

学ば・楽しむ



リサイクルプラザ

2968 1323

体験教室

ひな人形づくり/日時1月17日、10時～12時30分 内容古布でひな飾りを作る 定員10名 費用200円
 手作りマイバッグ/日時1月24日、10時～12時30分 内容傘布やジーンズでバッグ作り 定員8名 費用100円
 布ぞつりづくり/日時1月27日、10時～15時 内容オリ

ジナルぞつりを作る 定員10名 費用350円
 裂き織教室(中級)/日時2月3日、10時～15時 内容壁飾りなどを作る 対象裂き織教室初級の体験者 定員10名 費用200円

固形石けんづくり/日時2月9日、10時～12時 内容廃食油で石けんを作る 定員15名 費用100円
 共通事項/申込み同施設へ

小型再生家具フェア

日時2月1日、10時～16時 (なくなり次第終了) 内容いすや机、小物入れなどを販売 問合せ奥富環境センターへ 2953 2831

体の中から温まる

あったか料理講座

日時2月10・16・24日(木・金) 9時30分～12時30分(全3回) 内容省エネ効果を期待できる料理を専門家から学ぶ 費用2千400円(材料費) 保育あり 申込み1月18日、9時から費用を持って柏原公

民館へ 2954 4731

くらしの講演会

無理せず節電

日時2月22日、14時～16時 場所中央図書館 定員60名 申込み1月17日 から消費生活センターへ 2954 7745

元気カレッジ

日時2月3日、24日の金曜日 14時～15時30分(全4回) 場所狭山台公民館 内容介護予防の話、転倒予防体操など 対象おおむね65歳以上の方 定員30名申込み1月17日 から富士見・狭山台地域包括支援センターへ 2969 080

シニア屋内ペタンク大会

日時3月2日、9時～15時30分 場所市民総合体育館 対象おおむね60歳以上の方 定員48組(3人一組) 申込み1月23日 から高齢者支援課へ内線1572

ボウリング教室

日時2月7日、28日の火曜日 14時～16時(全4回) 場所新狭山グラウンドボウル 対象市内在住・在勤の方 定員30名

費用2千円(保険料など) 申込み1月18日 から費用を持ってスポーツ振興課内線5711か同ボウリング場へ

市民総合体育館

2952 0511

健康増進スポーツ相談

日時2月8日と22日の水曜日 15時と16時 内容初心者対象のトレーニング相談 定員各2名 申込み同体育館へ

トレーニングプログラム作成

減量目的/日時2月1日 健康維持目的/日時2月15日 いずれも15時～17時 定員各4名 費用各500円 申込み同体育館へ

卓球教室(中級)

日時2月3日、24日の金曜日 13時～15時 定員25名 費用2千円 申込み同体育館へ

体操教室

らくらく健康ストレッチ教室 /日時2月1日、22日の水曜日、9時30分～10時30分 体のゆがみ改善体操/日時2月1日～22日の水曜日、11時～12時 費用1回500円

始めようダイエツトトレーニング/日時2月1日、22日の水曜日、13時30分～14時30分 費用1回500円

共通事項/申込み2月1・8

狭山市ホットインフォメーション 市役所からのお知らせを狭山ケーブルテレビ「じもとテラスChannel」で放送しています。ご視聴は、地上デジタル111chでご覧いただけます。 放送時間(更新木曜)6時30分・10時・12時30分・18時・22時・24時 問合せ狭山ケーブルテレビ(株) 2954 2200

動物と癒しの世界

日開催は1月18日 から、2月15・22日開催は2月1日 から同体育館へ

縮緬細工体験教室

日時2月18日、9時30分～15時 内容ツバキの花作り 定員10名 費用1千500円 (材料費、昼食代) 申込み1月20日 から智光山荘へ 2953 6677

今月の同時配布物

さやま議会だより 社協だよりふれあい

TBSテレビ報道局解説・専門記者室長 杉尾秀哉氏講演会



日時3月16日、14時～15時30分 場所市民会館 内容男女共同参画社会実現の先に - 私たちの暮らしはどう変わるのか 定員360名 保育あり(2歳以上の未就学児。要予約) 申込み1月23日 から男女共同参画推進室へ内線2514

市民の情報

市民の皆さんからの情報を掲載します。内容を確認し、判断のうえに参加ください。なお、同一団体・個人でのイベント掲載は1年に4回までとし、会員登録は掲載費を指定できません。

イベント

好好中華まん

日時 1月19日、9時30分～13時 場所 入曽公民館 内容 中華まん3種を作る 定員20名 費用1千200円 (材料費) 持参品 エプロン、ふきんなど 申込み さやま栄養士グループ・山下紀子さんへ 29575202

リラクゼーションヨガ

日時 1月23日、14時30分～15時30分 場所 アップルホームシヨールム富士見 内容 リラクセスしながら体を動かす初心者向けのヨガ 定員10名 費用1千円 申込み NPO法人日本カルチャーヨガ協会・大坂和則さんへ 29398967

歌声喫茶を楽しもう

日時 1月23日と30日、2月17日、14時～16時 場所 ユースプラザ コミュニティセンター 内容 懐かしの歌声喫茶で歌った曲から最近話題の曲まで一緒に歌う 定員各回40名 費用1回800円 茶菓、歌集代など 申込み 狭山で歌声喫茶を楽しむ会・磯田五月さんへ 29548114

手作り木目込みの雛作りましょう

日時 1月24日、2月14日の火曜日 13時～16時(全4回) 場所 入曽公民館 対象 初心者 定員10名 費用5千460円(材料費) 道具代別途 1月17日 に説明会あり 申込み 木目込み人形やよい会 内林久子さんへ 29580862

セルフマツサージ体験会

日時 1月27日 と 2月2日、10時30分～11時30分 場所 産業労働センター 内容 足のマツサージ 赤ちゃんのマツサージ 対象 は赤ちゃんと保護者 定員各10名(組) 費用300円 申込み 癒えもん細野拓也さんへ 29568508

写真クラブ彩光作品展

日時 1月28日、2月5日、9時～17時(5日は15時まで) 場所 中央公民館 問合せ 同会 野本宏さんへ 29594940

木目込でお雛様をつくりませんか

日時 1月28日、2月25日の土曜日 13時～16時(全4回) 場所 富士見公民館 対象 初心者 定員10名 費用5千460円(材料費) 道具代別途 1月21日 に説明会あり 申込み 木目込人形あかね会 田中節子さんへ 29561663

犬仲間の交流会

日時 1月29日、10時30分～11時30分 場所 狭山リバーサイドゴルフコース 内容 ドッグフィールド(柏原) 内容 犬を飼つたオーナー、ルールの向上と防犯コミニティーなど 定員50名 費用

1頭1千円(フィールド利用料) 申込み NPO法人生活大環境向上推進協会・土釜英利さんへ 29501060

狭山市ボウリング連盟大会

日時 2月5日、13時～15時 場所 新狭山グラウンドボウル 内容 3ゲームアメリカン方式 定員120名 費用1千500円(小中学生1千円) 申込み 同連盟・松原豆さんへ 29522111

体操教室

日時 2月14日、10時～11時30分 場所 所保健センター 内容 家事の合間にできる体操を覚える 対象 20歳以上の方 定員30名 申込み 狭山市健康づくり推進協議会・斎藤和子さんへ 29524525

「心とからだの健康」講演会

日時 2月21日、10時～11時30分 場所 富士見集会所 定員20名 申込み 家庭倫理の会 狭山支部 田中千鶴さんへ 29572577

狭山市体育協会55周年記念

日程 3月12日 場所 東京ゴルフ倶楽部 内容 18ホールストロークプレー(新ペリア方式 年長者上位) 対象 市内在住・在勤・在学の方 定員152名 費用4千円(ほかにプレー費1万9千円、協会未登録者1千円、食事代が必要) 申込み 2月12日 までに狭山市ゴルフ協会・綿貫好高さん力ワシマススポーツ店へ 29522213

会員登録

楽しくリトミック

2～4歳児と保護者で音楽に合わせて体を動かしてリズム感を育てる。毎週水曜日の9時30分～12時 富士見公民館で活動 入会費1千円、会費月額1千500円 問合せ 吉野智子さんへ 29577232

狭山中国語金曜同好会

中国人女性講師に中国語と歴史文化などを楽しく学ぶ。毎週金曜日の19時30分～21時 中央公民館で活動 入会費1千円、会費月額3千円 問合せ 柿沼征男さんへ 29541826

ロータス

ポーズと呼吸法で若々しい体を作る 毎月第1・3・4土曜日の19時～20時 柏原第8区第2自治会館で活動 入会費1千円、会費月額2千500円 問合せ 松田桂子さんへ 29979291

さやまカレッジアクターズ

年1回の舞台公演を目指している児童劇団。毎週土曜日の13時30分～16時30分 中央公民館などで活動 会費月額500円(別途公演経費として年間3万6千円) 問合せ 打揚真理子さんへ 29574122

狭山ハソコクラブ

ワード、エクセルをもつ一度基礎から学習したい方歓迎。毎週水曜日の9時～12時 中央公民館で活動 入会費500円、会費月額2千円 問合せ 関谷孝子さんへ 29525843