

学ぶ・楽しむ

都市緑化植物園

☎2952・6131

◆有用植物展

日時9月19日(土)〜27日(日)、9時〜17時 内容古くから生活に利用されてきた植物を紹介
◆秋の自然観察会
智光山公園内の鳥や植物を観察します。
日時10月4日(日)、13時30分〜15時30分 定員20名 申込み9月26日(土)から同園へ
◆草木染展
日時10月10日(土)〜18日(日)、9時〜17時

◆球根教室

日時10月11日(日)、13時30分〜15時30分 内容寄せ植え体験と球根植物の年間管理など
定員20名 費用800円(材料費) 申込み10月3日(土)から同園へ
博物館
☎2955・3804

◆古文書読解講座(初級)

日時9月26日〜12月12日の土日

イベント

カレンダー-9・10月

※開催日はイベント初日のみ記載

9月18日(金)	ビューティーピラティス…P13
19日(土)	有用植物展…P14
21日(祝)	ZUMBA…P13
22日(日)	リフレッシュヨガ…P13 アクティブヨガ…P13 やさしいヨガ…P13
23日(祝)	健康体操…P13 エアロピクス…P13
26日(土)	古文書読解講座…P14 骨盤美立ストレッチ…P13 らくらくヨガ…P13 ロコモ体操…P13
10月1日(木)	石けんづくり…P13 認知症啓発パネル展…P15 絵本を楽しむ会…P13
2日(金)	ヒーリングピラティス教室…P14
3日(土)	傾聴ボランティア養成講座…P13
4日(日)	秋の自然観察会…P14 体験学習「茶席」…P14
5日(月)	身体引締めストレッチ教室…P14 らくらくヨガ教室…P14 富士見公民館元気塾…P14
8日(木)	布ぞうりづくり…P13
9日(金)	エンジョイエアロ…P15
10日(土)	草木染展…P14 絵ハガキで見る夢とその時代展…P14 秋のトレッキング…P15 認知症サポーター養成講座…P15
11日(日)	球根教室…P14 市民参加イベント2015秋…P14 ピラティス…P15
14日(水)	「35歳からの、カラダと心の健康貯金」…P16
15日(木)	水中ウォーキング…P15
16日(金)	リラックスヨガ…P15 iPad講座…P15 駅前発！楽しく自分磨き講座…P16
17日(土)	初心者ポルトガル語講座…P14 埼玉県西部まちづくり協議会男女共同参画講演会…P15
20日(火)	骨盤ストレッチ…P15 健康はなまる講座…P16
21日(水)	ALTが教える英会話教室…P17
22日(木)	裂き織…P13
24日(土)	「吉田松陰と関わりのある人々」…P15 普通救命講習会I…P15
25日(日)	「残しておきたい狭山の風景」めぐり…P16 狭山市レクリエーション広場2015…P17
26日(月)	市民ゴルフ大会…P16
27日(火)	シニア・エンジョイスポーツ大会…P17

ヒーリングピラティス教室

日時10月2日〜30日の金曜日、19時30分〜21時(全5回) 場所市民総合体育館 内容体の深層部の筋力トレーニングとリラクゼーションで体質改善
対象市内在住・在勤で18歳以上の方 定員15名 費用400円(保険料など) 申込み9月17日(木)から費用を持ってスポーツ振興課へ内線5712

狭山台体育館

☎2958・1201

◆スポーツ教室

身体引締めストレッチ/日時10月5・19日、11月2・16・30日、12月7日(月)、13時30分〜14時30分(全6回) 申込み9月21日(祝)、14時30分から費用を持って同館へ
らくらくヨガ/日時10月5・

富士見公民館元気塾

日時10月5・19日、11月9・16日、12月7・21日、28年1月18日、2月1・15日、3月7日(月)、14時〜16時(全10回) 内容ストレッチやレクリエーション
対象55歳以上の方 定員30名(多数は抽選) 申込み9月17日(木)、9時〜9時15分に同館へ☎2959・0175

初心者ポルトガル語講座

日時10月17日〜28年3月19日の第3土曜日、10時30分〜12時(全6回) 内容初歩から会

認知症啓発パネル展

認知症の正しい理解 対応方法、相談窓口などをパネルで紹介します
期間10月1日(木)〜15日(木) 場所市役所1階エントランスホール 問合せ介護保険課へ内線1555

秋のトレッキング(中級)

日程10月10日(土) 場所大山神奈川県 対象市内在住・在勤の方 定員40名(25名以上で実施。多数は9月25日に抽選) 費用3千500円(9月28日〜10月2日にスポーツ振興課

認知症サポーター養成講座



オレンジリング 認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を見守る応援者を養成する講座です。修了者には、サポーターの証「オレンジリング」を贈呈。
日時10月10日(土)、14時〜15時30分 場所富士見公民館 対

サンパーク奥富

☎2969・3809

◆スポーツ教室

エンジョイエアロ/日時10月9日〜12月18日の金曜日、13時〜14時(10月16日を除く。全10回) 定員20名 費用4千円
ピラティス/日時10月14日〜12月9日の水曜日、11時30分〜12時30分(11月11日を除く。全8回) 定員30名 費用3千200円
水中ウォーキング/日時①10月15日〜12月17日の木曜日、9時15分〜10時(全10回) ②10月16日〜12月18日の金曜日、9時15分〜10時(全10回) 定員各15名 費用6千300円
リラックスヨガ/日時10月16日〜12月18日の金曜日、11時30分〜12時30分(全10回) 定員30名 費用4千円
骨盤ストレッチ/日時10月20日〜12月22日の火曜日、14時〜15時(11月3・24日を除く。全8回) 定員20名 費用3千200円

市民会館

☎2953-9101

大ホール10月の予定

27日(火)	校内音楽会(狭山市立中央中学校)	10:10	自(民)
--------	------------------	-------	------

小ホール10月の予定

10日(土)	歌と踊りの祭典(滝ミュージック)	9:30	自(民)
17日(土)	新舞踊 花の会(狭山市新舞踊連盟)	10:00	自(民)
18日(日)	狭山市三曲連盟定期演奏会(同連盟)	12:00	自(民)
21日(水)	平田祭子歌謡コンサート	10:15	自(民)
31日(土)	五団体の発表会(狭山市吟詠連盟)	9:30	自(民)

※時間はいずれも開場時間。自は自由入場(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

10月の休館日5・13・19・26日

共通事項/申込み9月17日(木)から印鑑を持って同施設へ

iPad講座

タブレット(iPad)の機能や特徴の紹介と基本的な使い方を学びます。

日程	時間
10月16日(金)	13時30分〜15時30分
10月17日(土)	14時30分〜16時30分
11月20日(金)	13時30分〜15時30分
11月21日(土)	13時30分〜15時30分
11月18日(金)	13時30分〜15時30分
12月19日(土)	13時30分〜15時30分

埼玉県西部まちづくり協議会男女共同参画講演会

保育

厚生労働事務次官・村木厚子さんによる、「女性の活躍促進と地域社会の活性化を目指して」をテーマとした講演会です。

日時10月17日(土)、14時〜16時 場所駿河台大学(飯能市) 定員150名 保育1歳〜未就学児(一人500円・10名。飯

市民参加イベント

2015秋



日時10月11日(日)、13時〜17時10分 場所市民交流センター 内容応募者から選抜された8団体による演奏やダンスなどの発表 問合せ市民センターへ☎2954・2111

歴史講演「吉田松陰と関わりのある人々」

幕末から明治維新にかけて、吉田松陰にスポットをあてた講演会です。
日時10月24日、11月14日(土)、10時〜11時30分 定員各回20名 費用各500円 申込み10月1日(木)から智光山荘へ☎2953・6677

普通救命講習会I

日時10月25日(日)、9時〜12時 場所狭山消防署 内容心肺蘇生法(成人)と大量出血時の止血法など 対象狭山市・所沢市・飯能市・入間市・日高市に在住・在勤・在学中で、中学生以上の方 定員30名 申込み10月6日(火)から狭山消防署消防管理課平日の8時30分〜17時15分へ☎2953・7112