



市民総合体育館

☎2952・0511

◆健康増進スポーツ相談

日時1月30日と2月13日の水曜日、15時と16時から 内容 初心者を対象としたトレーニング相談 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

健康維持目的／日時1月23日(水) 減量目的／日時2月6日(水) ※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

◆やさしいヨガ教室(初級)

日時1月8日～3月26日の火曜日、19時30分～20時30分(全12回) 費用5千円(保険料など) 申込み12月18日(火)から費用を持って同体育館へ ◆体操教室など

13日の水曜日、9時30分～10時30分 体のゆがみ改善体操／日時1月23・30日、2月6・13日の水曜日、11時～12時 費用1回500円 主婦のためのスロウウォーキング／日時1月23・30日、2月6・13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1月23・30日開催は1月9日(水)から、2月6・13日開催は1月23日(水)から同体育館へ

狭山台体育館

☎2958・1201

◆身体引締め&ストレッチ

日時1月7・21日、2月4・18日、3月4日の月曜日、13時30分～14時30分(全5回) 定員20名 ◆らくらくヨガ



日時1月7・21日、2月4・18日、3月18日の月曜日、15時10分～16時(全5回) 定員15名 共通事項／対象高校生以上 費用2千円(保険料など) 申込み12月17日(月)、10時から費用を持って同体育館へ

健康はなまる講座

日時1月24・31日(木)、9時～12

日(金)から社会教育課へ内線5672

歴史講座

江戸時代の嘘と真実

日時1月25日(金)、13時30分から 定員15名 申込み1月17日(木)から勤労福祉センターへ ☎2953・5948

映写会を楽しみませんか

日時1月～3月の毎月第3金曜日、13時から 内容1月「細雪」、2月「父ちゃんのポーが聞こえる」、3月「海峡」 対象 60歳以上の方 ※狭山市駅西口から送迎バスあり 申込み 宝荘へ ☎2952・7777

都市緑化植物園

☎2952・6131

◆写真展

日時12月22日(土)～1月6日(日)、9時～16時 内容植物にかかわる写真の展示 ◆用土・肥料展

日時1月8日(火)～19日(土)、9時～16時 内容土・肥料の解説と展示 ◆ブルーベリーの手入れ

日時1月13日(日)、13時30分～15時30分 内容年間管理と剪定 定員20名 申込み12月21日(金)から同植物園へ ◆植物園市民ギャラリーの展示写真を募集

展示期間2月3日(日)～17日(日)、

※ 天候などで、変更や運休の場合あり

駐車場所	1月	2月	3月	駐車時間
水押自治会館	8日 29日 (火)	19日 (火)	12日 (火)	9:50～10:20
若葉台児童交通公園				10:40～11:30
広瀬小学校				13:20～14:00
けやの森学園	9日 23日 (水)	6日 20日 (水)	13日 (水)	14:20～15:00
入曽公民館				9:30～10:10
オリーブ				10:30～11:10
むさしの園	10日 24日 (木)	7日 21日 (木)	14日 (木)	13:40～14:10
富士見小学校				14:30～15:10
野々宮神社				9:30～10:00
新狭山小学校	11日 25日 (金)	8日 22日 (金)	15日 (金)	10:20～11:10
入間川小学校				13:20～14:00
ひかり幼稚園				14:20～15:00
水富小学校	11日 25日 (金)	8日 22日 (金)	15日 (金)	10:20～10:50
広瀬神社				11:00～11:30
金剛幼稚園前				13:40～14:30
山王小学校	11日 25日 (金)	8日 22日 (金)	15日 (金)	14:50～15:20

1～3月の移動図書館さみどり号の巡回日

駐車場所	1月	2月	3月	駐車時間
笹井小学校	22日 (火)	5日 26日 (火)	19日 (火)	10:10～10:50
笹井自治会館				11:00～11:30
青柳氷川神社				13:50～14:40
堀兼小学校	16日 30日 (水)	13日 27日 (水)	27日 (水)	14:50～15:30
三商自治会館				9:30～10:10
入間野小学校				10:30～11:10
柏原小学校	17日 31日 (木)	14日 28日 (木)	21日 (木)	13:20～14:00
柏苑				14:10～14:50
フラワーヒル東公園				9:50～10:40
入曽運動広場	18日 (金)	1日 15日 (金)	1日 22日 (金)	10:50～11:30
奥富ふれあい館				13:20～13:50
家族倶楽部				14:10～14:40
ガーデンシティ狭山	18日 (金)	1日 15日 (金)	1日 22日 (金)	15:00～15:30
中原公園				9:50～10:40
つつじの園				11:00～11:30
市営柏団地	18日 (金)	1日 15日 (金)	1日 22日 (金)	13:30～14:10
水季野集会所				14:30～15:20

市民会館

☎2953-9101

大ホール1月の予定

20日(日)	ワンワンとあそぼうショー (狭山ケーブルテレビ・NHK川越営業センター) ①12:30 ②14:30 (事)(民)
27日(日)	狭山市吹奏楽祭 (狭山市吹奏楽連盟) 9:10 (自)(民)

小ホール1月の予定

19日(土)	中川ひろたかコンサート (狭山市教職員主任手当拠出金管理運営委員会) 12:30 (自)・(事) (併用)(民) フルーツ&ギターデュオ定期演奏会 (フルーツとギターの会) 18:30 (整)(民)
--------	--

※時間はいずれも開場時間。(自)は自由入場、(事)は事前申込(無料)、(整)は整理券(無料)です。(民)は民間の主催で、関係者のみのものは掲載していません

1月の休館日1～4・10・16・23・30日

ご利用ください
元気プラザのコミュニティカフェ

狭山元気プラザ内にコミュニティカフェがオープンしています。元気大学修了生や地域団体などのワンデイシェフによる日替わりメニューを提供していて、どなたでも利用することができます。お気軽にお越しください。

営業日 ▶月・水・木・金曜日

開店時間▶ランチタイム／11時～14時

▶ティータイム／14時～16時



問合せ元気プラザへ ☎2968-6885