



公益財団法人 さいたま市文化振興事業団 <https://saitama-culture.jp>

2025年

# コミセンいわつきだより



7月

【編集・発行】コミュニティセンターいわつき  
〒339-0057 さいたま市岩槻区本町1-10-7  
tel:048-758-1980 fax:048-758-1985



<https://saitama-culture.jp/iwatsuki-com/>

## 夏のロビーコンサート

観覧自由・入場無料

オカリナアンサンブル

フルッツクラッツ

2025年8月24日(日)

開演 12:00~

会場:コミュニティセンターいわつき  
1階 ロビー

※当日お気軽に会場へお越しください

主催 (公財)さいたま市文化振興事業団  
コミュニティセンターいわつき  
☎048-758-1980



夏の子どもわくわくスクール!

## ~子どもダンス教室~

ヒップホップダンス

7/24(木)(全1回)

コミュニティセンターいわつき2階研修室  
9:30 ~ 11:00

対象・定員: 市内在住・在学の小学生 15名  
参加費: 500円  
申込方法: 6月28日(土)午前10時より  
電話にて受付(先着順)  
コミュニティセンターいわつき ☎048-758-1980

主催 (公財)さいたま市文化振興事業団 コミュニティセンターいわつき

講師 みっくる氏  
STUDIORIZM mode代表

キッズ時代からヒップホップをメインに数々のコンテストや大会に出場。優勝等受賞歴多数。クラブイベント・野外フェス・ライブ・バックダンス・CM出演などを経験。多数のインストラクター他資格有。幼稚園・保育園にて課外・内教室開校 文化省・スポーツ庁公認JDAC認定指導員・ママダンス協会理事





## 印刷機のご案内

製版1枚50円  
印刷5枚ごとに5円

1階ロビーの印刷機をご利用下さい。  
印刷物を大量に印刷する場合は、コピーより断然お得です。  
資料、チラシの作成にお役立てください。  
印刷用紙は、各自でご持参ください。  
利用時間 9:00～21:30

## ・熱中症予防の合言葉は「さ・い・た・ま」

### さ 3食しっかり食べましょう

・暑い時こそしっかりバランスよく食べましょう



### い 意識して水分をとりましょう



・1日の中で数回に分けて少量ずつ水分を取るようにしましょう  
・水分を「食べて」とりましょう！しっかり食べることで食事からも水分をとることができます

### た たっぷりよい睡眠をとりましょう

・まずは規則正しい生活から  
・習慣的な運動を！  
・暑い夜、寝るときは上手にエアコンを使って快適な環境づくりを



### ま まずはエアコンを使用しましょう

・室温は28℃が目安  
・寝るときも朝までエアコンを使用しましょう  
・リモコンの操作が難しければ、周りの方に聞いて簡単に操作できるような工夫も大切



## おねがい

\*当館駐車場は大変混み合います。徒歩・自転車・公共交通機関で  
ご来館ください。

なお、道路上での駐車場待ち、駐車場の枠外駐車も厳禁です。  
また、近隣店舗等には駐車しないようご理解・ご協力のほど  
お願いいたします。

コミュニティセン  
ターいわつき



東武アーバンパークライン岩槻駅より徒歩8分