

学ぶ・楽しむ

さやま大茶会の席主を募集



茶会の席主を募集します。
開催日11月11日(日) 対象市内で活動している方(流派・個人・団体は問いません) 募集席数15席程度 申込み3月22日(木)から市民文化課内さやま大茶会実行委員会事務局へ内線25513

狭山稲荷山公園で開催する、秋の風物詩「さやま大

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。
リフレッシユヨガ/日時3月20・27日、4月3・10日(火)、13時30分〜14時30分 定員各日25名
やさしいヨガ/日時3月20・27日(火)、19時〜20時 定員各日25名

ストラーノヨガ/日時3月21・28日、4月4・11日(水・祝)、11時15分〜12時15分 内容ホップな曲に合わせて行うユニーク発祥のヨガ 定員各日25名
骨盤美立ストレッチ/日時3月22・29日、4月5・12日(木)、9時30分〜10時30分 定員各日40名
らくらくヨガ/日時3月22・29日(木)、11時15分〜12時15分 定員各日25名
ロコモ体操/日時3月22・29日、4月5・12日(木)、15時〜16時 内容背骨ほぐしやストレッチなどで介護予防 定員各日25名
骨盤ヨガ/日時3月22・29日、4月5・12日(木)、19時〜20時 定員各日25名
ビューティーピラティス/日時3月23日(金)、11時15分〜12時15分 定員25名
ZUMBA/日時①3月26日、4月9日(月)、11時15分〜12時15分 ②4月5・12日(木)、11時15分〜12時15分 内容ラテン系エアロビクス 定員各日40名
健康体操/日時3月28日、4月4・11日(水)、9時30分〜10時30分 定員各日40名
エアロビクス(4月から)かんたんエアロ/日時3月28

日、4月4日(水)、11時〜12時 定員各日15名
ナチュラルヨガ/日時4月5・12日(木)、10時50分〜11時50分 定員各日25名
共通事項/費用一回500円
◆ダイエツピラティス
日時4月6・13・20・27日、5月11・18・25日、6月8・15・22・29日(金)、11時15分〜12時15分(全11回) 定員20名 費用5千円 申込み3月23日(金)から費用を持って同館へ
サンパーク奥富
☎2969・3809

◆水彩画教室



日時①4月10・24日(火)②4月12・19日(木)③4月18・25日(水)、13時〜16時(全2回) 定員各12名 費用各3千円 申込み3月17日(土)から同施設へ

◆スプリングコンサート

日時4月22日(日)、13時〜15時 内容弦楽四重奏 定員200名 費用500円(小学生以下は無料) 申込み3月17日(土)から同施設へ

◆スポーツ教室

エンジョイエアロ/日時4月6日〜6月29日の金曜日、13時〜14時(4月13・20・27日、5

市税 Q&A



Q 原付バイク、自動二輪車、軽自動車などの税金(軽自動車税)は、いつの時点で所有していると課税されますか

A 軽自動車税は、4月1日現在の所有者に1年分が課税されます。使用していなくても、所有していると課税の対象となりますので、廃車に伴う登録の抹消や名義変更の手続きなどは、3月30日(金)までにお済ませください。

なお、原付バイクを「一時的に使用しない」という理由での廃車はできません。

問合せ▶原動機付自転車・小型特殊自動車…市民税課へ内線1096 ▶125cc超の二輪車…埼玉運輸支局所沢自動車検査登録事務所へ☎050-5540-2029 ▶軽自動車…軽自動車検査協会所沢支所へ☎050-3816-3111

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11日〜6月20日の水曜日、13時〜14時(4月18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12日〜6月21日の木曜日、9時15分〜10時(5月3日を除く。全10回)②4月13日〜6月22日の金曜日、9時15分〜10時(5月4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13

日〜6月22日の金曜日、11時30分〜12時30分(5月4日を除く。全10回) 定員30名(多数は抽選) 費用4千円
共通事項/申込み3月23日(金)必着で、往復はがきに、住所氏名・ふりがな、年齢・性別、電話番号、参加希望教室(はがき一枚につき1教室1名のみ)を明記し、同施設(〒350-1332 下奥富2552-1)へ
市民センター
☎2954・2111

日時4月22日(日)、①11時〜12時30分②14時30分〜16時 場所市民交流センター 内容「ペット」 定員各回240名
申込み3月17日(土)、10時から市民交流センター2階総合案内で整理券(いずれかの回で、1人4枚まで)を配付
◆市民参加イベント2018春
日時3月25日(日)、13時〜17時40分 場所市民交流センター1 内容応募から選抜された8団体による演奏やダンスの発表 定員240名
さやはく生涯学習フォーラム
①狭山の民間信仰史跡巡り/

サピオ稲荷山

☎2953・0577
◆水泳のタイムトライアル
日時3月31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(土)から費用を持って同施設へ

◆カラオケ大会の出場者を募集

日時4月22日(日)、13時〜16時30分 定員40名 費用1千500円(別途施設利用料が必要) 申込み3月16日(金)から直接同施設へ

◆フラダンス(4月生)
日時7・14・21・28日(土)、18時30分〜20時(全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(火)から費用を持って同施設へ
◆健康気功体操(4月生)
日時8・15・22・29日(日・祝)、10時30分〜12時(全4回) 対象高校生以上 定員20名 費用2千400円 申込み3月20日(火)から費用を持って同施設へ
◆子ども空手(4月生)
初級/日時①3・10・17・24日(火)、17時30分〜18時30分(全4回)②7・14・21・28日(土)、9時

〜10時(全4回)
中・上級/日時①3・10・17・24日(火)、18時30分〜19時30分(全4回)②7・14・21・28日(土)、10時〜11時(全4回)
共通事項/対象5歳児〜中学生 定員各20名 費用各4千円 申込み3月20日(火)から費用を持って同施設へ
◆成人空手(4月生)
日時7・14・21・28日(土)、11時〜12時(全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(火)から費用を持って同施設へ



心の悩みや心配ごとを一人で抱えないで 3月は自殺対策強化月間

自殺は、特別な人だけの問題ではありません。普通の生活をしてきた人も、ある日突然自殺に至ることがあります。あなたの周りに、いつもと何かようすが違うな…という人はいませんか?変化に気付いたらそっと声を掛け、話を聴き、早めに専門家の相談窓口につないでください。ファクスでも相談をお受けしています。

◆こころの健康や悩みの相談窓口

相談窓口		受付時間
保健センター	☎2959-5811	月〜金曜日、8時30分〜17時15分(祝・休日、年末年始を除く)
	☎2959-3074	
埼玉いのちの電話	☎048-645-4343	24時間受付

問合せ保健センターへ☎2959-5811