

地域コミュニティの推進拠点を目指して！

日進公園コミセンだより



第160号

令和6年7月

8月からの開催講座のご案内

地域で活躍するお仕事紹介
～交通機動隊～

白バイとパトカーを間近で見学しよう♪

●日 時：8月16日（金）
9:30～10:30●対 象：市内在住または
在学の小・中学生

●定 員：20人（先着順）

●参加費：無料

●場 所：埼玉県警察交通機動隊
※三橋総合公園での集合解散となります

夏休み親子料理講座

●日 時：8月20日（火）
10:00～13:00●対 象：市内在住または在学の
小学生とその保護者

●定 員：8組16人（先着順）

●参加費：1,500円

〔夏バテをぶっ飛ばす〕
おいしい薬膳料理

☆トマトと甘酒の冷製スープ

☆たくさんの野菜がぎっしり

詰まった薬膳カレー

☆米粉エクレアチーズクリーム

☆豆腐ムースの山査子ココアかけ

※メニューが変更する場合があります



フラダンス講座 全4回

～フラサークル「カサフランカ」さんと踊ってみよう～

●日 時：9月2日・16日、
10月7日・21日
毎回月曜日
13:30～15:00●対 象：市内在住・在勤・在学の
18歳以上の方

●定 員：20人（先着順）

●参加費：2,000円

*「カサフランカ」さんは日進公園コミセンを毎月ご利用のフラサークルです♪



～サークル体験会開催について～

令和6年度利用団体活動調査表を提出されて、新規加入を受け付けている団体を対象にサークル体験会の開催を希望される団体を募集します。

体験会日時：10月の各団体活動日

体験会会場：各団体で予約された
日進公園コミセンの施設

申込期間：8月1日（木）～8月15日（木）

※詳細は日進公園コミセン（048-664-4078）
へお問合せください

【申込方法】

★地域で活躍するお仕事紹介

★夏休み親子料理講座

7月16日（火）10:00から

★フラダンス講座

8月3日（土）10:00から

電話または直接来館にて受付開始

※夏休み親子料理講座・フラダンス講座の
直接来館での申込みは参加費を添えて
窓口で手続きをしてください<電話> 048-664-4078 9:00～21:30
土日祝も開館大宮駅弁子ども絵画作品
7/1～8/31まで募集中！詳細は日進公園コミセン（048-664-4078）へ
お問合せください

日進24式太極拳サークル

新規会員募集中

24式太極拳です。比較的簡単で、誰でも気軽に参加出来る太極拳です。気功は呼吸法を取り入れて、心身をリラックスさせ、呼吸力をアップさせます。コロナ禍で衰えた下半身の筋肉を無理なくゆっくり回復させます。競争することは一切なく、ストレス解消と仲間作りの場として有効です。リラックス効果と深い呼吸によって、免疫力を高め、新陳代謝を活性化させます。老化・転倒防止にも最適です。



興味のある方ぜひ見学に来てください!



私たちと一緒に
24式太極拳を習得しませんか?

◆活動日時(予定)◆ ◆会費◆
水曜日(月3回) 2,000円/月
10:30~12:00 ※入会金不要
◆問合せ・入会申込み◆
080-1001-7009
【講師 大川 徹】



たなばた チム・チム 七夕☆子ども食堂



共催

日進公園コミュニティセンター

5月25日(土)に第24回子ども食堂を開催いたしました。調理実習では、みんな大好き♡芋もちを作りました! 蒸したじゃが芋をポリ袋に入れて生地を手でこねます。カタ千を整えてフライパンで焼いたら、さぁ、出来上がり♪ みんなで作って食べると美味しいね♪ ご協力いただきました皆さま、ありがとうございました。

大宮西部図書館 のイベント

問合せ TEL 048-664-4946 FAX 048-667-7715
<https://www.lib.city.saitama.jp/>

イベントは変更や中止になる場合もありますのでご了承ください。

子ども映画会

日時: 7月26日(金)
①10:00~11:00(開場 9:30)
②14:00~15:00(開場 13:30)
対象: 幼児から小学生とその保護者
定員: 各回 100名(先着順)
内容: 「ながぐつをはいたねこ アラジンとまほうのランプ おおかみと7ひきのこやぎ」
「ムーミン 消えないおばけ」の上映
申込: 不要(当日、直接大宮西部図書館へ)

夏のおはなし会

日時: 7月31日(水)
①11:00~11:40
②14:00~14:40
対象: 3歳から小学生とその保護者
定員: 各回 50名(先着順)
内容: すばなし、絵本の読み聞かせなど
申込: 不要(当日、直接大宮西部図書館へ)