

ある鴻^{こう}・けん幸^{こう}・気分彩鴻^{サイコー}！ 健幸フオーローアップ教室

問い合わせ／スポーツ課すこやか運動応援担当（内線3382・3383）

最新の研究を取り入れた独自のエクササイズで、足裏からしっかりほぐし、正しい呼吸法や歩き方を学びます。

とき（1回のみ参加可）	ところ
1月8日・2月5日・3月4日(水)	総合体育館
1月22日・2月19日・3月11日(水)	コスモスアリーナ ふきあげ

時間・対象／市内在住の30～79歳で主治医からの運動制限がない方

①70～79歳 = 9時30分～10時30分

②30～69歳 = 11時～12時

費用／無料

持ち物／運動のできる服装・室内用運動靴・飲み物

申込み／不要



初めて参加する方は、健康状態の確認があるので、開始15分前までに来てね



人権を守る市民のつどい

とき／1月19日(日) 13時30分～15時30分
(受付 = 13時～)

ところ／クレアこうのす小ホール

定員／230人（先着順）

内容／サヘル・ローズさん（タレント）による講演「出会いこそ、生きる力」、

中学生人権作文の発表 等

※手話通訳あり

費用／無料

申込／不要

問い合わせ／やさしさ支援課

(内線3421)



第12回市民文化講演会

とき／1月16日(木) 13時30分～15時30分
(受付 = 13時～)

ところ／クレアこうのす小ホール

対象／市内在住・在勤の方

定員／300人（先着順）

内容／渡邊 峰雄さん（日本薬科大学教授）による講演「それって、本当？偽科学におどらされない視点を育てる」等

費用／無料

申込／不要

問い合わせ／生涯学習課

(内線3340)

市内3駅でイルミネーションを点灯



鴻巣市コミュニティ協議会では、コミュニティづくりの普及啓発と活動推進のため、イルミネーション設置団体を支援しています。

点灯期間

鴻巣駅東口・エルミパーク = 1月18日(土)まで

北鴻巣駅東口 = 1月25日(土)まで

吹上駅北口・南口 = 1月20日(月)まで

問い合わせ／鴻巣市コミュニティ協議会事務局（自治振興課内・内線3111）



北鴻巣駅



エルミパーク

