

桶川市生涯学習ガイド

2023年度(令和5年度)12月1日~3月31日

発行 桶川市泉1丁目3番28号
桶川市教育委員会生涯学習・スポーツ推進課
電話 048-788-4970
FAX 048-786-5043



「桶川市生涯学習情報」は、「桶川市公式ホームページ」「市民活動・スポーツ」→「生涯学習」で公開しています。

【音楽】



事業名	内容	対象	日時	会場	費用	問い合わせ先
響の森 クリスマスコンサート	コーラス、オカリナ、ハンドベル、バンドに吹奏楽など、市内で活動する様々な団体が出演します。色とりどりのクリスマスソングをお楽しみください。	一般	12月17日(日) 開場12:30 開演13:00	桶川市民ホール	無料	桶川市民ホール 048-789-1113
子どものための お箏教室 成果発表会	子どもたちによる日本の伝統楽器の演奏発表会。一年間のお稽古の成果を披露いたします。	一般	12月21日(木) 18:00~19:30(予定)	桶川市民ホール	無料	桶川市民ホール 048-789-1113
初心者ドラム教室	スティックを握ったことがない方大歓迎です。楽しくレッスンしましょう!	小学生以上	毎月第3金曜日 1部13:00~14:00 2部14:00~15:00	坂田コミュニティセンター	各部2,800円 (1月より3,000円)	坂田コミュニティセンター 776-9106

【パソコン】



事業名	内容	対象	日時	会場	費用	問い合わせ先
パソコン講習 ワード応用講座 【いきいきポイント 3P】	ワードの基本操作が出来る方を対象に、チラシ、連絡網、名刺など、応用に供する作品の作り方を学習します。	市内在住 または在勤 18歳以上	1月10日(水) ~2月7日(水) 10:00~正午 (全5回)	桶川東公民館3階 パソコンルーム	3,400円 (資料代等)	桶川東公民館 728-7622
パソコン講習 何が出来るの? AI 講座 【いきいきポイント 3P】	最近話題になっているAI。興味はあるが触れる機会がないという人でも初歩から学びながら、物語を作れる! 楽しい講座です。	市内在住 または在勤 18歳以上	1月20日(土)・27日(土) 9:30~12:30 (全2回)	桶川東公民館3階 パソコンルーム	1,000円 (資料代等)	桶川東公民館 728-7622
パソコン講習 エクセル応用講座 【いきいきポイント 3P】	エクセルの基本操作が出来る方を対象に、出席簿、住所録、収支管理表など、応用に供する作品の作り方を学習します。	市内在住 または在勤 18歳以上	2月20日(火) ~3月19日(火) 10:00~正午 (全5回)	桶川東公民館3階 パソコンルーム	3,400円 (資料代等)	桶川東公民館 728-7622
パソコンサポートセンター (視覚障害者 パソコン相談含む)	パソコン講座受講者の方や日常的にパソコンを使っている人や視覚障害者の疑問点や相談に応じます。	市内在住 または在勤	毎週金曜日 10:00~12:00 ※祝日は開催していません	桶川東公民館 パソコンルーム	300円	桶川東公民館 728-7622

【子供・子育て】



事業名	内容	対象	日時	会場	費用	問い合わせ先
パパママ体験クラス	沐浴(お風呂)の実習 新生児の保育 夫の妊婦体験	妊娠28~34週 の妊婦と夫	12月2日(土) 2月3日(土) 3月2日(土) 10:00~12:00	保健センター	無料 ※事前予約制	健康増進課 786-1855
クリスマス会	親子でクリスマスの歌や催し物を楽しみます。	市内在住の未就園 児と保護者	12月15日(金) ①10:00~11:00 ②11:30~12:30 ③14:00~15:00	駅前子育て 支援センター	無料 *事前予約	駅前子育て 支援センター 774-9979

おはなしの泉・冬	アニメビデオ上映会 ディズニーシリーズ「ミッキーマウスのメリー・クリスマス」「くまのプーさん イーヨーのおたんじょうび」	幼児・小学生 (その保護者)	12月17日(日) 11:00~12:00 (30分前受付)	さいたま文学館 文学ホール	無料 (先着200名/要事前 申込)	さいたま文学館 048-789-1515
手芸講座 お子さん・お孫さんと簡単!クリスマスベアー作り	お家に飾るクリスマスベアーをお子さん・お孫さんと一緒に作ってみませんか?大人の方はベアー作り、お子さん・お孫さんはベアーのハート飾り作りです。	市内在住・在勤の人と小学生	12月17日(日) 9:30~12:00	加納公民館	850円(材料費・保険代)	加納公民館 728-1040
クリスマス会	親子でクリスマスの歌や催し物を楽しみます。	市内在住の未就園児と保護者	12月19日(火) ①10:00~11:00 ②11:30~12:30 ③14:00~15:00	日出谷子育て支援センター	無料 *事前予約	日出谷子育て支援センター 789-2581
育MENクラス	赤ちゃんのお世話 (ミルクの作り方、オムツ交換や沐浴実習、妊婦体験、育児休暇取得に関する話) 料理教室	①市内在住の育児休暇取得を予定または取得中のパパ ②教室の内容に興味があるパパ ③これからパパになる予定の者	1月4日(木) 10:00~12:00 1月5日(金) 10:00~13:00 ※2日間コース	保健センター	500円 (食材費、保険代) ※事前予約制	健康増進課 786-1856
マタニティクラス (プレママカフェ)	お茶を飲みながら交流会、妊娠中の栄養のとり方などの話	妊娠16~32週の妊婦	1月11日(木) 14:00~16:00	保健センター	無料 ※事前予約制	健康増進課 786-1855
おはなしのへや	小さな子から小学生まで楽しめるお話がいっぱい!! 季節に合わせたお話も用意して、みなさんを待っています。	幼児・小学生 (その保護者)	1月13日(土) 2月10日(土) 10:30~11:30 (30分前受付)	さいたま文学館 講座室2	無料	さいたま文学館 048-789-1515
マタニティクラス (出産準備クラス)	妊娠経過から出産の話、産産体操	妊娠20~34週の妊婦	1月15日(月) 13:30~16:00	保健センター	無料 ※事前予約制	健康増進課 786-1855
子育てのヒント	元保育園園長のお話を聞き、子育てについて語り合います。	市内在住の子育て中の人、これから子育てをする人	1月17日(水) 10:00~11:30	日出谷子育て支援センター	無料 *事前予約	日出谷子育て支援センター 789-2581
作って遊ぼう	親子で遊べるおもちゃを作ります。	市内在住の未就学児と保護者	1月19日(金) 10:30~11:30	駅前子育て支援センター	無料 *事前予約	駅前子育て支援センター 774-9979
おにぎり椅子作り	牛乳パックを使ったおにぎり型の椅子を作ります。	市内在住の未就学児と保護者	2月20日(火) 10:30~11:30	日出谷子育て支援センター	無料 *事前予約	日出谷子育て支援センター 789-2581
離乳食・幼児食講座	離乳食や幼児食について管理栄養士が食材や調理法などをお話します。	市内在住の7か月~2歳のお子さんと保護者	2月22日(木) 10:30~11:30	駅前子育て支援センター	無料 *事前予約	駅前子育て支援センター 774-9979
赤ちゃんがすくすく育つポイント	赤ちゃんの育つみちすじを助産師が伝えます。	市内在住の2か月~1歳までのお子さんと保護者	3月13日(水) 10:30~11:30	駅前子育て支援センター	無料 *事前予約	駅前子育て支援センター 774-9979
パネルシアターで遊ぼう	親子で手作りのパネルシアターで遊んだり、見たりします。	市内在住の2歳以上の未就学児と保護者	3月19日(火) 10:30~11:30	日出谷子育て支援センター	無料 *事前予約	日出谷子育て支援センター 789-2581

【健康づくり・スポーツ】



事業名	内容	対象	日時	会場	費用	問い合わせ先
コアストレッチ	ストレッチを通して自分の身体を知り、姿勢改善・体力向上・柔軟性アップをしませんか。	一般	毎週第1・3水曜日 10:00~11:00	坂田コミュニティセンター	各回1,000円	坂田コミュニティセンター 776-9106
げんきの秘訣転倒予防体操教室 「いきいきポイント1P」	介護予防士の先生が介護予防のレクチャーと椅子に座ったまま出来る介護予防等転倒防止体操を行います。	一般	毎週第2・4火曜日 10:30~11:15 (1月のみ第3・5火曜日)	坂田コミュニティセンター	各回500円(初回無料)	坂田コミュニティセンター 776-9106

ゆったりチェアヨガ 「いきいきポイント1P」	椅子に座ったままでヨガを行います。ゆったりとした呼吸と緩やかな動きで、心身の緊張をほくしましょう。	一般	毎週第2・4水曜日 10:15~10:45	地域福祉活動センター	各回500円	坂田コミュニティセンター 776-9106
ZUMBA GOLD® チェアクラス	ラテン系をはじめとした世界の音楽でカラダを動かすダンスフィットネスプログラム♪★椅子に座って踊るクラスです★動きはシンプル、楽しく、自然と笑顔に！	一般	毎週第2・4水曜日 11:00~11:30	地域福祉活動センター	各回500円	坂田コミュニティセンター 776-9106
バランスコーディネーション 「いきいきポイント3P」	～日常生活を楽に～ヨガマットの上で主に関節のほぐしやストレッチ・簡単な筋トレを行い、姿勢の改善・腰痛や肩こり解消・疲れにくい身体を作りましょう！	一般	毎週日曜日 (12月3日は非開催) 10:00~11:00	地域福祉活動センター	各回600円	坂田コミュニティセンター 776-9106
すこやか体操教室 (※) いきいきポイント3P	高齢者の方を対象に、いきいきとした生活が送れるよう健康維持と人とのふれあいを目的とした体操教室です。	概ね65歳以上 ①先着50名 ②先着30名 ③先着50名 ※トレーニング室の利用登録不要	①毎週月曜日 9:30~10:30 ②毎週水曜日 9:30~10:30 ③毎週金曜日 9:30~10:30	サン・アリーナ (①③剣道場/②会議室)	トレーニング室 利用1時間券 または すこやか体操教室券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
エアロピクス教室 いきいきポイント3P	基本の動きやストレッチが中心ですので、初心者から上級者まで爽やかな気分になれる教室です。	トレーニング室 利用登録者 先着50名	毎週月曜日 10:45~12:00	サン・アリーナ (剣道場)	トレーニング室 利用90分券 (市民300円分)	サン・アリーナ 787-5111
お手軽筋力アップ教室 いきいきポイント1P	中高年の方を対象に、健康維持に不可欠な筋力の維持向上に焦点を当てた教室です。	トレーニング室 利用登録者 先着20名	毎週月・金曜日 15:00~15:30 毎週土曜日 10:00~10:30	サン・アリーナ (トレーニング室)	トレーニング室 利用1時間券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
すっきり柔軟体操教室 いきいきポイント1P	中高年で体力に自信がない人対象とし、身体の柔軟性の向上を目的とした教室です。疲労を取り除き、身体をすっきりさせましょう。	トレーニング室 利用登録者 先着20名	毎週火・金・日曜日 10:00~10:30	サン・アリーナ (トレーニング室)	トレーニング室 利用1時間券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
スローエアロビック教室(※) いきいきポイント3P	中高年の方を対象に、「ひらく」「ひねる」「のぼす」の3つの動きを基本に、リズムに合わせてゆっくり体を動かす教室です。一生自分の足で歩ける身体づくりをしましょう！	概ね65歳以上 先着50名 ※トレーニング室の利用登録不要	第2・4火曜日 13:30~14:30	サン・アリーナ (剣道場)	トレーニング室 利用1時間券 または スローエアロビック 教室券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
骨盤体操教室 いきいきポイント3P	骨盤のまわりの筋肉をほぐすことで、腰痛など様々な症状の緩和やダイエット効果も期待できる教室です。	トレーニング室 利用登録者 先着50名	毎週火曜日 15:00~16:15	サン・アリーナ (剣道場)	トレーニング室 利用90分券 (市民300円分)	サン・アリーナ 787-5111
フットサル教室(幼児)	雨を気にせず思いっきり練習しよう！サッカーがもっとうまくなるよ！	園児	毎週火・木曜日 16:00~16:50	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 4,700円/週1回 6,300円/週2回	サン・アリーナ 787-5111
フットサル教室(小学生)	雨を気にせず思いっきり練習しよう！サッカーがもっとうまくなるよ！	小学生	毎週火・木曜日 17:00~18:30	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 4,700円/週1回 6,300円/週2回	サン・アリーナ 787-5111
テニス教室	基本から楽しく学べる硬式テニスの教室です。	一般	毎週水曜日 10:00~12:00	舎人 スポーツパーク	入会金 2,500円 月会費 4,500円	舎人 スポーツパーク 728-7510
リズム体操教室 いきいきポイント1P	エアロピクスはきついです！という方におすすめ！音楽に合わせてリズムカルに身体を動かす教室です。	トレーニング室 利用登録者 ①先着50名 ②先着20名	①毎週水曜日 10:00~10:30 ②毎週木曜日 15:00~15:30	サン・アリーナ (①剣道場/②トレーニング室)	トレーニング室 利用1時間券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
ステップエクササイズ教室 いきいきポイント1P	筋力トレーニングやストレッチ、昇降運動など、身体への負担を少なくした様々な運動を取り入れた教室です。	トレーニング室 利用登録者 先着20名	毎週水・土曜日 15:00~15:30	サン・アリーナ (トレーニング室)	トレーニング室 利用1時間券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
バスケットボール教室	バスケットボールがもっとうまくなるよ！	小学生	毎週水曜日 17:00~19:00	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 3,700円	サン・アリーナ 787-5111
ボールエクササイズ教室 いきいきポイント1P	中高年の方を対象に、バランスボールなどを使って楽しく全身を鍛える教室です。	トレーニング室 利用登録者 先着20名	毎週木曜日 10:00~10:30 毎週日曜日 15:00~15:30	サン・アリーナ (トレーニング室)	トレーニング室 利用1時間券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
スポーツクラブ	スポーツが苦手な子にもお勧め！(器械体操・トランポリン・縄跳・ボールゲームなど学校体育全般)	小学生	毎週木曜日 17:00~18:30	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 4,700円	サン・アリーナ 787-5111

シルバー体操教室 いきいきポイント3P	ミニバレー等のニュースポーツや柔軟体操など、スポーツを通じて交流の輪を広げましょう！	中高年	毎週金曜日 14:00~15:30	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 1,500円	サン・アリーナ 787-5111
トランポリンクラブ	空中感覚楽しいよ！ 高く飛んでバランスを鍛えよう！	小学生~中学生	毎週金曜日 17:00~19:00	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 4,700円/週1回 6,700円/週2回	サン・アリーナ 787-5111
総合レクリエーションスポーツクラブ	バレーボール、バドミントン、フットサル、体操など色々な種目に挑戦。運動部に所属しない中学生にもおすすめです。	小学生~中学生	毎週金曜日 17:00~19:00	サン・アリーナ (メインアリーナ)	入会金 2,500円 月会費 4,700円	サン・アリーナ 787-5111
キックボックス いきいきポイント3P	音楽に合わせてキックやパンチなどの動作をしながら体幹を鍛え、気になる二の腕やお腹まわりをシェイプアップする格闘技系のフィットネス教室です。	トレーニング室 利用登録者 先着20名	毎週金曜日 19:30~20:00	サン・アリーナ (トレーニング室)	トレーニング室 利用1時間券 (市民200円分)	サン・アリーナ 787-5111
ヨガ教室 いきいきポイント3P	初心者でもストレッチヨガの心地良さが実感でき、心身ともに健康になれる教室です。	トレーニング室 利用登録者 ①先着50名 ②先着40名	①毎週水曜日 10:30~11:45 ②毎週金曜日 20:00~21:15	サン・アリーナ (①剣道場/②会議室)	トレーニング室 利用90分券 (市民300円分)	サン・アリーナ 787-5111

【まつり・催し物】



事業名	内容	対象	日時	会場	費用	問い合わせ先
なぞときラリーinおけがわ 2023 あきふゆ	家族で協力し、おけがわメインと周辺施設を巡りながら「あたらしいなぞ」に挑戦しよう！初級と中級のなぞときを御用意しています。	年中児~小学4年生とその保護者	12月2日(土) 12月3日(日) 10:30~15:30 ※14:00受付終了	おけがわメイン3階 OKEGAWA honプラ スイイベントスペース	無料	中央図書館 786-6353
おけがわ手づくりマーケット	ハンドメイドのクリエイターが大集合！	一般	12月3日(日) 2月4日(日) 10時~15時	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
各教室作品展示会	書道教室 生徒さんの作品展示です	一般	12月5日(火)~ 12月15日(金)	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
年末餅つき大会	年末恒例餅つき大会！体験された方にはお餅をプレゼントいたします。	一般(定員30名)	12月9日(土) 13:00~	べに花ふるさと館	1,000円	べに花ふるさと館 729-1611
津軽三味線演奏会	山中信人さんによる津軽三味線演奏会	一般	12月16日(土) 初回開場13時 2回開場16時	べに花ふるさと館	2,000円 コーヒー付き	べに花ふるさと館 729-1611
ミナツドクリスマス	「屋内」観覧無料のステージイベントやスペシャルおはなし会とぬいぐるみのおとまり会等 「屋外」テント村、キッチンカーの出店等	一般	12月23日(土) 10:00~15:00	坂田コミュニティセンター	無料	坂田コミュニティセンター 776-9106
年中行事	節分豆まき・放鷹術	一般	2月3日(土) 12時~	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611

【教養・その他】



事業名	内容	対象	日時	会場	費用	問い合わせ先
クリスマスに編みパン(ヴァーノチュカ)で食卓を華やかに！	チェコ共和国でクリスマススイブに翌年の幸せを願い食べる編みパン(ヴァーノチュカ)の作り方を学び、クリスマスにご自宅で作って食卓を彩りませんか。	市内在住・在勤者	12月10日(日) 9:30~13:00	桶川東公民館2階 調理室	1,000円 (材料費・保険代)	桶川東公民館 728-7622
【桶川公民館講座】 クリスマス・リースを手作りする会 ~多世代で一緒に過ごすのが、古くて新しく楽しい~	クリスマスキャンドルのテーブル・リースを作ります。	一般及び小学生以上 20人(先着順)	12月23日(土) 9:30~11:30	桶川公民館2階 大集会室	(材料費) Aタイプ 2,000円 又は、Bタイプ 800円 (保険代)@50円/人	桶川公民館 772-3888

女子栄養大学との連携事業「1日にどれくらい食べればいいのか? ~健康的に長生きするために。シニア世代の1日の食事を学ぶ～」	シニア世代がおいしく食べて健康寿命を延ばすために1日に必要な食事の量について、講義で学び、実際に1食分の食事をつくる調理実習を行います。特に「たんぱく質」について取り上げます。	全2回とも参加できる市内在住・在勤者で、シニア世代(おおむね60代以上)の人もしくはシニア世代の人の食事をつくっている人	第1回(講義) 12月14日(木) 10:00~11:30 第2回(調理実習) 12月21日(木) 10:00~12:30 (全2回)	桶川東公民館2階調理室	600円 (材料費・保険代)	桶川東公民館 728-7622
第50回 憲法・人権市民の集い	○小中学生による人権作文の朗読 ○三木大雲「怪談説法」講演	一般	12月16日(土) 13:30~15:30(予定)	桶川市民ホール	無料	自治振興課 人権・男女共同参画課 生涯学習・スポーツ推進課 786-3211
【桶川公民館講座】 アレンジしめ飾り講座	オリジナルしめ飾りで新年を	一般 12名(先着順)	12月17日(日) 午前10時~正午	桶川公民館 大集会室	1,500円 (材料費)	桶川公民館 772-3888
親子で体験 年越しそば打ち教室	美味しいそばを、親子で力を合わせて打ってみましょう。	小学1年生~中学3年生とその保護者	12月23日(土) 午前の部 9時~正午 午後の部 1時30分~4時30分	桶川東公民館2階調理室	1,000円 (材料費・保険代)	桶川東公民館 728-7622
素敵なお正月お花飾りつけ講座	正月のお花を飾りつけて制作	市内在住 または在勤	12月24日(日) 9:30~11:30	加納公民館	3,000円	加納公民館 728-1040
クラフト教室	ミニ門松を作ってみませんか!	小学生以上と保護者	12月23日(土) 10:00~12:00	べに花ふるさと館	受講料1,500円	べに花ふるさと館 729-1611
給食調理員さんに教わる「冬休み子ども料理教室」	みんなの学校で給食を作っている調理員さんと一緒に、学校給食の人気メニューを作って食べましょう!	小学生~中学生 先着20名	12月26日(水) 10:00~13:30	桶川東公民館 2階調理室	800円(材料費・保険代)	桶川市施設管理公社 (サン・アリーナ) 787-5111
年中行事	繭玉団子飾り	一般	1月5日(金)~ 1月8日(月)	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
年中行事	七草がゆの振る舞い	一般	1月7日(日) 11時~	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
七福神巡りin浅草	下町の史跡や旧跡に恵まれた浅草の七福神を巡る	市内在住・在勤の人で6km程度歩行可能な方	1月13日(土) 8:15~16:00(予定)	東京都墨田区・台東区 周辺	参加費100円(保険代) 交通費は自己負担	加納公民館 728-1040
年中行事	恵比寿講	一般	1月19日(金)~ 1月21日(日)	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
年中行事	桃の節句	一般	2月28日(水)~ 3月3日(日)	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
年中行事	草餅の振る舞い	一般	3月3日(日) 11時~	べに花ふるさと館	無料	べに花ふるさと館 729-1611
「探検!発見!雑木林!~ヤマで遊んでみよう~」	市内にある貴重な雑木林の中で、落ち葉かきや下草刈りなどの森づくり体験や竹を使った工作などを行うイベントです。	小学生以下の子どもと保護者	3月(日時未定)	川田谷こどもの森市民緑地	無料	環境対策推進課 788-4925



桶川市マスコットキャラクター
「オケちゃん」

※新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、事業の中止または延期、内容の変更が生じる場合がありますので、詳しくはお問い合わせ先にご連絡ください。