



みんな健康！
元氣・いきいき 寄居町！

健康ひろば

「YORII KENKO弁当」～たっぷり野菜と豆腐ハンバーグ～の販売について

日本栄養大学との連携事業の一環として開発した「YORII KENKO弁当」を販売します。「野菜たっぷり、食塩控えめ、栄養バランスの整った」お弁当となっていますので、ぜひご賞味ください。

☎ 健康づくり課 ☎ 581・2121内線214・216

販売日時・場所

販売日時	申込期間	販売場所
9月10日(木)、12日(土) 11:00～11:20	電子申請: 8月21日(金)9:00～25日(火)12:00 電話: 8月27日(木)9:00～9月4日(金)17:00 ※申込順 (土・日曜日を除く)	役場1階ロビー

販売する弁当の紹介

たっぷり野菜と豆腐ハンバーグ

主食 ご飯(胚芽精米入り)
主菜 豆腐ハンバーグ
副菜 なすとパプリカの甘酢炒め
小松菜としらすの海苔和え
かぼちゃサラダ



販売数 各日40食

販売価格 650円(税込み)

申し込みできる方 町内在住・在勤の方

申し込み方法

事前に①または②の方法でお申し込みください。

※購入は9月10日、12日のうち1人1回、最大5食までです。

①電子申請・届出サービス(先行申し込み) ⇒ 販売予定数: 30食

※申込数が販売数を上回った場合は抽選となります。抽選に関するお問い合わせにはお答えできません。

②電話で健康づくり課へ申し込み ⇒ 販売予定数: 10食(申込順)

※電子申請で落選した場合でも電話予約が可能です。



その他

○食物アレルギーの対応は行っていません。

○食事指導、食事療法を受けている方は、主治医にご確認の上、お申し込みください。

○申込後、やむを得ずキャンセルする場合は、必ず販売日の前日正午までに健康づくり課へご連絡ください。

○販売日の午前11時20分までにお見えにならない場合は、販売できません。

予約販売日以外でも購入ができるようになりました！

弁当製造・販売事業者への直接注文によるYORII KENKO弁当の販売を開始しました。

地域の集まりや会議のほか、スポーツ大会などのイベント等でぜひご利用ください。

注文方法等の詳細は、本誌7月号14ページまたは町公式ホームページをご覧ください。



令和8年度後期

中央公民館講座案内

中央公民館では、令和8年度後期講座の受講生を募集します。

場所 中央公民館

申し込み 往復はがき、またはEメールでお申し込みください(記入例参照)。
※8月25日(火)必着
※はがき1枚につき1人1講座

受講の決定 定員を超えた場合は、抽選で受講者を決定します。

Eメール記入例

件名: 令和8年度後期 中央公民館講座申込
本文: ①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名(フリガナ) ⑤年齢 ⑥電話番号



☎ 中央公民館

☎ 581・2662、✉ sg164g@town.yorii.saitama.jp

往復はがき記入例

返信面(表)	返信面(裏)
〒□□□□□□ ご自分の住所・氏名を記入してください。 〒□□□□□□	令和8年度後期 中央公民館講座申込 ①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名(フリガナ) ⑤年齢 ⑥電話番号
返信面(表)	返信面(裏)
〒□□□□□□ 3691203 寄居町大字寄居1300番地 講座申込受付係 行	この面には何も書かないでください。

①～手打ち体験～そば打ち教室

☎ 10月24日、31日、11月14日、21日、28日
(土曜日、全5回)午前9時30分～正午 定9人
講師 保泉登氏 費 5,000円

②リコーダー教室

～今一度手に取って吹いてみませんか～

☎ 10月6日、20日、27日、11月10日、17日、12月1日
(火曜日、全6回)午後2時～3時 定10人 講師 保泉綾氏
費 2,500円(リコーダーをお持ちの方は500円)

③～初心者向け～簡単ブレイキン教室

☎ 10月6日、20日、27日、11月10日
(火曜日、全4回)午後6時30分～7時30分
定10人 講師 B-BOY mac-key(大澤正基)氏 費 100円

④～文字をアートにしてみませんか～ 筆文字アート教室

☎ 10月1日、8日、22日、29日、11月5日、12日、19日
(木曜日、全7回)午後1時30分～3時
定10人 講師 清水喜美江氏 費 1,800円

⑤～身も心もリフレッシュ～ヨガ教室

☎ 10月3日、10日、24日、31日、11月21日、28日
(土曜日、全6回)午前9時30分～10時30分
定10人 講師 加藤弘美氏 費 100円

⑥～新年に備える～ミニ門松づくり教室

☎ 12月22日(火曜日、1回のみ)午前9時30分～正午
定15人 講師 神田好一氏 費 3,000円

⑦～小さな布から始まる～パッチワーク入門教室

☎ 10月8日、22日、11月5日、19日(木曜日、全4回)
午前9時30分～11時30分 定8人 講師 神谷敬子氏
費 1,900円(図案写しマーカーをお持ちの方は1,500円)

⑧地質教室～寄居町の地質のみどころ～

☎ 11月6日(金曜日、1回のみ)午後1時30分～3時
定20人 講師 山岡勇太氏 費 100円

⑨～指先に輝きを～ネイルアート教室

☎ 10月1日、15日、11月5日、19日
(木曜日、全4回)午前9時30分～11時
定8人 講師 古澤奈々子氏 費 3,000円

⑩～今から準備～クリスマスケーキづくり教室

☎ 11月15日(日曜日、1回のみ)午後1時30分～4時30分
定8人 講師 吉田千寛氏 費 4,500円

☎ 日時 定員 講師 費用