

## 健康・福祉

### 血圧と上手なおつきあいを 高血圧教室

日時 9月29日、10月14・24日、11月10・24日、12月7日、平成18年3月1日の月・水・木・金曜日、9時～13時(全7回) 内容 医師の講話・体操・調理実習など 対象 60歳未満で最低血圧値90mmHg以上か最高血圧140mmHg以上で、原則として過去に受講したことのない方 定員30名 費用1千

### 幼稚園園長による子育て講座

日時 9月28日、14時～15時 場所 新狭山出張所 対象 就園前の子を持つ保護者 定員15組 保育あり。場所は新狭山プレイス 申込み 9月5日、9時30分から電話で乳幼児情報センター(代理申込みは不可)へ 2958 1155

(注) 調理実習費。ほかに血液検査費500円が3回分必要) 申込み 9月1日～15日 に保健センターへ 2959 5811

## 市民会館

### 大・中ホール9月の予定

4日	愛のプロジェクト(愛の翼) 9:30 自(民)
18日	歌と踊りの祭典(狭山市歌謡会) 10:00 自(民)
21日	エクソダス・スティール・オーケストラ(MIN-ON) 18:00 有(民)

### 小ホール9月の予定

11日	発表会 in さやま(さやま話し方教室) 9:30 自(民)
25日	舞踊発表会(狭山市新舞踊連盟) 10:00 自(民)

時間はいずれも開場時間。自は自由入場、有は有料です。(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。日程は変更になる場合があります  
問合せ市民会館 休館日は5・12・20・24・26日) 2953 9101

### 県民おしっこの日

日時 9月11日、11時～16時 場所 所沢市民文化センター 内容 「尿もれ」がテーマの講演会や無料相談、在宅介護体験など 問合せ保健センター 2959 5811 県泌尿器科医会へ 048 824 2611

### 福祉講座・高齢者の食事

日時 9月13日、14時～16時 内容 管理栄養士の食事指導 対象 介護予防に関心のある方 定員20名 申込み 9月6日 まで 入間川在宅介護支援センターへ 問合せ高齢者福祉課内線1573 かつ同センターへ 2956 3366

## 図書館

### 中央図書館

#### 狭山台図書館 共通

休館日・時間外の資料返却 正面玄関わきのブックポストをご利用ください。ただしCD・ビデオは開館日に中央図書館3階返却カウンターへお返しください。また、狭山市市民サービスコーナーでも返却資料をお預かりしています。

## 中央図書館

2954 4646

9月の休館日

5・12・20・26・30日

9月の祝日を閉館

19日(敬老の日・月)と23日(秋分の日・金)

対面朗読サービス

視覚に障害のある方や高齢者の方などに、資料を音訳する対面朗読サービスを行っています。

また、来館が困難な場合は、移動図書館駐車場でも資料を受け渡します。利用方法はお問い合わせください。

9月のおはなし会

ぶんこのポケット/日時10日、14時から 対象小学2年生以下

びんびんくらぶおはなし会/日時14日、11時から 対象未就園児と保護者

ちびぞうクラブ/日時15日、10時30分と15時から 対象未就学児と保護者

ぱかぱかおはなしばこ/日時16日、11時から 対象未就園児と保護者

朗読ボランティアの読み聞かせ/日時18日、14時から

子ども映画会

日時 9月3日、14時から 内容はれとときぎた(38分)、腹ぺこ童子(20分)

## 狭山台図書館

2958 3801

9月の休館日

5・12・19・20・23・26・30日

9月のおはなし会

ちびちびぞうクラブ/日時13日、11時から 対象未就園児

ちびぞうクラブ/日時16日、15時30分から 対象3歳以上

## 相互利用図書館

### 9月の休館日

入間市 1・2・5・12・19・26・30日  
所沢市 1・5・12・19・26日 飯  
能市 5・12・19・23・26・30日 川  
越市 5・12・20・21・26・27・30日 川  
越駅東口図書館は 6・13・20・21・26・27・30日

## 公民館・集会所

手編みでステキなプレゼントを作ってみませんか?

日時 9月29日、10月27日の毎週木曜日、10時～12時(全5回) 内容 棒編み、かぎ編みなど



で小物づくり 定員15名 申込み 9月1日～10日 に富士見集会所へ 2959 6230

# 児童館

## 四館共通



ドレミクラブ員を募集

日時10月6日、  
12月1日の毎週  
木曜日、10時～  
11時(全8回)  
対象平成18年4  
月から3年保育  
を希望している幼児と保護者

定員各館20組(多数は抽選)申  
込み9月22日、9時30分～9時  
45分に各児童館(当日説明会あ  
り。電話・代理申込み不可)へ

# 中央児童館(稲荷山)

2953 0208

中央児童館9月のお休み

19・20・23日

親子交流スペース9月のお休み  
毎週日曜日と19・20・23日

プラネタリウム9月の星空解説  
日時毎週日曜日と第2・4土曜  
日の11時と15時から 内容CG  
動画・二つの太陽 費用小学生  
以上1000円

プラネタリウム星空と音楽  
日時9月10日、18時～19時  
内容氷川きよし 費用小学生以  
上1000円

天体観望会・星王を見よう  
日時9月10日、19時30分～20  
時30分(雨天・曇天は中止。17時  
に決定)

アニメ映画会  
日時9月17日、14時から 内  
容アイス・エイジ 定員50名

未就学児は保護者同伴 申込  
み当日、中央児童館(13時から整  
理券を配布)へ

おもちゃの病院  
日時9月11日、10時～12時  
内容壊れたおもちゃの修理 費  
用無料(部品の交換は実費) 申込  
み当日の12時までに中央児童館  
(電話も可)へ

子育て中のお母さんのための  
プラネタリウム

日時9月27日、10時30分～11  
時30分 定員15名(多数は抽選)  
申込み9月13日、9時30分～  
9時45分に中央児童館へ

## 第三児童館(広瀬)

2952 7120

わくわく親子バス遠足

日時9月15日、10時～13時  
場所日高市総合運動公園 対象  
3・4歳児と保護者 定員15組  
(多数は抽選) 持参品弁当、飲  
み物、シートなど 申込み9月  
8日、9時30分～9時45分に  
第三児童館へ

ボカボカ親子バス遠足

日時9月29日、  
10時～12時40分  
場所彩の森公園  
(入間市) 対象  
1・2歳児と保護  
者 定員15組(多数は抽選) 持  
参品弁当、飲み物、シートなど  
申込み9月21日、9時30分～  
9時45分に第三児童館へ



## 第四児童館(水野)

2958 7992

ばんだくらぶバスハイク

日時9月14日、10時～12時30  
分場所こども動物園 対象2歳

児と保護者 定員25組(多数は  
抽選) 費用2000円 持参品  
おやつ、飲み物、シートなど 申  
込み9月3日、9時30分～9  
時45分に第四児童館へ

おもちゃの病院

日時9月10日、10時～12時  
内容壊れたおもちゃの修理 費  
用無料(部品の交換は実費) 申  
込み9月1日 から第四児童館  
(電話も可)へ

## お礼

ありがとうございました

温かい寄附をいただきました。  
厚くお礼申し上げます。

狭山市連合歌謡協会から社会  
福祉のために2万9千600円

## こども動物園

2953 9779

秋の鳴く虫展

日時9月17日～10月2日、  
9時30分～16時30分 内容秋に  
鳴く虫を中心にスズムシやバッ  
タの仲間などをパネルで展示  
ワンポイントガイド

日時9月17日～19日、13時  
～13時15分 内容バッタの話  
雨天中止

## 出会いとふれあいに満ちた浪漫の友好都市 中国杭州市 親善訪問団員を募集

友好都市・中国杭州市で  
開催される「2005年西湖国  
際マラソン大会」に合わ  
せ、今年も参加ランナー  
と杭州市親善訪問団員を  
募集します。中国四千年の歴史と文化にふれながら、  
さまざまな市民交流ができる絶好のチャンスです。  
マラソンへの参加は自由ですが、ジョギング程度の  
脚力でも挑戦できますので、ぜひ、ご参加ください。  
日程11月3日～8日 の5泊6日 訪問地杭州市、上  
海市など 対象市内在住・在勤・在学の方 定員25  
名 費用約14万5千円 マラソン種目男子ハーフマ  
ラソンの部、男女別10km・5km・2.5kmの部 申込み9  
月1日、9時から電話で市民文化課へ内線2516



### 杭州市訪問日程

日 程	内 容 ( 予 定 )
11月3日	狭山市 成田 上海 上海市見学
11月4日	上海市、蘇州市見学
11月5日	蘇州市、杭州市見学 西湖マラソン前夜祭
11月6日	西湖マラソン大会 杭州市見学
11月7日	杭州市、紹興市見学
11月8日	杭州 成田 狭山市