

# 学ぶ・楽しむ

## 男女共同参画センター

☎2937・3617

◆女性のためのステップ  
アップセミナー

内容 女性の心と身体を守るための講座、ハーバリウム作り  
日時 1月20・28日、2月3日

保育

## おもちゃの病院

対象 市内在住・在勤・在学の方

内容 壊れたおもちゃの修理 ※部品交換は実費。電子ゲーム機などは修理不可



日時 12月19日、1月16日(土)、9時～10時

申込み 当日におもちゃを持ってリサイクルプラザへ

問合せ 奥富環境センターへ ☎2953・2831

## 健康はなまる講座

対象 血糖値やコレステロール、血圧などが気になる方、健康管理の基本を学びたい方など  
内容 食事バランスチェック、ストレッチ体操

## 狂言講演会

内容 狭山市出身の大蔵流狂言山本家による狂言講演会  
日時 2月9日(火)、14時～15時30分

場所 市民交流センター

定員 200名

申込み 12月21日(月)から中央公民館へ ☎2952・2230

(電話可)

## サンパーク奥富

☎2969・3809

### ◆スポーツ教室

リラックスヨガ/日時12月18・25日(金)、11時15分～12時15分 定員20名

インジョイエアロ/日時12月18・25日(金)、13時～14時 定員20名

骨盤ストレッチ/日時12月22日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時12月22日(火)、15時30分～16時30分 定員15名

アッチャーボディー/日時12月23日(水)、11時30分～12時30分 定員20名

## 消防功労者を表彰

次の皆さんが表彰されました。おめでとうございます。(敬称略)

### ◆消防庁長官表彰

前分団長 橋本貴男ほか5名

### ◆埼玉県消防協会表彰

無火災消防分団 ▶ 第3分団、第5分団、第6分団 家族顕彰 ▶ 田島奈弥、甲田麻美、沼崎さえ子、松崎美奈 特別功労章 ▶ 栗原大輔 一等功労章 ▶ 田島秀晃ほか3名 二等功労章 ▶ 白倉崇弘ほか10名 三等功労章 ▶ 金子裕治ほか11名 機関技能章 ▶ 塩入裕史ほか11名 勤続章 ▶ 鈴木健彦 消防功労章 ▶ 佐野由夫、中村雅昭、服部弘治、山谷雅篤、神庭善郎 民間防災団体自衛消防機関 ▶ 社会医療法人財団石心会、埼玉石心会病院

### ◆埼玉県消防協会狭山入間支部表彰

無火災消防分団 ▶ 第4分団 特別功労章 ▶ 佐藤光男ほか14名 一等功労章 ▶ 加藤裕三ほか13名 二等功労章 ▶ 中村光世ほか20名 三等功労章 ▶ 斎藤龍ほか15名 消防功労章 ▶ 横山実、小林明、斎藤壮伍、荻野博志、中村金男

問合せ 危機管理課へ内線3697

## サピオ稲荷山

☎2953・0577

### ◆1月生の募集

リズムックス/日時1月8・15・22・29日(金)、15時～16時(全4回) 費用2千円

超はじめてヨガ/日時1月10・17・24日(日)、10時45分～11時45分(全3回) 費用3千円

らくらくエアロ教室/日時1月



# 東京2020オリンピックが狭山にやってくる②

狭山市は「東京2020オリンピック」ゴルフ競技の開催会場です。2021年に向けて、市民の皆さんと一緒に大会を盛り上げていくため、オリンピック・パラリンピックに関する情報を発信していきます。

## トピックス 東京2020公式アートポスターを展示

アートポスターとは、オリンピックの認知と理解を推進し、大会の特色を世界に伝えるために20世紀初頭から各大会で制作されているポスターです。東京2020大会では、国際的に活躍する19組のアーティストによってオリンピック・パラリンピックをテーマとした作品20枚が制作されています。狭山市でも以下のとおり展示を行いますので、ぜひご覧ください。



東京2020オリンピック開催まで(2020年12月10日現在)

# 225日

問合せ 政策企画課オリンピック準備室へ内線7312

### ①12月28日(月)まで

入曽地域交流センターで全20作品を一斉展示

### ②3年1月4日(月)～7月中旬

各地区センターで1施設2～4枚を常設し、20枚の作品を巡回させながら展示

### ③3年7月29日(木)～8月7日(土)

市民交流センターで全20作品を一斉展示

## 市民総合体育館

☎2952・0511

### Kids すこやかキッズ体操

対象 小学生  
日時 1月5・12・19・26日(火)、17時～18時(全4回)



## 生ごみ、捨てる前にひとしほり

◆水泳教室  
対象 小学生以上 ※小学2年生以下は保護者同伴  
コース ▼成人：初心者、クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ、メドレー、水中ウォーキング、アクアリズム ▼小・中学生：クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ ▼小学生：初級・中級  
定員 10名  
費用 700円 ※別途プール使用料が必要  
申込み ホームページで日時を確認の上、当日10時から費用を持って同施設へ

◆スポーツ教室  
どの教室に参加しても1ポイント獲得でき、10ポイントで一回無料になります。  
ロコモ体操/日時12月17・24日、1月7・14日(木)、14時～15時 定員20名  
背骨コンディショニング/日時12月18・25日、1月8・15日(金)、9時15分～10時15分 定員20名  
持参品タオル2枚  
巡りヨガ/日時12月18日、1月8・15日(金)、9時30分～10時30分 定員5名  
手ぬぐいリラックスヨガ/日時12月18日、1月8・15日(金)、11時15分～12時15分 定員5名  
ZUMBA GOLD/日時12月22日、1月5・12日(火)、11時15分～12時15分 定員20名  
リフレッシュヨガ/日時12月22日、1月5・12日(火)、13時15分～14時15分 定員20名  
ワインヤークサヨガ/日時12月22日、1月5・12日(火)、14時45分～15時45分 定員20名  
リンパヨガ/日時12月23日、1



## 狭山台体育館

☎2958・1201

### ◆スポーツ教室

Kids 親子体操教室/対象2歳6か月～4歳児と保護者  
内容 跳び箱、マット運動など 日時12月17・24日、1月7・14日(木)、9時30分～10時30分 定員15組



Kids のびのび親子教室/対象2歳6か月～4歳児と保護者  
内容 身体の正しい動かし方 日時12月21日(月)、13時30分～14時30分 定員15組

ペルビック骨盤ストレッチ/対象高校生以上 内容 骨盤回りのインナーマッスルを活性化させるストレッチ 日時12月20日、1月10日(日)、14時～15時 定員5名  
らくらくヨガ/対象高校生以上 日時12月21日、1月11日(月・祝)、15時10分～16時 定員15名  
身体引き締め&ストレッチ/対象高校生以上 日時12月21日、1月11日(月・祝)、13時30分～14時30分 定員15名

共通事項/費用500円 申込み当日に費用を持って同館へ