



まちなか交流広場 かわら版

2025年7月号

まちなか交流広場 利用者協議会 発行
 (〒360-0042 熊谷市本町1丁目247)
 事務局：熊谷市商業観光課 TEL048-524-1111

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
		うたごえ広場	健康マージャン			ランチタイム バイオリンコンサート
7	8	9	10	11	12	13
布あそび	健康マージャン	NPOふれあいサ ポート・ミニ講座	健康マージャン			
14	15	16	17	18	19	20
健康マージャン		折り紙	健康マージャン	うちわ祭鎌倉区会所(準備と本番)		
21	22	23	24	25	26	27
うちわ祭鎌倉区会所(本番と片付け)			健康マージャン		花活	
28	29	30	31			
健康マージャン	セルフケア	花活	健康マージャン			

1/3・8・10・14・17・24・
28・31(10時～15時)

「健康マージャン」

脳の活性化を図り、高齢者の健康増進に大いに役立っています。初めての方には「熊谷健康いきいきサポーター」が親切丁寧にお教えします。コロナ対策で、4卓だけの設置です。大人数でのご利用はできませんので、お気を付けください。
 問合せ：048-588-4235 (高野)

7/9(10時～12時)

「ミニ講座：スマホ喫茶 & 写真撮影会」

今月のミニ講座は「スマホ喫茶」とプロの写真家による「写真撮影会」です。スマホの操作で分からない事や、便利な機能についてレクチャー後、参加者の皆さんの顔写真を素敵に撮っていただきます。是非ご参加下さい。

参加費無料

主催：NPO 法人ふれあいサポーター
 問合せ：048-527-3333 (奥濱)

7/7(10時～15時)

「布あそび ゆう」

布小物を作りましょう。

7/2(13時30分～15時)

「うたごえ広場」

まちなか交流広場に「うたごえ広場」が帰ってきました。講師はおなじみのありえる先生。ありえる先生が季節に合わせて選んでくださった歌を歌います。先生が選んだ曲のプリントをお貸します。手ぶらで来てください。お友達も是非お誘いください。

参加費：300円

問合せ：090-2627-0727 (大久保)

7/29(13時～15時)

「セルフケア教室」

まちなか交流広場に新しい講座が始まりました。「セルフケア教室」です。関節トレーニングインストラクターがお教えます。詳しくは裏面

セルフケアで自由に動ける幸せを手にする会

代表 高柳 昭一

問合せ：090-1998-7023

tarohachiwawa@gmail.com

7/16(13時～15時)

「折り紙教室」

折り紙教室は13時からの開催です。今月の折り紙は「カエル」「猫のお菓子入れ」です。
 参加費無料

7/6(12時10分～12時50分)

「ランチタイムバイオリンコンサート」

大好評のバイオリンコンサートです。お気軽にお越しください。試奏もできます。参加費無料
 問合せ：048-524-7580(梶川)

7/26・30(13時～15時)

「花活*とうろう作り」

5月のワークショップで作った押し花をとうろうに貼り付けます。8月のとうろう流しの日が楽しみです。

問合せ：hanakatsu.hosikawa@gmail.com

7/20～7/22(終日)

うちわ祭：鎌倉町区会所

7月のうちわ祭の時期、まちなか交流広場は鎌倉町区会所となります。7月6日からはお囃子の練習も始まります。お祭にお越しになった時には、気楽に寄ってください。勿論、トイレの使用もOKです。



まちなか交流広場ニュース

近所情報

まちなか交流広場新講座 関節トレーニング 「セルフケア教室」

6月からまちなか交流広場で関節トレーニング「セルフケア教室」が始まりました。

皆さんは、ずっと座っていたり、寝ていたりした後、すぐに真っすぐ立ち上がって、さっさと歩き始める事が出来ますか？何となく身体が痛かったりという事はありませんか？背筋をしっかりと伸ばして座れますか？

そんな方はお任せください。この講座で、「自分で改善」していく方法を学びます。関節の痛みは**筋肉の衰え**かも。無理をせず、筋肉の衰えや、バランスを改善するのが、セルフケアです。もちろん、改善に時間のかかる不調もあるそうですが、そこは続けることが大事。

新しい講座ですから、初めての方も大丈夫。皆でこの講座を盛り上げて、皆で健康寿命を伸ばしていきましょう。

主催：セルフケアで自由に動ける幸せを手にする会

代表：高柳昭一

問合せ：090-1998-7032 (高柳)



さいたまセレモニーホール熊谷 夏の感謝祭プレリニューアルオープン 7月27日(日) 9時~13時

まちなか交流広場でミニ講座を開催している「NPOふれあいサポーター」の所属している「さいたまセレモニーホール 熊谷」がリニューアルオープンします。それに先がけて、プレリニューアルオープンとして、夏の感謝祭が開催されます。

何と!!「お米5K」が当たる大抽選会があります。他、まちなか交流広場でも行われている、記念写真撮影会もメイクつき♪で無料。グランドゴルフ体験会、フォークダンス、リフレッシュヨガも体験できます。介護施設入居相談会・終活・婚活相談会もあります。

生花、お茶、キムチ、自家焙煎珈琲、ハンドメイドショップも出店。

楽しい催しがいっぱい夏の感謝祭に是非足をお運びください。

問合せ：048-527-3333 (サンメンバーズ(株))



～まちなか交流広場って?～

地元商店街の活性化を目的に、熊谷市のバックアップを受け、2008年11月にオープン! 毎日様々な団体が入れ替わり立ち替わりイベントを開催し、皆さまのお越しをお待ちしています。気軽に参加できるのも嬉しいところです。是非お越しください。コロナ禍で利用団体が減少しました。ただいま利用団体者様募集中。利用料1回300円です。トイレットペーパーなど消耗品購入などの代金にあてます。

～アクセス方法～

- ①JR熊谷駅から徒歩15分
- ②熊谷駅からバス→「熊谷寺前」または「上熊谷駅入口」下車、徒歩5分
- ③熊谷駅南口より、ゆうゆうバス「直実号」乗車6分「星溪園東」下車
- ④秩父鉄道・上熊谷駅下車、徒歩3分
- ⑤市営本町駐車場(1日400円、入庫後1時間無料)をご利用下さい。

