

スポーツ

市スポーツ協会主催

第4回市民レスリング大会

日時 12月15日(日) 受付 午前9時30分～

会場 カミケンシルクドーム サブアリーナ

対象 市民の部(市内在住・在勤・在学者など)、オープンの部(どなたでも)

種目 一般(フリースタイル)レスリング、キッズレスリング

競技方法 トーナメント戦、リーグ戦

費用 3000円

申込 11月29日(金)までに左記フォームへ



★市レスリング協会事務局・吉澤 ☎090・3214・1233・✉masa@mca.jp

本庄オートタム・ウォーク 2024 連携企画「秋のウォーキング教室③」

はにぼんチャレンジ対象事業

本庄ウォーキングマップNo.3 本庄総合公園ウォーキングコースを中心に約5kmを歩きます。

日時 11月24日(日) 午前8時50分～正午

※小雨決行。

集合場所 本庄総合公園第1駐車場

講師 市スポーツ推進委員

対象 市内在住・在勤・在学者 ※小学生は4年生以上で保護者同伴。

内容 ウォーキング及びインターバル速歩・スローピニングなど

定員 30名(先着順)

費用 無料

用意 歩きやすい服装・靴、飲み物

申込 11月8日(金)から電話または直接左記へ

☎25・1152

公民館

◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みは、原則として午前8時30分からです。

※費用のかかる講座のキャンセルは、費用を負担していた場合があります。

※参加の際は、事前の検温、飲み物の用意等をお願いします。

掲載の全公民館事業が「はにぼんチャレンジ対象事業」

本庄西公民館 ☎21-8786

◆誤嚥性肺炎予防に役立つカラオケ教室

楽しいカラオケでのどを鍛えませんか。

日時 11月26日(火)・12月3日(火) 全2回 午後1時30分～3時

講師 齊藤 美穂 先生

定員 10名(先着順)

費用 無料

用意 筆記用具

申込 11月8日(金)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

つまみ細工教室

つまみ細工で、年始を彩るきれいなお正月リース飾りを作ります。

日時 11月29日(金) 午前10時～正午

講師 おかりこ 先生

定員 5名(先着順)

費用 2000円

用意 ピンセット、はさみ、ボンド、ウエットティッシュ

※お持ちでない方は申込時に伝えてください。

申込 11月14日(木)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

間香体験教室

心静かに繊細な香木「伽羅(きゃら)、沈香(しんこう)の香りを楽しめます。

日時 11月28日(木) 午前10時～11時30分

講師 根岸 初枝 先生

定員 10名(先着順)

費用 1500円

用意 筆記用具

申込 11月11日(月)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

藤田公民館 ☎22-2332

◆ポインセチアの楽しみ方講座



クリスマスの定番ポインセチアの意外なリースや長く楽しむコツを聞き、ラッピングをして持ち帰ります。

日時 12月3日(火) 午後2時～3時30分

講師 大谷 美紗 先生(本庄農業女子)

定員 10名(先着順)

費用 1500円

用意 エプロン、手拭き用タオル、筆記用具、持ち帰り用の箱(袋)

申込 11月12日(火)午後1時30分から電話または直接公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)

本庄公民館 ☎24-7383

◆削り花作り教室



ニワトコ(神の木)を花の形に切り、神棚等に飾る装飾品「削り花」を作ります。

日時 12月20日(金) 午後1時30分～4時30分

講師 小林 清 先生

定員 15名(先着順)

※道具の都合で左利きの方は1名。

費用 500円

用意 手拭き用タオル

申込 11月11日(月)から電話または直接公民館へ(土・日・休日は連絡不可)

本庄東公民館 ☎22-3404

◆水引お正月飾りアレンジ教室



現代的でおしゃれな水引テープのお正月飾りで年末年始を華やかに過ごしませんか。

日時 12月5日(木) 午後2時～4時

講師 眞田 明子 先生

定員 9名(先着順)

費用 2800円

用意 ワイヤヤーの切れるはさみ、ペンチ(ニッパー)、ピンセット

申込 11月8日(金)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

仁手公民館 ☎22-3538

◆楽しいパソコン教室

ワードを使って年賀状やカレンダーを作ります。

日時 11月18日から12月16日までの毎週月曜日 全5回 午前9時30分～正午

講師 南 徳美 先生

定員 12名(先着順)

費用 2000円

用意 パソコン(お持ちの方)、USBメモリー、筆記用具

申込 11月8日(金)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

旭公民館 ☎22-5940

◆懐かしの昭和ポップコンサート

1960～1970年代を中心とする昭和ポップスを、プロのボーカルと演奏で楽し

公民館クラブ活動発表会

※はにぼんチャレンジ対象外です。

各公民館で活動する皆さんが、日頃の成果を発表します。ぜひ、ご来館ください。

※事前申込不要。直接各公民館へ。

共和公民館 (☎72-0337)

日時 11月10日(日) 午前9時～午後4時

本庄東公民館 (☎22-3404)

日時 11月16日(土)・17日(日) 午前9時～午後4時(17日は午後3時まで)

※展示発表のみ。

旭公民館 (☎22-5940)

日時 11月23日(土)・24日(日) 午前9時～午後4時(24日は午後3時まで)

令和7年度入学看護学生募集!

授業料減免制度あります

本庄児玉看護専門学校

上里町嘉美 1600-51 TEL: 0495-35-2077

脇島正法律事務所

埼玉弁護士会所属 弁護士 脇島 正

収入のない方も安心してご相談ください
法テラス制度を利用することで負担なく弁護士に依頼できます

初回相談料無料

予約制 受付時間: 平日9:30～18:00
TEL 0495-71-6520
〒367-0030 本庄市早稲田の杜4-1-8
http://wakishima-law.jp/ webからも予約できます

夜間・土日 応相談

全車1年保証付・距離無制限

県内の中古車検査はコチラ

中古車 展示最大 60台

埼玉ダイハツ本庄店
☎0495(21)1531
本庄市日の出4-6-12

国産17号扱い、旧ヤマダ電機さんとなり。

不要なパソコン廃棄が心配な方へ

大事なデータは物理的に破壊するため安心!

ご自宅へ訪問 回収料金 0円

電話1本でお伺い 面倒な手続さや梱包は不要 0円

ちょっと自宅は... という方は、持ち込みもOK! 駐車場完備

※有償にて消去証明書も発行しております。※ブラウン管のモニタは回収しません。

TEL 0495-27-2277(代) 創業7年目のライブネットにお任せ下さい

小田切(090-3520-4265) ライブネット株式会社
本庄市見福2-8-11 駅南る～ばんさん前 営業時間 09:00～18:00