

# 学ぶ・楽しむ

## 甲種防火管理・防災管理(再)講習

対象 狭山・所沢・飯能・入間・日高市に在住・在勤の、甲種防火管理か防災管理の講習修了者で、防災管理者に選任されている方が、受講を希望する方

日程 2月25日(木)

場所 所沢中央消防署

定員 50名

費用 2千円(テキスト代)

申込み 1月25日(月)から申込書(狭山消防署、各分署に用意を)

狭山消防署、各分署に用意を

8時30分～17時15分)へ ☎2953・7113

## サピオ稲荷山

☎2953・0577

◆臨時休館のお知らせ

設備点検のため、次の期間を休館します。

期間 1月30日(土)～2月14日(日)

◆楽楽体操教室

対象 高校生以上

内容 自宅でできる筋力トレーニング

日時 2月19・26日(金)、13時30分～14時30分(全2回)

◆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。

朝ヨガベーシック/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、9時30分～10時30分 定員10名

かんたんボクシング/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、10時～11時 定員20名

背中美人ヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、11時15分～12時15分 定員10名

## 市民総合体育館

☎2952・0511

◆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。

朝ヨガベーシック/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、9時30分～10時30分 定員10名

かんたんボクシング/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、10時～11時 定員20名

背中美人ヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、11時15分～12時15分 定員10名

◆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。

朝ヨガベーシック/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、9時30分～10時30分 定員10名

かんたんボクシング/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、10時～11時 定員20名

背中美人ヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、11時15分～12時15分 定員10名



◆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。

朝ヨガベーシック/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、9時30分～10時30分 定員10名

かんたんボクシング/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、10時～11時 定員20名

背中美人ヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、11時15分～12時15分 定員10名

## サンパーク奥富

☎2969・3809

◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16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 1月20・27日、2月3・10・17日(水)、11時30分～12時30分 定員15名

◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16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 1月20・27日、2月3・10・17日(水)、11時30分～12時30分 定員15名



◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16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 1月20・27日、2月3・10・17日(水)、11時30分～12時30分 定員15名

市内の施設では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を予防するため、開館時間や利用人数などに制限を設けています。状況に応じて制限の内容やイベントが変更となる場合があります。



0歳～未就学児のお子さんを持つ保護者の方を対象に、遊び場を設けています。詳細は、狭山市子育てサイトでご確認ください。

ふたごの日

対象 ふたご(多胎児)の親子

内容 おしゃべりなどの交流会

日程 1月22日(金)、2月11日(祝)、9時～11時30分

申込み 開催前日から電話で同センターへ

子育てプレイス広瀬 ☎2952-7140

背骨&骨盤調整レッスン

対象 首の座った0～3歳児と保護者

内容 産後の骨盤ケアとカイロプラクティック

日時 2月24日(水)、10時～11時

定員 5組12名

申込み 1月28日(木)から同館へ(電話可)

子育てプレイス水野 ☎2956-1351

講習会「おひなさま工作」

対象 0～3歳児と保護者

日時 2月10日(水)、10時10分～10時45分

定員 8組

申込み 1月27日(水)から電話で同館へ

これ以外のイベントは、子育てサイト「HomeCiao」でチェック!



◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16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 1月20・27日、2月3・10・17日(水)、11時30分～12時30分 定員15名



◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16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 1月20・27日、2月3・10・17日(水)、11時30分～12時30分 定員15名

# 子育て支援情報

総合子育て支援センター ☎2937-3624

あかちゃんワイワイ広場

対象 0歳～1歳6か月児と保護者

日時 2月16日(火)、10時30分～11時30分

場所 狭山台公民館

定員 5組

申込み 2月12日(金)～15日(月)に電話で同センターへ

中央児童館 ☎2953-0208

子育て応援 (保育)

対象 首の座った6か月～3歳児と保護者

内容 ハーブとアロマのせっけん作り

日時 2月18日(木)、10時～11時15分

定員 8組(多数は抽選)

申込み 2月4日(木)～10日(水)に電話で同館へ

狭山台児童館 ☎2958-7407

先生とあそぼう

対象 乳幼児と保護者

内容 季節の製作と体操

日時 2月1・3・8・10日(月・水)、9時30分～10時

定員 8組

申込み 希望する開催日の前日から同館へ(電話可)

※公民館や地域交流センター、図書館、体育館などでも、未就学児を対象とした子育て支援事業を行っています



◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 1月19・26日、2月2・9・16日(火)、14時15分～15時15分 定員20名

リリースヨガ/日時 1月19・26日、2月2・9・16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 1月20・27日、2月3・10・17日(水)、11時30分～12時30分 定員15名