

施設開館状況のご案内（詳しくはゆめくるHPをご覧ください）

6/20現在の状況

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、「伊奈町新型コロナウイルス対策本部」の方針に基づき、6月20日から一部の規制を緩和しての開館となっています。

利用者の皆様には、ご迷惑をおかけし申し訳ございませんが、感染症対策を厳格に行った上で、ご利用くださいますようお願いいたします。

なお、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、利用制限内容の変更や期間の延長になる場合があります。

施設名		期間	状況
2階 文化施設	会議室 視聴覚室 和室 水屋 創作室 調理実習室	人数制限を緩和 <ul style="list-style-type: none"> コーラス、カラオケ等での利用、及び、ハモニカ、オカリナ等の演奏での利用については、定員の50%とする。 和室での茶道の利用可 調理室の利用及び飲食可、但し、飲食をする場合は、黙食を徹底する。 	「伊奈町ふれあい活動センターにおける新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン（6月20日更新版）」に沿っての開館
	体育室	大会・イベントでの利用も可。	
トレーニング室 (トレーニングジム)	完全予約制など条件付きでの開館		
更衣室・シャワー室	当面の間、利用不可		
児童室	一般利用	条件付きでの開館	
	つどいの広場		※つどいの広場 詳細は伊奈町子育て支援センターホームページをご覧ください
図書室	滞在人数、滞在時間の制限等を緩和	「伊奈町立図書館及びふれあい活動センター（ゆめくる）図書室における新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン（6月10日改訂版）」に沿っての開館	
受付窓口	9:00～21:00	通常通り	

開催予定講座案内

問合せ・申込み：ゆめくる窓口またはお電話にて

※講座・イベントの時間や内容は、都合により変更になる場合がありますのであらかじめご了承ください。



フィットネス教室 コース1～コース6、各回45分 (全コースマスク着用、コース1、5は2交代制)

コース名	日時	内容 <内は運動強度>
【コース1-①】【コース1-②】 「ゼロ」から始めるエアロビクス	<新設コース> 8月22日～9月26日の各月曜日	音楽に合わせて楽しく運動を行います。エアロビクスが初めての方や、久しぶりの方にもおすすめです。強度<弱>
	①9時30分～10時15分(全6回)	新設コースです。 新インストラクターが担当します。
	②10時45分～11時30分(全6回)	
【コース2】 ピラティス	休講	
【コース6】 身体 コンディショニング	8月24日～9月28日の各水曜日 9時30分～10時15分(全6回)	筋力やバランス感覚など身体を整えるエクササイズを行います。水曜エアロビクスの講師が担当いたします。強度<弱> ※靴不要
【コース3】 歩く エアロビクス	8月24～9月28日の各水曜日 10時45分～11時30分(全6回)	エアロビクスの基本ステップの動きに慣れてきた方、体力をつけたい方、運動不足を解消したい方におすすめです。強度<弱>
【コース4】 パンチ フィットネス	<ナイトフィットネス教室> 8月25日～9月29日の各木曜日 19時30分～20時15分(全6回)	パンチやキックで身体も温まり、ウエスト引締め&ストレス解消に効果的です。基礎代謝も向上します。強度<弱>
【コース5-①】【コース5-②】 癒しのヨガ	8月26日～9月30日の各金曜日	深い呼吸、ポーズを組み合わせで行う事で、心身のバランスを整え、身体の歪みや調整にも効果があります。集中力を高めたい方、気持ちを落ち着かせたい方にもおすすめです。強度<弱> ※靴不要
	①10時00分～10時45分(全6回)	
	②11時15分～12時00分(全6回)	

生涯学習 **どこでもマジック教室(8月)**

現役プロマジシャンによる最先端の楽しいマジックを体験してみませんか!



日時：8月6日(土)
13時30分～16時

対象：高校生以上
(中学生以下の参加は保護者同伴)

定員：15名(先着順)
費用：1,500円(ネタ代含む)

持物：トランプ(バイスクル製)
バイスクルトランプのない方、販売あり

講師：Mr.クマリック(現役プロマジシャン)



くらしの相談室(7月、8月)

(遺言・相続・離婚・成年後見等の無料相談)

街の法律家「行政書士」による無料相談会を開催します。具体的な内容には資料などをご用意ください。

日時：7月17日(日)、8月21日(日)
9時～、10時～、11時～ 各1時間

定員：3組(事前申込み要、先着順)

費用：無料

相談員：埼玉県行政書士会会員

※行政書士法上の守秘義務は厳守いたします。

ご参加、お待ちしております!

【フィットネス教室 共通事項】

対象：一般成人（コース4は中学生以上）

場所：体育室

定員：各70名（ソーシャルディスタンス確保）（応募多数の場合は抽選）

※ 抽選日以降の空き状況についてはお問い合わせください。

費用：町内在住・在勤者1回400円、町外者1回600円

持物：①運動のできる服装 ②タオル ③水分補給用の飲み物 ④室内シューズ ⑤マスク

申込：7月15日（金）（必着）までに往復はがき（1枚につき1人）にて応募ください。

①希望するコース

②住所（町外在住で町内在勤の方は、勤務先名・所在地・電話番号も記入）

③氏名（フリガナ） ④年齢（学年） ⑤電話番号

〒362-0806 伊奈町小室2450-1 ふれあい活動センター「ゆめくる」へ

※ 返信用には、申込者のあて先（住所、氏名）を必ず記入ください。

※ 複数のコースを希望の場合、必ずコースごとに往復はがきでお申し込みください。

<往復はがきの記入例>

往信おもて	返信うら	返信おもて	往信うら
<p>63 362-0806</p> <p>ふれあい活動センター ゆめくる 行</p> <p>伊奈町小室 2450-1</p>	<p>何も記入しないで ください。</p>	<p>63 郵便番号</p> <p>申込者の氏名</p>	<p>①希望コース名</p> <p>②住所 （町外在住で町内在勤の方は、勤務先・所在地・電話番号も記入）</p> <p>③氏名（フリガナも記入）</p> <p>④年齢（学年）</p> <p>⑤電話番号</p>

注意

2交代制のコース（コース1、5）のレッスンは、①②のどちらかの申し込みになります。

【往復はがきによる抽選申込み締め切り以降の申込みについて】

抽選申込みに空きがある場合に、追加申込みが可能です（先着順）。

詳しくは、ゆめくる窓口またはお電話にて、お問い合わせください。

【新設コース開催のお知らせ（再）】月曜日午前エアロビクス

新しいインストラクターが担当致します。

是非、ご参加ください！！

担当：石附(いしづき)インストラクター



伊奈町ふれあい活動センター(ゆめくる)にて活動している サークル・団体の新規メンバー募集案内ページ



ゆめくる祭開催！！

2年間開催を自粛しておりました、伊奈町ふれあい活動センターの「ゆめくる祭」を開催します。

本年度のゆめくる祭は、**規模を縮小しサークル活動発表会に特化した内容**になります。詳細につきましては、パンフレットにて改めてご案内させていただきます。

日時：10月2日（日）10時～16時（雨天決行）

伊奈町ふれあい活動センター 指定管理者 アクティオ株式会社

伊奈町ふれあい活動センター(ゆめくる)

〒362-0806

埼玉県北足立郡伊奈町大字小室2450-1

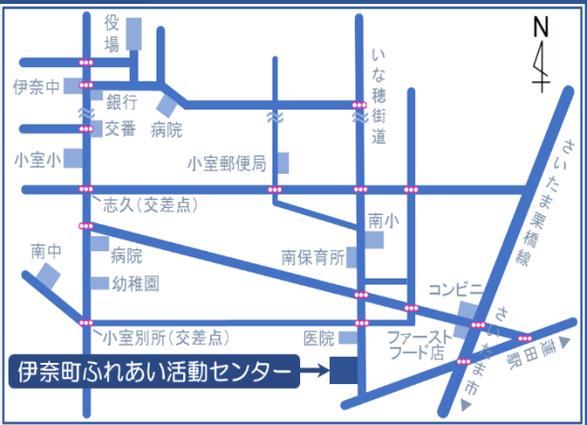
TEL 048-724-0717

ホームページ：<https://www.yumekuru.jp/>

HP QRコード



周辺地図



講座・イベント情報はホームページからも確認できます。

【アクセス】

JR 蓮田駅西口から

- ・徒歩 約20分
 - ・けんちゃんバス 上尾駅東口行き「栄4丁目」下車 徒歩5分
 - ・けんちゃんバス ガンセンター行き「栄3丁目」下車 徒歩5分
- ニューシャトル丸山駅から 徒歩 約25分
いなまる（南循環）：ふれあい活動センター下車 徒歩1分

