



健康はなまる講座

食事のバランスとストレッチや調理実習、ストレッチ体操などで生活習慣を見直します。



※開催日はイベント初日のみ記載

Table with 2 columns: Date and Event Name. Includes events like '市内の春まつり紹介展', 'ZUMBA', '文化財展', etc.

日時 4月21日(金)の9時〜12時30分、28日(金)の9時〜13時20分(全2回)。

市内の春まつり紹介展

狭山市の桜の名所と春の祭りの写真などを展示します。

日時 3月18日(土)〜4月9日(日) 9時〜21時30分 問合せ産業労働センターへ ☎29467643

都市緑化植物園

☎29526131

◆さやまの花守展

日時 3月23日(木)〜4月9日(日) 9時〜17時 内容地域の緑を管理する団体の活動内容などをパネルで紹介

◆庭木の手入れ教室(常緑樹)

日時 3月26日(日)、13時〜15時30分 定員20名 申込み

市民参加イベント

2017春

日時 3月26日(日)、13時〜18時 場所市民交流センター 内容

サピオ稲荷山

☎29530577

◆ABCからのファーストステップ英会話教室(4月生) 日時 4・11・18・25日(火)11時30分〜12時30分(月4回) 対象高

校生以上 定員15名 費用3千600円 申込み3月21日(火)から費用を持って同施設へ

◆子ども空手教室(4月生) 初級/日時 ①4・11・18・25日(火)17時30分〜18時30分(月4回) ②1・8・15・22日(土)、9時

〜10時(月4回) 中・上級/日時 ①4・11・18・25日(火)18時30分〜19時30分(月4回) ②1・8・15・22日(土)、10時〜11時(月4回) 共通事項/対象5歳児〜小学生 定員20名 費用4千円 申込み3月20日(祝)、10時から費用を持って同施設へ

◆成人空手教室(4月生)

日時 1・8・15・22日(土)、11時〜12時(月4回) 対象高校生以上 定員20名 費用4千円 申込み3月20日(祝)、10時から費用を持って同施設へ

市民会館

☎2953-9101

大ホール4月の予定

Table with 2 columns: Date and Event Name. Includes 'リズムなわとび発表会', 'ダンス in 狭山', '定期演奏会'.

小ホール4月の予定

Table with 2 columns: Date and Event Name. Includes '脳・心臓市民公開講座', 'カラオケ発表会', 'ピアノ発表会', 'あひるの会コンサート'.

※時間はいずれも開場時間。㊟は事前申込(無料)、㊿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

4月の休館日 3・10・17・24日

◆春の自然観察会

3月18日(土)から同園へ 日時 4月9日(日)、10時〜12時 内容智光山公園内に咲いている花の形や蜜標などを観察 定員20名 申込み4月1日(土)から同園へ

◆春の山野草展

日時 4月14日(金)〜16日(日) 9時〜17時(16日は15時30分まで) から同園へ

文化財展と講演会

展示/3月22日(水)〜26日(日)、9時〜17時 内容幕末から大正時代に織られた絹織物「広瀬斜子織」の紹介 問合せ社会教育課へ内線5674

講演会/3月25日(土)、14時〜16時 内容広瀬斜子織と養蚕の技術 定員70名 申込み3月17日(金)から社会教育課内線

◆フラダンス基本コース(4月生)

日時 1・8・15・22日(土)、18時30分〜20時(月4回) 対象高校生以上 定員18名 費用4千円 申込み3月20日(祝)から費用を持って同施設へ

◆水泳のタイムトライアル

日時 3月25日(土)、17時〜18時 内容希望の泳法と距離でタイムを測定 対象小学生以上 定員15名 費用500円(小中学生は200円) 申込み3月17日(金)から同施設へ

サンパーク奥富

☎29693809

◆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 4月3日(月)〜6日(木)

◆スポーツ教室

骨盤ストレッチ/日時 4月11日〜6月20日の火曜日、14時15分〜15時15分(5月2日を除く。全10回) 定員20名(多数は抽選)

◆スポーツ教室

どの教室に参加しても1ポイント獲得できるポイントカードを発行しています。10ポイントで1回無料になりますので、ご利用ください。 ZUMBA/日時 3月20・27日、4月10日(祝・月)、11時15分〜12時15分 内容ラテン系エアロビクス

市民総合体育館

☎29520511

健康体操/日時 3月22・29日、4月5・12日(水)、9時30分〜10時30分 エアロビクス/日時 3月22・29日、4月5・12日(水)、11時〜12時 骨盤美立ストレッチ/日時 3月23・30日、4月6・13日(木)、9時30分〜10時30分

は抽選) 費用4千円 アッチャーボディー/日時 4月12日〜6月28日の水曜日、11時30分〜12時30分(4月19日、5月3日を除く。全10回) 内容ヨガやピラティスの動きで体幹を鍛える 定員25名(多数は抽選) 費用4千円

ピラティス/日時 4月12日〜6月28日の水曜日、13時〜14時(4月19日、5月3日を除く。全10回) 定員25名(多数は抽選) 費用4千円

水中ウォーキング/日時 ①4月13日〜6月22日の木曜日、9時15分〜10時(5月4日を除く。全10回) ②4月14日〜6月23日の金曜日、9時15分〜10時(5月5日を除く。全10回) 定員各回13名(多数は抽選) 費用各6千300円

リラックスヨガ/日時 4月14日〜6月23日の金曜日、11時30分〜12時30分(5月5日を除く。全10回) 定員30名(多数は抽選) 費用4千円

図書館

中央図書館 ☎29544646 狭山台図書館 ☎29583801

◆4月の休館日

中央図書館 3・10・17・24日 狭山台図書館 10・24日

◆ビプリオバトル

おすすめの本を持ち寄り、紹介し合い、読んでみたい本に投票して1位を決めます。 日時 3月26日(日)、15時〜16時 場所 狭山台図書館 対象小学生以上

◆はじめてのビプリオバトル

日時 4月23日(日)、14時30分〜16時 対象小学生以上 定員20名 申込み3月26日(日)から 狭山台図書館へ