3171 (9:00~19:00)

大人500円 小学生以下300円 (全席指定) 2歳以下膝上鑑賞無料

SaCLa

先行予約日 6月15日**杰**·16日鈕 各日10:00より 販売開始

チケットのお求め・お問合せは



※電話番号のおかけ間違いのないよう十分にご注意ください。

月曜が祝日の場合は、翌日の火曜も休み

※先行予約期間は、受付順に座席を配置するため、座席指定はできません。

さいたま市文化センター

1048-866-3171 (9:00~19:00)

RaiBoC Hall (さいたま市民会館おおみや)

10 048-641-6131 (9:00~19:00)

さいたま市民会館いわつき

10 048-756-5151 (9:00~19:00)

プラザイースト

11 048-875-9933 (9:00~21:00)

プラザウエスト

10 048-858-9080 (9:00~21:00)

西部文化センター

10 048-625-3851 (9:00~17:00)

宮原コミュニティセンター

10 048-653-8558 (9:00~17:00)

片柳コミュニティセンター

11 048-686-8666 (9:00~17:00)

美園コミュニティセンター

10 048-764-8810 (9:00~17:00)

- 各館の窓口でもお買い求めいただけます。 (発売初日の翌日から発売)
- 各館の休館日は13ページをご覧ください。

チケットの購入方法が異なりますのでご注意ください。



発売日翌日以降 インターネットでご購入



発売の初日の電話は15:00~17:00 QRコードからもご購入可

https://saitama-culture.jp/

((公財) さいたま市文化振興事業団ホームページ)

今月号発売予定の公演情報です。

※公演の日時、内容は予告なく変更となる場合があります。※お問合せ時にチケットが完売している場合があることをご了承ください。

世界迷作劇場 2023~24

6月14日 (水) 10:00より発売開始

だいすけお兄さんとまことお兄さんがお送り する楽しさいっぱいの『世界迷作劇場』のテー マは 「アラビアンナイト」!

9月2日5章

開演 ①13:00 ②16:00 さいたま市文化センター 大ホール **■**048-866-3171 (9:00~19:00)

SS席5,000円 S席3,800円(全席指定) ※1歳以上のお子さまより有料、1歳未満の お子さまは膝上鑑賞無料(但し席が必要な場 合は有料)。お申込みはおひとりさま8枚まで。



気軽にクラシックVol.47 千住真理子トーク&リサイタル



第一線で活躍するヴァイオリニスト千住真理子 によるリサイタルを開催します。

9月23日 開演 14:00 プラザウエスト さくらホール **■**048-858-9080(9:00~21:00)

3,500円(全席指定) 未就学児不可



OK!

OK!

友の会料金 3,000円 先行予約日 6月23日210:00より

東京大衆歌謡楽団コンサート

昭和初期の歌謡曲を歌い続ける「東京大衆歌謡楽団」によるコン サートです。

【演奏予定曲】青い山脈、上海帰りのリル、東京ラプソティ、青春 サイクリング、憧れのハワイ航路 他

9月30日■ 開演 14:00 プラザイースト ホール

■048-875-9933 (9:00~21:00)

3,500円(全席指定) 未就学児不可

6月24日(土)10:00より発売開始

※6月25日(日)9:00より窓口にて購入も可



友の会料金 3,200円

先行予約日 6月22日本・23日録各日10:00より販売開始

夏休み!みんな集まれ!! さかなクンのギョギョッとびっくりお魚教室

7月8日 (土) 10:00より発売開始

魚・海・自然に関する豊富な知識と経験に裏付けされた 話で、子どもから大人までが楽しめる大人気講演です。

8月19日 開演 ①13:00 ②15:00 市民会館いわつき ホール **■**048-756-5151(9:00~19:00)

大人2,000円 小学生以下1,000円 シニア(65歳以上)1,500円

(全席指定) 3歳以下膝上鑑賞無料



OK!

さいたま子どもミュージカル 第5回記念公演「魔女のバンバ」

7月11日(火)各施設一斉発売

8月20日■

星組:12:30 月組:17:00 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 大ホール **■**048-641-6131 (9:00~19:00)

前売(当日) S席1,900円(1,990円)

A席1,700円(1,790円)(全席指定) 3歳未満のお客様の制限なし。(客席後方の 扉付近にご着席いただく場合があります。)

お祭り日が近づく小さな村に引っ越し てきた姉妹のアンナとニーナ。しかし、 その村にはある言い伝えが…。



第4回公寓「しあわせの青い鳥」より

東京フィル&清塚信也の 「ブラボー!名曲アカデミー」

東京フィルハーモニー交響楽団と清塚信也による、解説付きクラ シックコンサートを開催します。【ピアノ&お話】清塚信也【指揮】 円光寺雅彦【管弦楽】東京フィルハーモニー交響楽団

11月3日台・ 開場 14:15 開演 15:00 さいたま市文化センター 大ホール

■048-866-3171 (9:00~19:00)



OK!

S席4,500円 A席3,500円 B席2,500円(全席指定) 未就学児不可

7月15日(土)10:00~WEB、15:00~TELにて発売開始 ※7月16日(日)9:00より窓口にて購入も可







東京フィルハーモニー交響楽団©上野隆文

S席4,000円 A席3,000円 B席2,000円 7月13日本・14日岡各日10:00より販売開始

0歳から楽しめるファミリーシアター **THE SHOW!**

7月22日 (土) 10:00より発売開始

奇根天外なキャラクター達が繰り広げる竿いと整きいっぱいのフィジカルパフォ-マンスとお洒落でウィットに富んだコメディーショーをお楽しみください。

10月28日5

開演 ①11:00 ②14:00 プラザウエスト さくらホール **■**048-858-9080(9:00~21:00)

大人1,500円 高校生以下500円 (全席指定) 3歳以下膝上鑑賞無料



先行予約日 7月21日 10:00より販売開始

謡と鼓の秋の名曲

7月22日(土) 10:00より電話にて受付

能楽師長鳥茂氏と囃子方大倉源次郎氏による 謡と小鼓の解説と実演

9月23日■・湿 開演 14:00 氷川の杜文化館 伝承の間 **■**048-648-1177 (9:00~19:00)

2,200円(全席指定) 未就学児不可

電話又は窓口のみで受付

氷川の杜文化館



長島茂 大蔵源次郎

佐渡裕&新日本フィルハーモニー交響楽団 ハイドン×ブルックナー

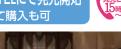
4月から音楽監督を務める人気指揮者佐渡裕と新日本フィルによる待望の大宮 公演。【演奏予定曲】 ハイドン:交響曲第44番ホ短調Hob. 1:44 「悲しみ」 ブルッ クナー:交響曲第4番変ホ長調WAB104「ロマンティック」(ノヴァーク版)

10月29日 開演 15:00 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 大ホール **@**048-641-6131 (9:00~19:00)



S 席6,000円 A 席5,500円 B 席5,000円(全席指定) 未就学児不可

7月22日(土)10:00~WEB、15:00~TELにて発売開始 ※7月23日(日)9:00より窓口にて購入も可







佐湾裕(CPeter Rigaud c/o Shotview Artists

新日本フィルハーモニー交響楽団©K,miura

友の会料金 S席5,700円 A席5,200円 B席4,700円 先行予約日 7月20日本・21日日 各日10:00より販売開始

葵トリオ コンサート

第67回ミュンヘン国際コンクール優勝から5年。 今なお成長を続け、国内外で躍進する世界トップクラス常設ピアノ 三重奏団の現在進行形!

11月18日 開場 13:30 開演 14:00 さいたま市文化センター 小ホール **■**048-866-3171 (9:00~19:00)



3,000円(全席指定) 未就学児不可

7月29日(土) 10:00~WEB、15:00~TELにて発売開始 ※7月30日(日)9:00より窓口にて購入も可



OK!

OK!



Photo Kosuke Atsumi

SaCLa

友の会料金 2,500円

※公演の日時、内容は予告なく変更となる場合があります。※お問合せ時にチケットが完売している場合があることをご了承ください。

第5回 フォルテピアノ・アカデミー SACLA プレコンサート 小倉貴久子&川口成彦

7月15日~17日開催の〈第5回 フォルテピア ノ・アカデミー〉 のプレコンサート。 ショパンの愛したプレイエルとシュトライ ヒャーのフォルテピアノで、日本を代表する名 手2人がショパン協奏曲ほかを共演!

7月14日 開演 18:30 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 小ホール **■**048-641-6131 (9:00~19:00)





小倉貴久子 川口成彦

ジェイコブ・コーラー ピアノコンサート

YouTuberピアニスト ジェイコブ・コーラーに よるリサイタルを開催します。

7月15日 開演 14:00 プラザウエスト さくらホール **■**048-858-9080(9:00~21:00)

大人2,500円 高校生以下2,000円 (全席指定) 未就学児不可





青春のヒットパレード「昭和百年物語」

【出演】澤田知可子、INSPi、立川談慶 【演奏予定曲】会いたい、この木なんの木 他

7月23日 開演 16:00 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 大ホール **■**048-641-6131 (9:00~19:00)

大人5,000円 高校生以下無料(全席指定) 未就学児不可 ※高校生以下もチケットは必要





OK!

塩谷哲デビュー30周年 塩谷哲×東京フィルハーモニー交響楽団

【演奏予定曲】ガーシュウィン:ラプソディ・イン・ブルー、 塩谷哲: Spanish Waltz、塩谷哲: EARTH BEAT、 塩谷哲:デビュー30周年書き下し新作 他

7月29日輯 開演 16:00 RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 大ホール **■**048-641-6131 (9:00~19:00)

S席5,000円 A席4,500円 B席4,000円(全席指定) 未就学児不可 ※市内在住・在勤・在学の方は各席種500円引き



友の会料金 S席4,000円 A席3,500円 B席3,000円

サンドアート「砂の絵本」 ~おととひかりのダンス~

田村祐子と熊坂路得子による砂絵と音楽のライブパフォーマンスで綴る、いくつもの不思議な おはなし。サンドアートとは下からライトを当てた透明なキャンパスの上にまかれた砂に、指だ けを使って様々な生き物や風景などを描き、ストーリーと共に次々と変化していきます。

7月29日5章

開演 ①11:00 ②14:00 プラザウエスト さくらホール **■**048-858-9080 (9:00~21:00)

大人1,500円 高校生以下1,000円 (全席指定) 3歳以下膝上鑑賞無料



友の会料金 1,000円

政令指定都市移行20周年記念事業 歌舞伎舞踊特別公演

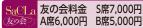
昨年好評をいただいた、歌舞伎公演の第二弾 開催決定! 一. 『寿式三番叟』 二. 『汐汲』 三. 『釣女』 ※演目は予定です。

8月5日間 開演 ①14:00②18:00 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 大ホール SaCLaインフォメーションセンター **■**048-866-4600 (9:00~17:00)

S席9,000円 A席8,000円 B席7,000円 ※市内在住・在勤・在学の方は各席種2,000円引き (全席指定) ※市内在住・在勤・在学の方



この公演はお電話の他、専用サイトhttps:// p-ticket.jp/saitama-cultureからの申込になります。



しまじろう英語コンサート夏公演2023 ~A FUN SUMMER TRIP!~

8月12日5

開演 ①12:30②14:45③17:00 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 大ホール **■**048-641-6131(9:00~19:00)

会館特別価格3,480円※特典シール付き(シールは 公演当日、RaiBoC Hall 4 階窓口にてお渡しします) (全 席指定) 3歳以上有料。3歳未満は保護者1名につき お子さま1名まで膝上無料(席が必要な場合は有料)。

しまじろうやMimi、外国人のキャスト たちと一緒に、生の英語で遊べる客席 参加型コンサートです。



©Benesse Corporation /しまじろう

ウエストで楽しめる名作オペラ 「魔笛」



子どもから大人まで、ワクワク胸躍るオペラ の傑作、名作オペラの「魔笛」をお楽しみくだ

8月20日 開演 14:00 プラザウエスト さくらホール **■**048-858-9080 (9:00~21:00)

大人2,000円 中学生以下1,000円

(全席指定) 未就学児不可



OK!

人形劇団プーク わにがまちにやってきた/ピーターとおおかみ



90年以上の歴史のある「人形劇団プーク」がお贈りする子どもから大人まで 楽しめる人形劇です。夏休みの思い出にぜひご来場ください。

8月26日■

開演 ①11:00 ②14:30 さいたま市文化センター 小ホール SaCLaインフォメーションセンター

■048-866-4600 (9:00~17:00)

大人1,500円 小学生以下1,000円 (全席指定) 3歳以下膝上無料



MYSTERY NIGHT TOUR 2023 稲川淳二の怪談ナイト

OK!

今年もあいつがやってくる。稲川淳二が語る 「本当にあった怖い話」の数々。

9月10日■ 怪宴 17:00 RaiBoC Hall(市民会館おおみや) 大ホール **■**048-641-6131 (9:00~19:00)

前売(当日) 6,600円(7,000円) (全席指定) 未就学児不可



村治佳織デビュー30周年 村治佳織の四季&アランフェス with 神奈川フィルハーモニー管弦楽団



村治佳織のデビュー30周年を記念して神奈川フィル ハーモニー管弦楽団と共演。【演奏予定曲】 ヴィヴァル ディ/ 「四季 | 全曲 (ギター・チェンバロ・管弦楽) ロド リーゴ/アランフェス協奏曲 (ギター・管弦楽) 他

9月18日月・湿 開演 15:00 RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 大ホール **■**048-641-6131 (9:00~19:00)

S席6,000円 A席5,500円 B席5,000円 (全席指定) 未就学児不可



村治佳織(ギター) 鈴木優人(指揮・チェンバロ) ©Marco Borggreve



管弦楽団



友の会料金 S席5.000円 A席4,500円 B席4,000円

※会場等、お問合せにつきましてはP13をご覧ください。

暑さに負けるな! サマージャズコンサート

暑さに負けないジャズコンサートを開催します。

【申込み方法】7月6日(木)午前 10時から直接電話または馬宮コ ミュニティセンター窓口にて受付 (先着順・定員になり次第締切) 【問合せ】

馬宮コミュニティセンター TEL:048-625-8821

8月11日台・協 開演 13:30 馬宮コミュニティセンター 多目的ホール

定員 100人 申込み制・無料

さいたま国際芸術祭2023

応援プロジェクトの

認証を受けませんか?

募集受付期間

2023/2/1~2023/11/30

さいたま国際芸術祭2023の開催に賛同する様々 な催しに対し「応援プロジェクト」の認証を付与しま す。さいたま国際芸術祭と認証事業が広報活動を相 互に協力して行うことで、両事業の認知度向上と機 運醸成を図ります。

広報活動の相互協力

応援プロジェクト 実施主体者

- ・チラシやWebサイト等への 応援プロジェクトロゴの使用
- ・実施報告書の提出

さいたま国際芸術祭 実行委員会事務局

- ・応援プロジェクトロゴの提 供
- ・認証事業の周知

We support Art Saitama 2023

お問い合わせ:



アーツカウンシルさいたま

■048-767-5350(火~土、9:00~17:00) ⊠artscouncil@saitama-culture.jp



/室・講座情報



■申込み方法

・来館での申込み :先着順に受付し、受付開始時に定員を超えた場合はその場で抽選します。

・電話での申込み : 先着順に受付します。(定員になり次第締切)

• 往復はがきでの申込み: 記入方法は下記をご覧ください。 :申込方法欄をご覧ください。 • その他の申込み

往復はがきの往信裏に、

- 教室又は講座名(希望コース・参加日時は必ず記入してください。)
- 住所(市内在勤の方は勤務先名・住所も記入してください。)
- 氏名(ふりがな)(保護者も参加する場合はその方の氏名も記入してください。)
- 年齢 (学年も必ず記入してください。)
- 電話番号
- その他 (※記入事項は各教室又は講座欄をご覧ください。)

を記入し、送付先住所へご応募ください。

【記入例】

往信表	返信裏		
₹000-0000			
「○講座」係 「○講座」係	こちらには、 何も記入しない でください		

返信表 往信夷 ・教室又は講座名 氏 住 ・住所 ・氏名 (ふりがな) 名 所 • 在船 ·電話番号 ・その他

- ※お申込みは各講座1人1通まで。
- ※締切日必着。
- ※定員を超えた場合は抽選となります。
- ※結果は返信はがきにて通知いたします。
- ※鉛筆・消えるペンでのご記入はご遠慮ください。

文化•芸術•趣味

小鼓のおけいこ in さいたま

望月秀幸氏による通年で開催する初心者向けの小鼓教室

■程 7月13日禄・27日禄

①15:00~16:00 ②17:00~18:00 ③19:00~20:00(各月全2回/全22回)

会場 氷川の杜文化館 大宮区

費用 大人5,000円(各月)、小学生~大学生3,000円(各月)

対象 小学生以上の方 定員 各15人

申込み・問合せ 小鼓のおけいこ事務局 ☎080-9107-5891 図info@tatasupopon.com

会場 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館 ☎048-648-1177

ベーゼンドルファークラブ/ベーゼンドルファーを弾いてみよう 国程 7月17日月・図 9:00~21:00(全1回)

■程 8月9日丞 14:00~16:00(全1回)

世界3大ピアノと称される「ベーゼンドルファー」をホールにて演奏いただけます

会場 プラザイースト 縁 区

費用 3.500円 対象 小学生以上のピアノ経験者の方 定員 12人(抽選) 問合せ・受付 〒336-0932 さいたま市緑区中尾1440-8 プラザイースト ☎048-875-9933

申込み 電話・締切 7/1出17:00 その他 7/5⋈~7/9回に当選結果の連絡をします。

公募展に出してみよう講座

会場 プラザウエスト 桜 区 さいたま市内や埼玉県内、都内の様々な公募展の出し方や取り組み方を学ぶ講座です

費用 1.000円 対象市内在住・在勤・在学の方 定員 15人 申込み さいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

ガラスフュージング体験!アクセサリーを作ろう

■程 8月31日誌 ①9:30~10:30 ②11:00~12:00(各全1回)

七宝焼きの窯を使ってアクセサリーを作る講座を開催します

会場 岩槻駅東口コミュニティセンター 岩槻区

| 翌用 1,800円 | 対象 市内在住・在勤・在学(中学生を除く、15歳以上)の方 | 定員 各10人 | 申込み 電話又はさいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/31月 問合せ・受付 〒339-0057 さいたま市岩槻区本町3-1-1 岩槻駅東口コミュニティセンター ☎048-758-6500

🗳 暮らしと社会

お寺で修行体験講座

■程 7月9日■ 9:30~11:30(全1回)

半日お坊さんを体験(坐禅・作務体験)する講座を開催します

会場 光秀寺 岩槻区

対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方 定員 15人 申込み 往復はがき・締切 6/19例 その他 ※会場に現地集合解散

問合せ・送付先 〒336-0967 さいたま市緑区美園4-19-1 美園コミュニティセンター ☎048-764-8810

埼玉県警講話会

■ 7月23日 14:00~15:00(全1回)

振り込め詐欺被害防止にかかわる、寸劇を交えた講話会です

会場 コミュニティセンターいわつき 岩槻区

対象市内在住・在勤・在学の方

定員 20人 申込み 来館又は電話・7/7金 10:00~

問合せ・受付 〒339-0057 さいたま市岩槻区本町1-10-7 コミュニティセンターいわつき ☎048-758-1980

ご 子ども・子育で・親子の時間

あかちゃんおはなし会

目程 7月20日 ①10:00~10:30 ②11:00~11:30(各全1回)

美園図書館との共催で絵本の読み聞かせや手あそびなどを行います

会場 美園コミュニティセンター 縁 区

対象 0~2歳児とその保護者 定員 各7組

申込み 電話・7/13休9:00~ ※月曜日(祝・休日の場合、翌々日の水曜日)を除く、平日(9:00~20:00)、土・日・祝・休日(9:00~18:00)
その他 保護者の方はマスクの着用を推奨します。

問合せ・受付 〒336-0967 さいたま市緑区美園4-19-1 美園図書館 ☎048-764-9610

夏休み児童絵画講座

■程 7月26日丞 10:00~12:00(全1回)

小学生を対象に、絵画講座を開催します

会場 浦和コミュニティセンター 浦和区

申込み 往復はがき・締切 7/12(水) 費用 500円 対象 市内在住・在学の小学4~6年生 定員 20人

問合せ・送付先 〒330-0055 さいたま市浦和区東高砂町11-1(コムナーレ10F) 浦和コミュニティセンター ☎048-887-6565

キッズチャレンジ!! 夏休み工作教室



■程 7月31日目 10:00~12:00(全1回)

小学生を対象に星座の解説、星座の作品を作ります

会場 大宮工房館 大宮区

愛用 500円 対象 市内在住・在学の小学生 定員 24人 甲込み 電話又はさいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/12例

問合せ・受付 〒330-0804 さいたま市大宮区堀の内町1-577-3 大宮工房館 ☎048-645-3838

夏休み子ども学びキャンパス絵画講座



⑥ ■程 8月1日図 ①9:30~12:30 ②13:30~16:30(各全1回)

小学生を対象に夏休みの宿題の手助けとなる絵画講座を開催します

会場 宮原コミュニティセンター 北 区

対象市内在住・在学の小学生 定員 各12人

申込み 電話又はFAX・7/8仕) 10:00~

問合せ・受付 〒331-0811 さいたま市北区吉野町2-195-1 宮原コミュニティセンター ☎048-653-8558 履048-653-8541

キッズチャレンジ !! ~大宮二十景を描く~



■程 8月1日以・2日丞 10:00~12:00(全2回)

小学生を対象に大宮二十景を描く講座を開催します

会場 高鼻コミュニティセンター 大宮区

対象 市内在住・在学の小学4~6年生 定員 20人 甲込み 電話又はさいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/18以

問合せ・受付 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-292-1 高鼻コミュニティセンター ☎048-644-3360

キッズチャレンジ!! お仕事探検①



■程 8月2日丞 10:00~11:30(全1回)

大宮公園野球場のお仕事を探検する講座を開催します

会場 高鼻コミュニティセンター 大宮区

対象 市内在住・在学の小学4~6年生 定員 15人 申込み 電話又はさいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/18以

問合せ・受付 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-292-1 高鼻コミュニティセンター ☎048-644-3360

キッズチャレンジ!! ~プログラミング~



■程 8月2日郊 ①10:30~12:00 ②13:00~15:00(各全1回)

プログラミングソフトを使ってプログラミングの基礎を学びます

会場 片柳コミュニティセンター 見沼区

対象 市内在住・在学の小学生①低学年(1~3年生)②高学年(4~6年生)

申込み さいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕

問合せ 〒337-0026 さいたま市見沼区染谷3-147-1 片柳コミュニティセンター ☎048-686-8666

夏休み児童プログラミング講座



■程 8月3日録 ①9:30~10:45 ②11:15~12:30 (各全1回)

小学生を対象に、プログラミング講座を開催します

会場 浦和コミュニティセンター 浦和区

対象 市内在住・在学の小学生①低学年(1~3年生)②高学年(4~6年生) 定員 各10人 申込み 往復はがき・締切 7/20休

問合せ・送付先 〒330-0055 さいたま市浦和区東高砂町11-1(コムナーレ10F) 浦和コミュニティセンター ☎048-887-6565

夏休み子ども学びキャンパス 親子陶芸講座



■程 8月3日記・17日記 10:00~12:00(全2回)

夏休みに親子で陶芸を体験する講座を開催します

会場 馬宮コミュニティセンター 西区

対象 市内在住・在学の小学生とその保護者 定員 7組14人 申込み 往復はがき・締切 7/18火 その他 当選者は手続きが必要です。 問合せ・送付先 〒331-0061 さいたま市西区西遊馬533-1 馬宮コミュニティセンター ☎048-625-8821

◇ 子ども・子育で・親子の時間

夏の子どもわくわくスクール! 「親子で盆栽体験講座」 ⑧ 💷 8月3日録 10:00~11:50(全1回) 会場 美園コミュニティセンター 觮 🗵 盆栽文化に親しむきっかけづくりとなる講座を開催します 対象 市内在住・在学の小学生とその保護者 申込み 往復はがき・締切 7/20休 費用 1組2.000円 定員 8組16人 問合せ・送付先 〒336-0967 さいたま市緑区美園4-19-1 美園コミュニティセンター ☎048-764-8810

キッズチャレンジ!! 陶芸で食器を作る講座

■程 8月5日顳・19日顳 10:00~12:00 (全2回)

小学生を対象に食器を作陶、釉薬掛けをします

会場 大宮工房館 大宮区

費用 1,000円 対象 市内在住・在学の小学生 定員 16人 甲込み 電話又はさいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/19分 問合せ・受付 〒330-0804 さいたま市大宮区堀の内町1-577-3 大宮工房館 ☎048-645-3838

親子でステンドグラスの鉛筆立てを作ろう

■程 8月5日間 10:00~12:00(全1回)

親子でステンドグラスの鉛筆立てを作る講座です

会場 プラザウエスト 桜 区

申込み さいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15出 費用 3.000円 対象 市内在住・在学の小学3~6年生とその保護者 定員 6組12人 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

ポスターを描こう

■程 8月5日■ 14:00~16:00(全1回) 会場 プラザウエスト 桜 区

学校の夏休みの課題で出ているポスターを描く講座です

申込み さいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕) 対象 市内在住・在学の小学生 定員 12人 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

「夏の子どもわくわくスクール」! 小学生プログラミング講座 🚯

■程 (18月5日間 (2)8月12日間 各13:30~15:30(各全1回)

小学生3年生~6年生を対象にプログラミングの基礎を学びます

会場 ふれあいプラザいわつき 岩槻区

費用 1.000円 対象 市内在住・在学の小学3~6年生 定員 各12人 申込み 往復はがき・締切 7/21金 その他 参加希望日程を記入ください。 問合せ・送付先 〒339-0005 さいたま市岩槻区東岩槻6-6 ふれあいプラザいわつき ☎048-756-6000

キッズチャレンジ!! 〜大正琴体験〜

■程 8月6日■ 9:00~12:00(全1回)

大正琴の基礎を学びます

会場 片柳コミュニティセンター 見沼区

申込み さいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕 対象 市内在住・在学の小学生 定員 10人 費用 1,000円 問合せ 〒337-0026 さいたま市見沼区染谷3-147-1 片柳コミュニティセンター ☎048-686-8666

キッズチャレンジ‼お仕事探検②

■程 8月7日月 10:00~11:30(全1回)

武蔵一宮氷川神社のお仕事を探検する講座を開催します

会場 高鼻コミュニティセンター 大宮区

対象 市内在住・在学の小学4~6年生 定員 15人 申込み 電話又はさいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/24月 問合せ・受付 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-292-1 高鼻コミュニティセンター ☎048-644-3360

「夏の子どもわくわくスクール」! 小学生フラワーアレンジ講座 🕐

■程 8月8日図 10:00~12:00(全1回)

小学生を対象に夏休みの自由研究の手伝いとして行います

会場 ふれあいプラザいわつき 岩槻区

費用 2,000円 対象市内在住・在学の小学生 定員 10人 申込み 往復はがき・締切 7/25(火) 問合せ・送付先 〒339-0005 さいたま市岩槻区東岩槻6-6 ふれあいプラザいわつき ☎048-756-6000

体を使って大きい絵をみんなで作ろう

■程 8月8日双 10:00~12:00(全1回)

体いっぱい使って大きい紙に自由に絵を描く講座です

会場 プラザウエスト 桜 区

対象 市内在住の3歳以上の未就学児とその保護者 定員 6組12人 申込み さいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

キッズ学びの広場 広げよう描く力と創造力!絵画講座 🚱

■程 8月10日添 9:30~12:30(全1回)

小学生を対象に絵画作品を描く講座です

会場 下落合コミュニティセンター 中央区

申込み 往復はがき・締切 7/21金 費用 1.000円 対象 市内在住・在学の小学1~3年生 定員 10人

問合せ・受付 〒338-0002 さいたま市中央区下落合1712 スカイレジデンシャルタワーズ ノースウィング301・401 下落合コミュニティセンター ☎048-834-0570

親子で模型を使ってミニ・ジオラマを作ろう

■程 8月19日間 14:00~16:00(全1回)

模型や模型の入っていた箱なども使ってジオラマを作る講座です

会場 プラザウエスト 桜 区

対象 市内在住・在学の小学生とその保護者 定員 6組12人 申込み さいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕) 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

子どもタイルアート教室

■程 8月19日■ ①10:00~12:00 ②13:30~15:30 **8月20日** ③10:00~12:00 ④13:30~15:30(各全1回)

①・③はオリジナルコースターを、②・④はオリジナルの植木鉢 を作ります

会場 プラザイースト 觮 🗵

対象 市内在住、在学の①・③3歳~小学2年生(保護者同伴)②・④小学3~6年生 定員 各20人 費用 1,000円

甲込み さいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/29仕

問合せ 〒336-0932 さいたま市緑区中尾1440-8 プラザイースト ☎048-875-9933

親子でミニチュア・ハウスを作ろう

■程 8月20日■ 10:00~12:00(全1回)

箱の中にバルサなどの簡単に加工できる木材を利用して、自分が住みたい部屋を作る講座です

会場 プラザウエスト 桜 区

申込み さいたま市生涯学習情報システム (https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕 費用 2.000円 対象 市内在住・在学の小学生とその保護者 定員 6組12人 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

夏休み子ども学びキャンパス 親子でチャレンジお菓子作り講座 🛞

■程 8月20日■ 10:00~12:00(全1回)

夏休みに親子でお菓子作りを体験する講座を開催します

会場 馬宮コミュニティセンター 西 🗵

申込み 往復はがき・締切 7/31月 その他 当選者は手続きが必要です 費用 1.500円 対象 市内在住・在学の小学生とその保護者 定員 4組8人 問合せ・送付先 〒331-0061 さいたま市西区西遊馬533-1 馬宮コミュニティセンター ☎048-625-8821

子ども日本舞踊体験教室

□程 8月22日双・23日双・25日益・26日益・27日□

10:00~11:00(全5回) 27日目 発表会 13:00~

会場 氷川の杜文化館 大宮区

小学生を対象とした日本舞踊体験講座を開催します

対象市内在住・在学の小学生 定員 20人 申込み 往復はがき・締切 7/25火 問合せ・送付先 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館 ☎048-648-1177

夏休み子ども学びキャンパス茶道講座



■程 8月27日■ 10:00~12:00(全1回)

小中学生を対象に、茶道の基本を学ぶ講座を開催します

会場 西部文化センター 西区

対象市内在住・在学の小中学生 定員 10人 申込み 往復はがき・締切 7/29生

問合せ・送付先 〒331-0052 さいたま市西区三橋6-642-4 西部文化センター ☎048-625-3851

☑ 技能·資格·教養

IT講座~Canva講座~

■程 8月3日禄・10日禄・17日禄 13:00~15:00(全3回)

Webブラウザで使用できるデザイン作成ツールCanvaの使い方を学びます

会場 プラザウエスト 桜 区

図象 市内在住・在勤・在学の方 定員 15人 申込み さいたま市生涯学習情報システム(https://gakushu.city.saitama.jp/)・締切 7/15仕) 問合せ 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 プラザウエスト ☎048-858-9080

SaCLa Challenge



日頃、美園コミュニティセンターで活動する団体の展示発表会の参加者を募集します。

9月16日出・17日(日) 9:00~17:00 (予定) 美園コミュニティセンター 1階 エントランスホール

会場準備 9月15日金 17:00~21:00 会場撤収 9月17日(日) 17:00~21:00

日頃から美園コミュニティセンターで活動している団体、10団体 対象·定員 参加費 無料

※応募多数の場合は抽選または調整にて決定します。

※搬入、搬出、設営、展示物管理については各団体の責任の下行っ ていただきます。

応募方法 6月15日(州から、当館配布の申込書(さいたま市文化振 興事業団WEBサイトからダウンロードも可) に必要事項 をご記入の上、美園コミュニティセンター受付窓口また

はFAXにてご応募ください。

〒336-0967 さいたま市緑区美園4-19-1 申込み先

美園コミュニティセンター

FAX 048-764-9310

締切日 7月31日(月)必着

お問合せ 美園コミュニティセンター 048-764-8810



四季と食薬と~食で夏を上手に乗り切る~

7月は旧暦でいう文月で、池の紅や白の蓮が清らかなつぼ みをほころばせる、花香る季節です。夏の太陽のように身も 心も元気に輝きたいですね。体温維持や新陳代謝を司る熱の エネルギーは生きていくうえでとても大切なものです。暑さ で体内に熱がこもり、イライラや眠りの浅さ、肌荒れなどの 不調を感じたら、ビタミンたっぷりの赤い野菜で身体の中か らクールダウンをしましょう。適度に熱を冷まして、胃腸や 心を元気に過ごしたいものです。

今回は夏野菜を取り入れることで熱を冷ます一方で、温め て発汗を促す作用のある生姜やネギなどを利用し、暑い夏に ふさわしい食薬を上手に取り入れたレシピを紹介します。食 から心身の健康を維持して行きましょう。



豚肉をさっぱりとしゃぶしゃぶ風にします。豚肉を熱湯にくぐらせ、 冷水へ。脂が落ちてサッパリするし、豚肉に含まれるビタミンB1は疲労 回復にとても良く、切り干し大根はカルシウム補給、松の実は脂肪を分 解してくれます。ここで紹介したドレッシングは色々な料理に使えます。

【材料】

	・豚薄切り肉(しゃぶしゃぶ用)	300 g
	• 切干し大根	20g
	・ブロッコリースプラウト	1パック
	・ルッコラ	6本
	_ • 長ネギ	1本
	• 醤油	大さじ3
Α	• 酉 作	大さじ1 1/2
	ごま油	大さじ1
	_• 生姜汁	大さじ1
	• 松の実	適量
	_ • 昆布	適量
	_• 水	4C
	・プチトマト	

- ①鍋に水・昆布を入れ、中火にかける。煮立ったら食べやすく切った豚肉を 入れ熱湯をくぐらせて、火が通ったら冷水に入れ冷やし、水分を取る。
- ②長ネギ1/3本の白い部分で白髪ネギにする。2/3はみじん切りにして、 Aを混ぜ、タレをつくる。
- ③切干し大根を戻し、5cmくらいに切る。
- ④①の豚肉・ブロッコリースプラウト・③の切干し大根を混ぜて、器に盛 り、Aのタレをかけ、中央にネギをのせ、松の実・トマトを添える。

茄子は血流を良くして身体に籠った熱を冷まし、胃腸 の働きを良くし、夏バテ予防にもってこいです。暑い季 節はキッチンにいる時間を短くしたいもの。そんな時便 利なのが、かけたり、和えたり、漬けたりするだけで立 派な一品ができます。

[12] 17]	
• 茄子	6個
• 枝豆	適量
A · 花椒 • 油	大さじ1
^	小さじ1
[• 酒	大さじ3
B ・鶏がらスープ(又は水)	大さじ3
• 醤油	大さじ3
• クコの実	大さじ1
• 揚げ油	適量

【作り方】

- ①茄子は大きめの乱切りにする。枝豆は硬めに茹で、サヤ から出しておく。クコの実は熱湯にサッと通しておく。
- ②揚げ油を180~200℃に熱し、①の茄子を加え、表面 がきつね色になるまで揚げる。
- ③小さな鍋にAの油と花椒を入れ、弱火で炒め、香りが 移り黒くなったら花椒を取り出す。Bの調味料を入れ 煮立て、茄子・枝豆・クコの実を加え、味をなじませる。

ーロメモ 熱がこもった体は、赤い食材でクールダウン 赤い食材とは…トマト・すいか・赤パプリカ・人参・ クランベリー・レバー・まぐろ・かつお・豚肉など



■執筆者プロフィール

料理研究家 手島 悦子(てしま えつこ)

さいたま市在住。細く長くをモットーに40年間、市民の方と一緒に料理をしたり、「料理ボランティアやすらぎ会」を続け てきました。この活動を称えられ、令和2年に厚生労働大臣賞・緑綬褒状を受賞しました。懐石料理・和食・洋食・中華料理、 短時間で作れるパン作りを考案、スイーツなども研究しています。発案したレシピが作りやすいと喜ばれると嬉しいです。 食べ歩きからヒントを得たレシピもあります。料理をすること、食べること、おしゃべりすることも大好きで、料理グルー プの生徒たちと楽しみながら市内コミュニティセンターなどで活動しています。50年以上受講して下さっている方、なか には親子三代で受講いただいている方もいます。新しい食材が次から次へと出てくるのがとても興味深く、それらを使った レシピを仲間と一緒に研究することも楽しみのひとつです。

(公財)さいたま市文化振興事業団 管理施設一覧

文化施設

さいたま市文化センター

■ 048-866-3171 **■** 048-837-2572 〒336-0024 さいたま市南区根岸1-7-1 7月の休館日…3日・10日・18日・24日・31日

RaiBoC Hall (さいたま市民会館おおみや)

■ 048-641-6131 **■** 048-641-6133

〒330-0846 さいたま市大宮区大門町2-118 大宮門街4~8F

さいたま市民会館いわつき

■ 048-756-5151 **■** 048-756-5152 〒339-0052 さいたま市岩槻区太田3-1-1 7月の休館日…3日・10日・24日・31日

プラザイースト

■ 048-875-9933 AM 048-875-9960 〒336-0932 さいたま市緑区中尾1440-8 7月の休館日…10日・24日

プラザウエスト

■ 048-858-9080 **■** 048-858-9020 〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 7月の休館日…10日・24日

コミュニティ施設(市民活動支援施設を含む)

東大宮コミュニティセンター

■ 048-667-5604 **■** 048-654-5594 〒337-0051 さいたま市見沼区東大宮4-31-1 令和4年11月1日(火)~令和5年9月30日(土)

施設の中規模修繕に伴い休館になります。 休館中は片柳コミュニティセンターにて臨時窓口を 開設しています。

高鼻コミュニティセンター

■ 048-644-3360 **■** 048-644-3361 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-292-1 令和4年7月1日(金)~令和5年6月30日(金)

施設の中規模修繕に伴い休館になります。 休館中は大宮工房館にて臨時窓口を開設しています。

西部文化センター

■ 048-625-3851 **■** 048-625-2881 〒331-0052 さいたま市西区三橋6-642-4

大宮工房館

■ 048-645-3838 **■** 048-645-3881 〒330-0804 さいたま市大宮区堀の内町1-577-3

七里コミュニティセンター

■ 048-687-3688 **■** 048-687-3705 〒337-0014 さいたま市見沼区大字大谷1210

宮原コミュニティセンター

■ 048-653-8558 **■** 048-653-8541 〒331-0811 さいたま市北区吉野町2-195-1

与野本町コミュニティセンター

@ 048-853-7232 FX 048-857-1096 〒338-0003 さいたま市中央区本町東3-5-43

西与野コミュニティホール

■• FM 048-854-8584 〒338-0005 さいたま市中央区桜丘2-6-28

上峰コミュニティホール

m·M 048-852-0121 〒338-0014 さいたま市中央区上峰2-3-5

馬宮コミュニティセンター

1 048-625-8821 **1** 048-625-8822 **1** ■ 048-625-8822 〒331-0061 さいたま市西区大字西遊馬533-1

下落合コミュニティセンター

■ 048-834-0570 **■** 048-834-0580 〒338-0002 さいたま市中央区大字下落合1712 スカイレジデンシャルタワーズ ノースウィング301・401

片柳コミュニティセンター

■ 048-686-8666 **■** 048-686-2999 〒337-0026 さいたま市見沼区染谷3-147-1

浦和コミュニティセンター

■ 048-887-6565 **■** 048-887-7090 〒330-0055 さいたま市浦和区東高砂町11-1 コムナーレ10F

南浦和コミュニティセンター

Ⅲ• FAX 048-886-5856 〒336-0016 さいたま市南区大谷場2-6-25

コミュニティセンターいわつき

■ 048-758-1980 **■** 048-758-1985 〒339-0057 さいたま市岩槻区本町1-10-7

岩槻駅東口コミュニティセンター

■ 048-758-6500 **■** 048-758-6521 〒339-0057 さいたま市岩槻区本町3-1-1

日進公園コミュニティセンター

III • FAX 048-664-4078 〒331-0823 さいたま市北区日進町1-312-2

ふれあいプラザいわつき

老人憩いの家 (シニア憩いの家) ふれあいプラザ **■** 048-756-6000 **■** 048-756-6036 〒339-0005 さいたま市岩槻区東岩槻6-6

美園コミュニティセンター

10 048-764-8810 **10** 048-764-9310 〒336-0967 さいたま市緑区美園4-19-1

さいたま市市民活動サポートセンター

■ 048-813-6400 **■** 048-887-0161 〒330-0055 さいたま市浦和区東高砂町11-1

伝統文化施設

氷川の杜文化館

四 048-648-1177 № 048-648-1311 〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2-262-1 7月の休館日…18日

恭慶館

■ 048-835-7450 **■** 048-835-7453 〒330-0061 さいたま市浦和区常盤9-30-5 7月の休館日…3日・10日・18日・24日・31日

盆栽四季の家

m 048-664-1636

〒331-0805 さいたま市北区盆栽町267-1

▮ホール

※公演の日時・内容については、予告なく変更になる場合がございますのでご了承ください。 ※ は(公財)さいたま市文化振興事業団の主催・共催事業

1//-	一 / レ ※ は(公財)さいたま市文	令和5年/6/1現在			
	公 演 名	会 場	開演時間	入場方法	問い合わせ
2≡	与野吹奏楽団 第25回定期演奏会	さいたま市文化センター 大ホール	13:30	前売券500円 当日券700円 (全席自由)	与野吹奏楽団ホームページ ■https://www.yonosui.com/
7盘	完売御礼 林部智史 CONCERT TOUR 2023 雨のち晴れ、ときどき虹	RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 大ホール	17:00	7,700円 (全席指定)	ザ・カンパニー 03-3479-2245 (平日10:00~18:00)
8 =	完売御礼 生演奏でおくる音楽影絵劇 「星の王子さま」	プラザイースト ホール	14:30	大人2,000円 小学生以下1,500円 (全席指定)	プラザイースト 048-875-9933
9∎	スタジオるる~ぐコンサート	プラザイースト ホール	10:00	入場自由·無料	<u>閏</u> 岩田 090-2319-6296
14盘	第5回 フォルテピアノ・アカデミー SACLA プレコンサート 小倉貴久子&川口成彦	RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 小ホール	18:30	3,500円 (全席自由)	メヌエット・デア・フリューゲル 048-688-4921
15	ayumi hamasaki 25th Anniversary Live Tour	さいたま市文化センター 大ホール	18:30	10,000円 (全席指定)	キョードー東京 0570-550-799 (平日11:00〜18:00 土日祝10:00〜18:00)
	ジェイコブ・コーラー ピアノコンサート	プ ラザウエスト さくらホール	14:00	大人2,500円 高校生以下2,000円 (全席指定)	プラザウエスト 048-858-9080
16⊟	不登校や引きこもりの方の親の会 「つながるカフェドーナツ」	プ ラザイースト 第3セミナールーム	11:00	無料	<u>担当</u> 福山 070-3275-5896
22±	第9回 関口愛 バレエスタジオ発表会	プラザイースト ホール	16:00	入場自由·無料	超当 関口 090-9955-0942
	little concert	プラザイースト 映像シアター	14:00	入場自由·無料	担当 管 048-882-5521
23≣	青春のヒットパレード 「昭和百年物語」	RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 大ホール	16:00	大人5,000円 高校生以下無料 ※高校生以下もチケット は必要	文果組 048-767-6200
	サマーコンサート 世界の海から音楽を	浦和 コミュニティセンター 多目的ホール	9:40	事前申込制 ※チラシを見た方は入場 無料	山田音楽イタリア語教室 理当 山田 090-3570-1684 逐seikoyamada62@hotmail.com
29∎	サンドアート 「砂の絵本」 〜おと と ひかり の ダンス〜	プラザウエスト さくらホール	①11:00 ②14:00	大人1,500円 高校生以下1,000円 (全席指定) ※3歳以下膝上鑑賞無料	プラザウエスト 048-858-9080
	塩谷哲デビュー30周年 塩谷哲×東京フィルハーモニー交響楽団	RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 大ホール	16:00	S席5,000円 A席4,500円 B席4,000円 (全席指定)	RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 048-641-6131 (9:00~19:00)
	アイ音楽教室 夏の発表会 2023	プラザイースト ホール	12:30	入場自由·無料	アイ音楽教室 048-874-0147
30∎	NIONフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会	RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 大ホール	18:00	全席自由・無料 ※本誌『SaCLa7月号』を お持ちください	NIONフィルハーモニー管弦楽団 圏mail:nion.phil@gmail.com

展示 ※開催期間内に施設が休館している場合がございます。 ※各施設の休館日はP13をご覧ください。

	催物名	会 場	開催時間	入場方法	問い合わせ
7月1日7月3日	再生可能エネルギーで 平和な社会づくり	市民活動 サポートセンター 多目的展示コーナー	10:00▶17:00	入場自由·無料	ひだまり ^{13当} 加藤 090-9318-6154
7月6記7月10月	デジタルスクール支部写真展	市民活動 サポートセンター 多目的展示コーナー	10:00▶17:00 6日は13:00から 10日は16:00まで	入場自由·無料	デジタルスクール支部 1938 吉田 090-9394-2796
7月15± 7月16⊟	岩槻フェスタ2023	市民活動 サポートセンター 多目的展示コーナー	10:30▶17:00 16日は16:30まで	入場自由·無料	岩槻観光ボランティアガイド会 圏iwatsuki_gaido@yahoo.co.jp
7月17日 7月22日	ありがとう展 ~集う~	市民活動 サポートセンター 多目的展示コーナー	10:00▶17:00 17日は 13:00から18:00まで	入場自由·無料	みるくる 048-813-6400 (市民活動サポートセンター)
7 _月 23日 7 _月 29日	H C浦和版画・切り絵展	市民活動 サポートセンター 多目的展示コーナー	10:00▶17:00 23日は12:00から 29日は16:00まで	入場自由·無料	ハイキングクラブ浦和 理当 益田 048-875-2161 圏dream_pen_july@yahoo.co.jp

SoCLo さポット 「ハフォメーション Information

申込み・お問合せ さいたま市市民活動サポートセンター

https://www.saitamacity-support.jp/ 〒330-0055 さいたま市浦和区東高砂町11-1 コムナーレ9F TEL:048-813-6400 FAX:048-887-0161



←公式サイト 「さポット」は こちら



みんなの気持ちの交流から きずなをつなぐ中間支援を 行っています。

さポット相談 市民活動のための無料相談を行っています

E-mail:supportcenter@saitama-culture.jp

法律相談 弁護士による市民活動についての無料相談を行います

開催日時 7月6日休・13日休・20日休・27日休 ①15:00~ ②16:00~ ③17:00~ ④18:00~

対象・定員 市民活動団体・各1団体 申込方法 当日、直接サポートセンター総合窓口にて受付(先着順)

公認会計士などによる市民活動団体の会計についての無料相談を行います

開催日時 7月21日 各回1時間程度 ①13:00~ ②14:15~ ③15:30~ 対象・定員 市民活動団体・各1団体

申込期間 7月7日金~14日金

申込方法 来館·電話·FAX 郵便番号、住所、団体名、氏名(ふりがな)、電話番号、希望時間(①·②·③)、相談内容をご連絡ください。 【申込書】さいたま市市民活動サポートセンターにて配布、公式サイト「さポット」からダウンロードできます。

さポット講座 NPOや市民活動を行っている方、または始めようと考えている方が参加できる無料の講座です

Canvaを使ってチラシ勉強会~超入門~

グラフィックデザインツール「Canva」を使用し、簡単できれいなチラシのつくり方を学びます

開催日時 9月9日 13:30~16:00 全1回

対象・定員 NPO、市民活動をされている方または市民活動を始めようと考えている方・10人 費用 無料

申込方法 7月9日(日)から電話・FAX・メールにて受付(先着順) ※翌日から窓口でも可 会場 美園コミュニティセンター

持ち物 メール受信できるノートパソコン(当日メールを使用)、筆記用具