



夏休み子ども学びキャンパス

茶道講座



◆ 日 程 : 8月5日 (水)


【全1回】

- ◆ 時 間 : 午前10時~12時
- ◆ 定 員 : 10名
- ◆ 対 象 : 市内在住・在学の小・中学生
(保護者1名同伴可)
- ◆ 会 場 : 西部文化センター1階
和室、茶室・水屋
- ◆ 参加費 : 700円

《申込み》

7月4日(土)~7月26日(日)電話にて
 さいたま市西部文化センターへ (先着順)
 TEL 048-625-3851
 《申込受付時間》10:00~17:00
 ※定員になり次第受付終了

西
文
だ
よ
り



7月号

Vol. 182
2026年7月1日

「健康運動講座」

イスを使ったチェアエクササイズで健康ボディを目指しましょう。



- ◆ 日 程 : 9月10日 (木)【全1回】
- ◆ 時 間 : 午前10時~12時
- ◆ 定 員 : 15名
- ◆ 対 象 : 市内在住・在勤の方
- ◆ 会 場 : 西部文化センター1階 多目的ホール
- ◆ 参加費 : 700円
- ◆ 持ち物 : 飲み物、タオル、シューズ
※動きやすい服装でご参加ください。

《申込み》

8月3日(月)10:00より電話にて
 さいたま市西部文化センターへ (先着順)
 TEL 048-625-3851
 《申込受付時間》10:00~17:00
 ※定員になり次第受付終了

トレーニングルームのご案内

西部文化センター2階には運動するための施設「リフレッシュ・トレーニングルーム」があり、年末年始以外は朝早くから夜遅くまでご利用いただけます。日頃の運動不足が気になる方、リフレッシュしたい方、トレーニングルームを利用してみませんか？

- ◆ 利 用 方 法 : 利用希望日に直接来館してください。受付窓口で『利用許可申請書』をご記入の上お申込みください。
※小・中学生は保護者によるお申込みが必要です。
※中学生は午後5時以降、小学生は時間帯に関係なく保護者の付き添いが必要です。
- ◆ 利 用 時 間 : 午前9時~午後9時30分
- ◆ 料 金 : さいたま市内在住の方 2時間まで100円
さいたま市外在住の方 2時間まで150円
- ◆ 用 意 す る 物 : 屋内用の運動靴、運動できる服装、水分など



※ 詳細は1階受付窓口までお尋ねください。

7月 July 駐車場混雑予想 2026

日	月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	

【企画・制作】

(公財)さいたま市文化振興事業団
 〒331-0052 さいたま市西区三橋 6-642-4
 さいたま市西部文化センター

◆ 問い合わせ先 048-625-3851 (西部文化センター)