

かるぽーと

09
2025

鷹野文化センター主催
公演内容詳細は P.3 にて



真打二人による特別公演
第二十回ワンコイソ寄席

春風亭一蔵



今秋真打昇進

吉原馬雀

いまいちど。和の文化・スポーツはいかがでしょう。

ミニ盆栽展示会
【東和東地区文化センター】

→ P.4

アート書道教室
【東和東地区文化センター】

→ P.4

おとなの書道教室
【彦成地区文化センター】

→ P.5

初めての水引アート
【彦成地区文化センター】

→ P.5

雅楽を聴いてみよう！
【高州地区文化センター】

→ P.6

合気道体験教室
【総合体育館】

→ P.8

受付時間 10:00~17:00
TEL: 048-956-9010

楽しいイベント盛りだくさん。
手を取り行こう！
地域のオアシスたかぶんへ！



《ホールイベントについてのお知らせ》

- 詳細は、公式HPをご覧ください。
- 全公演自由席で、定員は298席です。
- 駐車場は92台分ご用意しております。
- チケットは当日までお取り置きが可能です
※一部例外もございます

ホームページ



かんたん WEB申込み

こちから申込みページへ



こちから
申込みページへ



9/28
日曜日

小林史明 ピアノリサイタル

開演 14:00 (13:30 開場)

料金 1,000円 好評発売中！

■小学生以下500円 ■4歳以上入場可

三郷市出身のピアニスト小林史明によるリサイタル。大作作曲家の情熱あふれる作品の数々をお楽しみください。新進作曲家、村本晋也の作品にも注目。ゲストにユーフォニアムの向田鈴さんをお迎えします。

■演奏予定曲 (変更となる場合があります)
J.S. バッハ: トッカータ 木短調 BWV 914
ベートーヴェン: ピアノソナタ第14番「月光」
村本晋也: 幻想曲「さすらい人の軌跡」
シューベルト: さすらい人幻想曲 D 760



10/12
日曜日

0歳から入場OK!! ピアニスト 栗山梢とファミリーソングシンガー 山野さと子のファミリーコンサート

開演 14:00 (13:30 開場)

料金 1,000円 好評発売中！

■0歳から入場可 ■小学生以下入場無料

「ドラえもん」主題歌でお馴染みのファミリーソングシンガー山野さと子と、実力派ピアニスト栗山梢が贈る、子どもから大人まで家族で楽しめるファミリーコンサート。1部は朗読と音楽、2部はお馴染みのあの曲から心温まる名曲まで、笑顔になれる音楽のひとときを一緒に過ごしましょう！

童謡メドレー / ドラえもんのうた
世界中のこどもたちが / ディズニーメドレー



山野さと子

栗山梢

久住昌之 &

The Screen Tones 2025

孤独のグルメコンサート in 三郷

10/18 土曜日

開場 / 13:30 開演 / 14:00

要予約 自由席 2,000円 小学生以上有料 (未就学児童は保護者の膝上鑑賞無料)

好評発売中！

オリジナルグッズや
限定グッズの販売も
実施します！

昨年に続き今年も「孤独のグルメ」原作者、久住昌之氏の率いる音楽制作チームが鷹野文化センターに登場！ドラマでお馴染みの音楽で食欲の秋、音楽の秋を一緒に楽しみましょう！



【出演】The Screen Tones

久住昌之 (Vo,G)、
フクムラサトシ (Sax)、河野文彦 (Gt)
shake (key)、栗木健 (Ds)

【ゲスト】ルアナ

廣橋弥恵 (Vo)、三井貞穂 (Cl)
三井真菜 (Pf)



10/25・26
土曜日 日曜日

第58回 三郷市民文化祭

入場 無料 25日 (9:30~16:00)
26日 (10:00~16:00)

内容 民謡 / 詩吟 / 舞踊
アンサンブル演奏 / 作品展示など

※本年はパレードはございません。



↑詳細は
こちらから



自主公演のチケットが「安い」5つの理由！

プロモーターを
介さず、企画・運営
をおこなう

音響・照明などの
舞台操作を鷹野職員
でおこなう

チラシやポスターの
デザインを業者に
頼まず自主制作

当館の機材のみを使用するの
でレンタル費がかからない

チケットの作成や販売を当館
でおこなっている

11/9
日曜日

Tokyo Django Collective

午後のJAZZコンサート

～弦楽器の奏でる名曲の調べ～

開演 15:00 (14:30 開場)

料金 1,000円 好評発売中！

■4歳以上入場可

バリ発祥のジャズ「マヌーシュ・ジャズ」を奏でる弦楽器トリオが、秋の終わりの午後にお届けするJAZZコンサート。弦楽器のアンサンブルで奏でる、珠玉の名曲の調べをお楽しみください。

【演奏曲目】

枯葉 / マイナー・スイング / オリビアを聴きながら / 異邦人 / Isn't she lovely



11/2
日曜日

三郷市若手音楽家応援事業 Vol. 37

ルアナ 5th Concert

～たくさんの感謝を込めて～

開演 14:00 (13:30 開場)

料金 1,000円 好評発売中！

■小学生以下500円 ■未就学児童膝上無料

ルアナを結成して今年で5年目になります。今回の1部は、これまでのルアナを詰め込んだ、ルアナでしか見れない贅沢なプログラムになっています。2部でも、いろいろなジャンルの曲をお届けします！たくさんの感謝を込めて…♡

〈演奏予定曲〉

Let it go / 美女と野獣
ハワイアンメドレー / ジャズメドレー ほか



EX3
バスケット日本代表
斉藤洋介
選手

3x3元日本代表が教える
バスケットトレーニング！

Rimtown三郷校

スクール生募集中！

『東京校』は満員御礼！

提供 ドリブル × シュート × 裏拍子スキル
内容 斉藤洋介によるバスケットボールスクール
現役3x3プロ選手・元Bリーグ所属
週1回なのでチーム練習と併用可能
初心者～上級者まで幅広くサポート

日時 2024年4月～【毎週木曜日】※2年生以下は要相談
・1部: 18:00～19:15 小学3～6年生
・2部: 19:30～20:45 小学4年生～中学生

会費 入会金: 5,500円(税込) 月会費: 7,700円(税込)
※入会キャンペーン実施中



11/15
土曜日

第20回 ワンコイン寄席 ～真打二人による特別公演～

春風亭一蔵・吉原馬雀



開演 14:00 (13:30 開場)

料金 1,000 円 好評発売中!

■特別公演記念価格 ■小学生以上入場可

春風亭一蔵さんと吉原馬雀さん、真打のおふたりが登場する落語会!
ワンコイン寄席もついに 20 回目。今回はちょっと豪華に、おトクにお届けします♪
落語が初めての方も大歓迎。土曜の午後、ふらっと気軽に笑いに来てみませんか?

協賛: 有限会社サガビルサービス
進生クリーン興業株式会社



春風亭一蔵

生年月日 / 1981 年 7 月 13 日
出身地 / 東京都
出囃子 / 双面 紋 / 中蔭光琳 蔭



吉原 馬雀

生年月日 / 1982 年 7 月 22 日
出身地 / 宮崎県
出囃子 / コロチカ 紋 / 裏梅

12/14
日曜日

第 15 回

チャイルドチャレンジ (エアロビック大会) 2025

時間 10:00～16:00 料金 無料

申込 Tel. 090-4220-8830 (11/20 締切)
(チャイルドチャレンジ事務局 担当: 関口)

■小学生以下 ■共催: 三郷市スポーツ少年団
エアロビック・チャダンス・体操などの演技発表とフライト競技をお楽しみください。エアロビック体験あり。



12/21
日曜日

三郷市若手音楽家応援事業 Vol. 38

清水弘治 ピアノリサイタル2025 名曲コンサート〈夜と幻想〉



開演 14:00 (13:30 開場)

料金 1,000 円 好評発売中!

■4歳以上入場可 ■小学生以下 500 円

三郷市出身のピアニスト、清水弘治によるソロピアノコンサート。今年は【夜と幻想】というテーマで、作曲家たちの創意工夫溢れる様々な楽曲たちを披露します。ピアノの枠を超えた響きの世界をぜひ体験してください。チケットはお早めに!

〈演奏予定曲〉

ベートーヴェン: ピアノソナタ第 14 番「月光」
ショパン: 幻想ポロネーズ
ショパン: 夜想曲第 2 番
ラフマニノフ: 幻想小品集より前奏曲「鐘」他

12/21
日曜日

冬休み 子育てパンづくり

時間 13:30～16:00

参加費 1,500 円 受付中

■小学生 ■先着 12 名
■持ち物: エスロン・三角巾

雪だるまパンとフルーツマフィンを作ろう!



毎週
水曜日

ワンコインヨガ ～ヨガをするなら鷹野へ～

時間 10:30～11:30

参加費 500 円 / 回

■中学生以上 ■先着 20 名
■持ち物: ヨガマット ■祝日除く

心身ともに健康に! ヨガを鷹野文化センターで始めてみませんか。



エアロ&ダンス&体づくり

無料体験受付中!

スポーツ教室

「楽しいから動きたい」をモットーに
リズムステップ・体操・筋トレ・ストレッチ
で運動能力 UP とケガ予防!

開催日 毎週金曜日

参加費 月謝 3,500 円
入会金 1,300 円

対象 小学生

持ち物 室内用運動シューズ

指導 三郷市エアロビック連盟 関口



お申込みは
こちらから



エアロ&ダンス

18:30～19:30

音楽に合わせて楽しみながら体を動かすクラス

体づくり

19:45～20:45

競技スポーツに取り組む
子ども達の基礎体力
向上を目指すクラス



ベネッセの英語教室

ピーススタジオ BE studio

幼児～小学生までの日本人講師による英会話教室です。
「英語って楽しい! 大好き!」という気持ちを育みます。

<募集要項> ※価格は全て税込 (10%)

場所 鷹野文化センター

料金 年少～小1 7,992 円
小2～小6 5,132 円

年少～年長 17,506 円
小1 19,888 円
小2～小6 5,170 円 / 3,300 円

月・水曜日 15:30～16:20 低・中学年 16:25～17:25 高学年 17:30～18:30

右のお問合せコードからお申し込み後、
担当者より折り返しご連絡いたします。

(☎ K101011、☎ 鷹野文化センター) 3 営業日ほど頂きます



音楽家として誰しもが思う

「ステージに立って表現したい」「観衆を前に演奏、歌いたい」
「しかし、実現するにはどうアプローチしていいかわからない」

音楽家の不安を私たちが全力でサポート

1. 三郷市内で行われるホール公演やイベントへ出演
2. 費用リスクなし(登録料なし / 公演準備費用なし等)
3. チラシ作成や配布など広報活動をサポート・・・etc.



詳細はQRより

三郷市にゆかりのある音楽家を発掘・そして全力で応援する未来型事業

三郷市若手音楽家募集



※休館日が国民の祝日にあたる場合は開館いたします。また、休館日以外にも年末年始休み(12月28日～1月4日/陸上競技場公園は12月29日～1月3日)と施設点検のための臨時休館及び開館時間を短縮する場合があります。

コミュニティセンター



〒341-0044 三郷市戸ヶ崎2-654

☎ 048-955-7201

休館日:なし



ホームページは
こちらから



要申込 16歳以上の女性
R8.3/16日(月)まで

①9:30～10:30 ②11:00～12:00
骨盤調整エクササイズ

身体のゆがみを調整して、すっきりボディを手に入れよう!
※お子様連れでの参加はできません。

- 定員/各40名
- 参加費/500円/回(当日払い)
- 持ち物/ヨガマット又は厚めのバスタオル、足の長さ2倍くらいの紐(着物の腰紐など)、飲み物、汗拭きタオル
- 申込み/電話又は直接(定員まで通年)
- 講師/RUMIKO



どなたでも
10/11・12(土・日)

9:00～16:00 ※12日は14:00まで
秋の山野草展示会

出品点数約100点。山野草、古典植物、盆栽などの展示と相談会を行います。

- 申込み/当日、直接会場へ
- 協力/三郷山草会



要申込 小学生～一般
11/14(金)

9:45～12:30
パステルアート体験教室

優しいパステルの色で暖かなクリスマスツリーを描きます。

- 定員/10名(申し込み順)
- 参加費/1,000円
- 持ち物/汚れてもよい服装・手拭き用のタオル
- 申込み/9月26日(金)午前10時から電話又は直接
- 講師/大山 裕子

どなたでも

11/15(土)

開場10:45
開演11:00

日本一の読書のまち三郷推進事業
観劇会「三枚のお札」

人が人形を操る不思議なおもしろさをお楽しみください。子供だけでなく、大人の心の中にも夢や楽しさをお伝えします。

- 定員/100名(自由席)
- 申込み/当日、直接会場へ(先着順)
- 協力/人形劇団「ぶんぶんみつばち」



要申込 50歳以上のかた
11/20・27(木・土)

10:00～12:00
フラダンス体験

気軽にできるフラダンスの体験会です。フラに興味があるかた、無理なく健康のために体を動かしたいかた、癒しのハワイアンソングに合わせて、心と身体をリフレッシュしませんか。

- 定員/10名(申し込み順)
- 持ち物/動きやすい服装、汚れてもよい靴下、タオル、飲み物
- 申込み/10月19日(日)午前10時から電話又は直接
- 協力/フラサークルナル

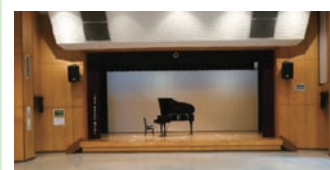


どなたでも
12/6・7(土・日)

9:00～16:00 ※7日は14:00まで
フウランの銘品展

フウランの斑模様や葉芸をお楽しみください。相談会も行います。

- 申込み/当日、直接会場へ
- 協力/野生らんの会



要申込 三郷市在住・在勤・在学のかた
12/20～R8.1/10(土・日)

①9:15～ ②10:45～
③13:30～ ④15:00～
冬休み ホールのピアノを弾いてみよう

グランドピアノ(YAMAHA G3E)を75分単位で貸し出します。(空き時間のみ)
持込み楽器との合奏練習もできます。
※営利目的や団体での利用は不可
※中学生以下は保護者同伴

- 費用/75分1,000円
- 申込み/利用日の前週の同曜日から前日までに電話
- ※受付時間10:00～16:00

どなたでも
12/7(日)

開場13:30
開演14:00
クリスマス
ジャズコンサート2025

2012年から始まったこのコンサート。年末の恒例イベントとして定着し、お陰様で今回12回目のコンサート開催となります。

- 1部: ジャズ音楽の世界
- ・セプテンバー
- ・スキヤキ(上を向いて歩こう)
- ・ジャズ イン ザ ワールド 他
- 2部: 昭和歌謡の世界
- ・時の流れに身をまかせ
- ・石川さゆりヒット曲メドレー
- ・服部良一不滅のヒット曲メドレー 他

- 定員/100名(自由席)
- 申込み/当日、直接会場へ(先着順)
- ※駐車場に限りがありますので、乗り合います。または公共交通機関でお越しください。
- 演奏/THE BIGBAND PARADISE ♪



東和東地区文化センター



〒341-0034 三郷市新和3-261-2

☎ 048-953-0211

休館日:毎週月曜日



ホームページは
こちらから



要申込 16歳未満の方保護者同伴
10/11(土) 13:30～15:30
スポーツ吹矢体験

胸式・腹式呼吸を行い、思い切りのめがけて矢を吹き、健康維持増進、ストレス解消に!

- 定員/10名(申し込み順)
- 持ち物/動きやすい服装
- 申込み/現在受付中 電話または直接
- 協力/(一社)日本スポーツウエルネス 吹矢協会 健友三郷支部

要申込 16歳以上の女性

10/23・30(木・日)

10:00～11:30

フラダンス体験

初初心者大歓迎/
30-60代の女性活躍中/
心も体も華やかなりしフラダンスで、新しい自分を♪

- 定員/各日20名程度
- 持ち物/動きやすい服装、タオル、飲み物など
- 申込み/9月23日(火)午前10時から電話または直接のほかWEBの専用申込ページから(QRコードから)
- 協力/フラサークル マエマエ



どなたでも
10/25・26(土・日)

9:00～16:00 ※最終日は14:00まで
ミニ盆栽展示会

秋の紅葉や、色々な実物を展示しています。※盆栽の栽培相談会もおこないます。

- 申込み/当日、時間までに直接
- 協力/ミニ盆栽サークル



要申込 16歳以上のかた
11/28、12/26、1/23(金・土・日)

10:30～12:00
アート書道教室

温かい雰囲気が出る筆文字アート。初めての方でも、楽しく作品が作れます。単発のワークショップ形式だから、1回だけの参加も可♪

- 定員/15名(申し込み順)
- 参加費/各回1,000円(税込)
- 持ち物/ペンてる筆ペン(顔料インキ・中字)、持ち帰り用袋、筆記用具
- 申込み/10月1日(水)午前10時から電話又は直接
- 講師/荒木 千尋



要申込 三郷市在住・在勤・在学のかた
11/30(日) 9:30～12:30
第4回ボッチャオープン大会

1チーム3名によるチーム戦で、各ブロックごとに競います。初心者でもOK!!
みんなでボッチャを楽しみましょう!

- 定員/72名(24チーム)申込み順※チーム(3人1組)または、個人での申込みも可
- 参加費/1人につき500円(当日)※高校生半額・中学生以下無料
- 持ち物/運動のできる服装、室内用シューズ、●申込み/10月1日(水)午前10時から11月5日(水)午後5時まで電話または直接
- 共催/三郷市ボッチャ愛好会



東和 10/25(土) 10:00~11:30
パンづくり教室

小麦粉をこねて、フライパンで焼くだけの簡単・パン作り。外はカリカリ、中はチョコとあんこのモチっとしたおいしいパンをつくろう。

- 定員/10名(申し込み順)
- 参加費/200円
- 持ち物/エプロン
- 申込み/9月27日(土)午前10時から電話または直接



東和 11/22(土) 10:00~11:00
みんな☆おいでよ

みんなで簡単なおやつ作りをしよう！
 工作も体験できます。

- 定員/8組(申し込み順)
- 持ち物/エプロン、三角巾
- 申込み/10月4日(土)午前10時から電話または直接
- 協力/東和東第一地区民生委員・児童委員協議会



東和 11/24(月・祝) 10:00~12:00
はにわ作り

陶芸ねんどをこねて踊るハニワを作ろう。
 1ヶ月ほど乾燥させた後、窯で焼きあげます。
 できあがりは翌年1月の予定です。

- 定員/8名(申し込み順)
- 参加費/300円
- 持ち物/汚れてもよい服装
- 申込み/9月27日(土)午前10時から電話または直接

食物アレルギーを お持ちのお客様へ

各料理教室では、調理過程で下記の特定原材料7品目を含め、他アレルギー食材と同一の調味料や油等を使用する可能性があります。事前に対象施設へ使用食材の確認をお願いします。

アレルギー特定原材料7品目
卵、小麦、えび、乳、かに、そば、落花生

特定原材料以外でもアレルギーが発症する可能性がありますので、特にお子様の参加については、十分お気を付けください。

彦成地区文化センター



〒341-0052 三郷市彦野1-161
 ☎ 048-958-3113
 休館日：毎週月曜日



ホームページは
こちらから



彦成 10/3・17(金) 13:30~15:30
おとなの書道教室

楽しく笑いながら、一本の線から学んでみませんか？
 墨の香りに癒され、日常を忘れて、字も心もキレイになる癒しのひとときを体験しましょう。

- 定員/10名(申し込み順)
- 持ち物/書道道具
- 申込み/9月20日(土)午前10時から電話または直接
- 協力/笑寿書道会



彦成 10/24・31(金) 10:00~11:30
フラダンス体験

気軽に参加できるフラダンスの体験会です。
 フラに興味があるかた、無理なく健康のために体を動かしたいかた、癒しのハワイアンソングに合わせて、心と体をリフレッシュしませんか？

- 定員/10名(申し込み順)
- 持ち物/運動のできる服装、汚れてもいい靴下、タオル、飲み物
- 申込み/9月20日(土)午前10時から電話または直接
- 協力/フラサークルAloalo



彦成 10/25(土) 14:00~15:30
ぬり絵で学ぶ色鉛筆アート講座 ~秋~

あらかじめ塗分けのための線画がついている「ぬり絵」を使って、先生の指導に沿って塗っていくだけ！初心者のかたでも安心して、楽しく色鉛筆アートを学びましょう。

- 定員/12名(申し込み順)
- 参加費/800円
- 持ち物/色鉛筆(12色以上)
- 申込み/9月20日(土)午前10時から電話または直接
- 講師/林 渚



彦成 11/13(木) 9:30~11:30
初めての水引アート

ご祝儀袋の飾り紐として使われてきた水引をアレンジしたハンドメイド作品の初心者向け講座です。心を込めて「結ぶ」、あなただけの特別な作品を作りましょう。

- 定員/10名(申し込み順)
- 参加費/500円
- 持ち物/ラジオペンチ、ハサミ、定規(20cm程度)、木工用ボンド
- 申込み/10月11日(土)午前10時から電話または直接
- 協力/美の会



彦成 12/13(土) 10:00~12:00
X'masヴィーガンレシピ

近年、世界中で生活スタイルに対する注目や関心が高まっているヴィーガン(完全菜食主義)料理を、クリスマスに向けて3品作ります。
 ●パプリカのマリネ ●野菜のクリーム煮 ●ワインゼリー
 ※メニューは状況より変更になる場合がございます。

- 定員/12名(申し込み順)
- 参加費/1,500円
- 持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り容器
- 申込み/11月15日(土)午前10時から電話または直接
- 講師/刑部 保美



彦成 11/1(土) 10:00~12:00
子どもスポーツゲーム大会

集まれ、スポーツ自慢！
 様々な種目をこなして、優勝をゲットしよう！
 景品、参加賞もあるよ！
 ※種目：ストラックアウト・射的など

- 定員/16名(申し込み順)
- 持ち物/汗拭き用タオル、水分補給用ドリンク、動きやすい服装
- 申込み/9月21日(日)午前10時から電話または直接



彦成 11/22(土) 10:00~12:00
指編みマフラー

ふわふわの毛糸を使って、指だけで編む自分だけのオリジナルのマフラーを作ろう！

- 定員/8名(申し込み順)
- 参加費/300円
- 持ち物/持ち帰り用袋
- 申込み/9月21日(日)午前10時から電話または直接



彦成 12/13(土) 10:00~12:00
ちびっこeスポーツ大会

初めて出会うライバルとバトル！いつもは友達と遊ぶ楽しいゲームも、この日だけは手に汗握る熱い試合に！ゲーム友達が欲しい子も大歓迎！新しい仲間に出会に行こう！

- 定員/16名(申し込み順)
- 申込み/9月21日(日)午前10時から電話または直接



彦成 12/20(土) 10:00~12:00
クリスマスキッシュを作ろう

ギョウザの皮を使った手作りキッシュにミニトマトのサンタさん、マッシュポテトのツリーと一緒にクリスマスを楽しく過ごそう！！

- 定員/8名(申し込み順)
- 参加費/400円
- 持ち物/三角巾、エプロン、手拭き用タオル、台拭き用ふきん、持ち帰り用容器
- 申込み/9月21日(日)午前10時から電話または直接



彦成 12/20(土) 開場 13:15 開演 13:30 終演 14:10

つくばエキスポセンターによる
移動プラネタリウム

つくばエキスポセンターから「移動プラネタリウム」がやってきます。
 季節の星空の解説を聞きながら、みんなで満天の星空を眺めましょう。

- 定員/100名(申し込み順)
- 参加費/250円
- 持ち物/必要な方は座布団などをお持ちください
- 申込み/9月21日(日)午前10時から電話または直接
- 講師/つくばエキスポセンター
- 写真提供：(公財)つくば科学万博記念財団



高州地区体育館



〒341-0037 三郷市高州3-29
☎ 048-956-7871
休館日：毎週月曜日



ホームページは
こちらから

高州地区文化センター



高体 12/14 日 Kids
10:00～16:00
冬の子ども無料開放

お友達や家族で卓球、バドミントンを楽しもう。
※30分単位

- 持ち物/室内用シューズ
- 申込み/当日、直接会場へ

高州地区文化センター



〒341-0037 三郷市高州3-60-1
☎ 048-955-6600
休館日：毎週月曜日





ホームページ インスタグラム LINE

高州 10/2～12/18 木 (全6回) 13:30～15:00

健康寿命と認知症予防運動

レクリエーションを交えた運動と笑いで、健康寿命を延ばしましょう。認知症予防として効果があります。

- 定員/30名(申し込み順)
- 参加費/2,000円
- 持ち物/運動のできる服装・汗拭きタオル・飲み物・室内用シューズ・靴入れ袋
- 申込み/9月25日(木)午前10時から電話または直接
- 講師/勝呂 陽子

高州 10/5 日 Kids 10:30～12:00

みたらし団子を作ろう

みんな大好き、みたらし団子を作ろう!

- 定員/8名(申し込み順)
- 参加費/200円
- 持ち物/エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク
- 申込み/9月21日(日)午前10時から電話

高州 10/18 土 Kids 10:00～12:00

雅楽を聴いてみよう!

日本の古典音楽「雅楽」に触れよう!楽器の解説や演奏会をお楽しみください。




岡庭 健(箏演奏者) 下宮 弘聖(笙演奏者) 熊井戸 啓真(龍笛演奏者)

高州 10/26 日 Kids 10:00～12:00 ②13:00～15:00

迷路大会

巨大迷路を体験してみよう!

- 申込み/当日、直接会場へ

ミニ縁日(有料)も開催予定

高州 11/15・16 土・日 Kids 10:00～15:00

高州フェスタ【利用者発表会】

※最終日は14:00まで

◆発表部門(16日のみ)
定期サークルによる歌や楽器の発表会です。ご自由にご観覧できます。

◆展示部門
定期サークルによる作品展示です。作品の販売や体験会も実施しています。

◆飲食販売
※詳細はHP等をご確認ください。

高州 11/8 土 Kids 10:00～12:00

**折り染め体験
ランプシェードを作ろう**

折り染めを体験し、自分で染めた紙でオリジナルランプシェードを作ろう。

- 定員/8名(申し込み順)
- 参加費/100円
- 申込み/9月27日(土)午前10時から電話

高州 11/16 日 Kids 10:00～14:00 (12:00～13:00は休憩)

キッズフェスタ

詳細はHPをご確認ください。

あそびコーナー、ワークショップ(キャンディレイ、スペルキーホルダー)、おさがり会

高州 11/4 火 Kids 10:00～12:00

**やさしい
ノルディックウォーキング**

両手に持った専用ポールで足腰の負担を軽減できる今注目のウォーキングです。膝や腰に不安のある人や運動習慣のない人にオススメです。三郷スカイパーク内のウォーキングコースで行います。

- 定員/20名(申し込み順)
- 参加費/500円
- 持ち物/お持ちの方はノルディックポール ※お持ちでないかたには無料貸出し致します。
- 申込み/10月1日(水)午前10時から電話で総合体育館へ※集合場所は総合体育館です。雨天時の場合、総合体育館サブアリーナで行います。

高州 11/16 日 Kids 10:00～14:00

**ひだまりハイハイレース
同日開催!**

- 対象/ハイハイができる未歩行の赤ちゃん
- 申込み/10月11日(土)午前10時からHPにてネット申込み(申し込み順)
- 参加費/500円
- 詳細はHPをご確認ください。

三郷スカイパーク



〒341-0057 三郷市彦沢3-51-1
☎ 048-954-2227
休場日：なし



ホームページは
こちらから

高州 11/16 日 Kids 10:00～14:00

キッズフェスタ

詳細はHPをご確認ください。

あそびコーナー、ワークショップ(キャンディレイ、スペルキーホルダー)、おさがり会

高州 11/16 日 Kids 10:00～14:00

キッズフェスタ

詳細はHPをご確認ください。

あそびコーナー、ワークショップ(キャンディレイ、スペルキーホルダー)、おさがり会

高州 11/16 日 Kids 10:00～14:00

キッズフェスタ

詳細はHPをご確認ください。

あそびコーナー、ワークショップ(キャンディレイ、スペルキーホルダー)、おさがり会



11/14(金) 10:00~12:00

県民の日 スカパーで遊ぼう!

スカイパーク内の多目的広場で、車など気にせず小さなお子様でも安心して遊ぶことができます。(鬼ごっこ、縄跳び、ドッチボールなどの外遊び) ※雨天の場合は中止

- 持ち物/レジャーシート、遊び道具があればお持ちください。
- 申込み/当日、時間までに直接会場へ

セナリオハウスフィールド三郷



〒341-0054 三郷市泉3-4
☎ 048-954-2720
休場日：なし



ホームページは
こちらから

走・跳・投 すべてが挑戦
楽しいから世界へ
元日本代表 専門種目 走幅跳
入会者募集
陸上競技パーク T.F.P

日時	毎月第1・3(火) 2025年4月～	年会費	5,500円 スポーツ保険含む
	猿山力也 (講師)		
小学生 (かけっこ)	中学生から一般 (陸上競技)		
時間	18:00~18:50	19:00~20:45	
料金	4,500円(税込)	7,500円(税込)	

プロコーチと現役選手が指導にあたります
競技の楽しさを知りながら思いっきり体を動かしましょう!

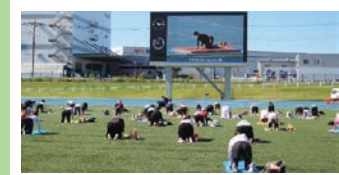
お申込・お問合せはこちらから

9/23(火・祝) 13:00~19:00

T.F.P親子スポーツフェス!

陸上競技場で、パン食い競争やかかけこを楽しもう!
[50m競争、親子と競争、親子リレー]など、体験競技も開催します。
当日はキッチンカーなどの出店も予定していますので、1日セナリオハウスフィールド三郷でイベントを楽しんでください!
(入場・見学だけでも可)

- 参加費/体験競技1回 500円
1日パス 2,000円
- 持ち物/運動のできる服装、飲み物、運動靴
- 申込み/当日、直接会場へ



10/23(木) 10:00~11:15

あおぞらヨガin セナリオハウスフィールド三郷

セナリオハウスフィールド三郷(三郷市陸上競技場)を会場にして、屋外でヨガを体験しましょう。心と体をリフレッシュして、気持ちのいい時間をお過ごしください。
※雨天中止(中止の場合はHPでお知らせいたします)

- 定員/なし●持ち物/ヨガマット、レジャーシート、汗拭きタオル、飲み物●申込み/申込不要、当日運動ができる服装で直接会場へお越しください。



10/27(月) 10:00~12:00

ウォーキング& ノルディックウォーク

セナリオハウスフィールド三郷公園内の遊歩道で行います。
正しい姿勢で楽しく歩きましょう。

- 定員/15名(申し込み順)
- 参加費/1回550円
- 持ち物/運動のできる服装、運動靴、タオル、飲み物
- 申込み/9月19日(金)午前10時より電話

総合体育館



〒341-0025 三郷市茂田井2
☎ 048-953-6121
休館日：第2・4・5月曜日



ホームページ



Instagram



毎月第1・3月 18歳以上のかた

成人フットサル教室

19:00~20:45※祝日は除く

初心者、女性のかた歓迎。
楽しく汗を流そう。

- 定員/30名(当日、先着順)
- 参加費/男性1,000円/回、女性500円/回
- 持ち物/室内用運動シューズ
- 申込み/当日、チケットを購入し会場へ



毎週 16歳以上のかた

フィットネス体操/ピラティス

10:00~11:00
11:15~12:30

お気軽に参加できますので、是非、お越しください!!

- 参加費/各300円/回※共通回数券有
- 申込み/当日、チケットを購入し会場へ
- 講師/関口 幸、細川 貴子
- ※お子様を連れての入場は出来ません。※詳細はHPをご覧ください



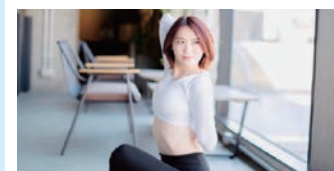
10/3・24、11/7・21、
12/5・19(金)

バレトン教室

①10:00~11:00
②11:15~12:15

バレエ・ヨガ・フィットネスを融合させたエクササイズ

- 定員/20名(当日、先着順)
- 参加費/各クラス500円/回
- 持ち物/運動のできる服装、ヨガマット
- 申込み/当日、チケットを購入し会場へ
- 講師/松原 史宜



16歳以上のかた

ヨガ

10:00~11:00

開催日は総合体育館HPをご覧ください

- 定員/20名(当日、先着順)
- 参加費/800円/回
- 持ち物/ヨガマット
- 申込み/当日、チケットを購入し会場へ
- 講師/若本 彩



月2回程度 14:00~15:30

わいわいチャレンジスポーツ

開催日は総体HPをご覧ください

運動不足を解消したい、新しいスポーツにチャレンジしたい、でも一緒にスポーツをやってくれる相手がいなくて困っている…総合体育館で一緒に体を動かしましょう!スタッフが相手します!種目は、卓球・バドミントン・ミニソフトテニス・モックなど。※プロフェッショナルなため、グループでの参加はお断りします。

- 参加費/200円
- 持ち物/室内用運動シューズ
- 申込み/当日、チケットを購入し会場へ



毎週水

スピード&アジリティ教室

①小学1~3年生18:00~18:50
②小学4~6年生19:00~19:50

ミニハードルを使った、アジリティトレーニングを行います。
ハンドボール、バスケット、サッカーなど様々なスポーツの基礎となります。今習っているスポーツのレベルアップに!!

- 定員/30名(当日、先着順)
- 参加費/各クラス800円/回
- 持ち物/室内用運動シューズ
- 申込み/当日、チケットを購入し会場へ
- 講師/平沼 恭史郎



10/2・9・16・23(木)

ちびっこかけこ教室

①年長/15:45~16:45
②小学1・2年生/17:00~18:00
③小学3~6年生18:15~19:15

初回・最終回の教室で、測定器をつかいタイムを測ります。4回の教室で運動会までに速くなろう!

- 定員/①15名②20名③25名 ※各クラス申込順●参加費/3,000円(全4回コース)●持ち物/室内用運動シューズ●申込み/9月25日(木)午前10時から総合体育館ホームページより●講師/加藤 裕一



総体 10/17・24 どなたでも 金 18:00～21:00
合気道体験教室

子どもクラスは遊びの要素を取り入れたメニュー。大人クラスは各々体力レベルに応じたメニューで体験できます。

- 定員/20名(申し込み順)
- 持ち物/運動のできる服装
- 申込み/9月23(火)から電話又は直接
- 協力/合気道クラブ



総体 10/26 高校生以上、5人以上のチーム 日 14:00～18:00
フットサル総体杯

勝ち負け関係なく、フットサルを楽しむための交流試合です！
より多くの人が参加できるよう、ミックスチームも参加可能です。

- 定員/8チーム(申し込み順)
- 参加費/7,000円/チーム
- 持ち物/室内用運動シューズ
- 申込み/9月26(金)から総体HPの実施要項を確認のうえ、申込書に参加費を添えて直接窓口へ



総体 11/6・13・20・27 要申込 木 ①小学1～2年生 15:45～16:45
②小学3～4年生 16:55～17:55
子どもスポーツ教室

全4回コースの基礎運動能力向上トレーニングを行います。教室の詳細情報については、総合体育館のHPをご確認ください。

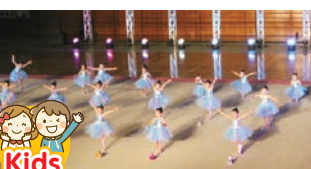
- 定員/15名(申し込み順)
- 参加費/3,000円/全4回※初回支払い
- 持ち物/室内用運動シューズ
- 申込み/9月26(金)午前10時から総合体育館ホームページより
- 講師/木津 恒一



総体 12/7 どなたでも 日 10:00～15:00
冬の施設開放

卓球・バドミントンを30分交代で利用できる施設開放です。当日、先着順になりますので、お待ちいただく場合があります。

- 定員/卓球8台・バドミントン6面
- 参加費/卓球1台100円・バドミントン1面200円
- 持ち物/室内用運動シューズ
- 申込み/当日、直接会場へ(先着順)



総体 12/20 どなたでも 土
新体操発表会

新体操演技の発表会。可愛らしい衣装や演技をご覧ください。
※開始時間等は決まり次第、総合体育館HPにてお知らせいたします。

- 持ち物/室内履き
- 申込み/当日、直接会場へ
- ※撮影は禁止とさせていただきます。



総体 1/13～3/10 要申込 (2・3歳児とその保護者) 火
冬の親子体操教室

①10:00～10:50 ②11:00～11:50
マット、跳び箱、ボール、みんなで遊んで踊ったり、体を動かす楽しさを体験しましょう。
① 2歳クラス(R5.4/2～R6.4/1生まれ)
② 3歳クラス(R4.4/2～R5.4/1生まれ)

- 定員/各15組(抽選)●参加費/5,000円
- 持ち物/運動のできる服装(裸足で行います)
- 申込み/10月11(土)午前10時から10月25(土)午後5時までにホームページより。
- 講師/富澤 由貴

スポーツフェア in みさと2025

10/13 祝 月 持ち物:動きやすい服装、室内用シューズ 参加費:無料
※「申込み」の表記のない場合は当日直接お越しください。
※ 当日の状況によりお待ちいただく場合がございます。



チャレンジ フィットネス HIIT the Beat

①10:00～10:45
②11:00～11:45
ヒート・ザ・ビートはクールなビートに合わせてダンスのような動きが特徴です。
全世代みんなで楽しめる運動でハッピーになりましょう!

5歳～大人(お子様は保護者同伴)

- 定員/各回30名(申し込み順)
- 申込方法/9月27(土)10時からHP内、申し込みフォームにて



丸形トランポリン体験

①10:00～12:30
②13:30～15:00
トランポリンで高く飛んでみよう。
ネットつきで安全に遊ぶことができます。

3歳～小学生(保護者同伴)



ヒップアップエクササイズ
13:30～14:30
インナーマッスルを使ったストレッチとエクササイズでヒップアップを目指しましょう!

女性・16歳以上のかた

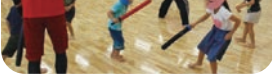
- 定員/15名(申し込み順)
- 申込方法/9月27(土)10時からHP内、申し込みフォームにて
- 持ち物/ヨガマット



体力測定 9:30～12:30
高校生以上のかた

卓球/バドミントン無料開放
13:00～15:00
高校生以下とその家族

※無料開放は30分単位の入れ替え制です。
最終受付は14:30になります。



スポーツチャンバラ体験
14:00～16:00
どなたでも(幼児は保護者同伴)

つどいの広場に遊びに来ませんか
お子様(0歳～3歳)と保護者のかたを対象に子育て中の親子が楽しく交流できる場です。

開催時間
10:00～15:00
(祝日・施設の休館日は休み)

ひよこサロン
場所: 東和東地区文化センター
曜日: 火曜日・木曜日・金曜日

ひだまり広場
場所: 高州地区文化センター
曜日: 火曜日・水曜日・金曜日

すまいるサロン
場所: 彦成地区文化センター
曜日: 火曜日・水曜日・木曜日

採用試験 令和7年度 公益財団法人三郷市文化振興公社
職員採用のご案内

エントリー締切 令和7年11月4日(火)17時まで

書類提出 11月5日(水)
※事前にエントリーが必要です

1次試験 11月16日(日)
教養試験・小論文

2次試験 個別面接試験
※1次試験合格者を対象に実施します

応募について
詳しくは財団ホームページをご覧ください

問い合わせ 公益財団法人三郷市文化振興公社
総務課(三郷市文化会館内)
☎ 048-959-9393
(施設の休館日を除く午前9時～午後5時)