



市民総合体育館

2952 0511

トレーニング機器の利用講習会

コース名	10月	講習時間
午前コース	18日	9時30分～12時
午後コース	12日	13時30分～16時
夜間コース	23日	18時～20時30分

内容トレーニング機器を利用するための説明と実技 対象15歳以上の方(中学生を除く) 定員各コース20名 費用2000円(施設使用料)申込み10月1日、9時から講習日の前日までに費用を持って同体育館へ

スポーツ相談(個人面談)

日時10月12日、9時～12時と18日、13時～17時 内容運動メニュー作成、運動指導、栄養・休養処方と指導 対象15歳以上の方(中学生を除く) 申込み相談日の前日までに同



9月20日	秋の木の实展(～30日)... P12
22日	不老荘の陶芸教室(～11月4日、全7回)... P13
27日	秋の古文書解説講座(～11月29日、全10回)... P14
30日	家庭から始める地球温暖化対策... P14
10月1日	クラフト展(～8日)... P12 筋力向上トレーニング教室(～11月5日、全6回)... P14 介護予防教室(～12月10日、全6回)... P15
2日	スポーツ吹矢教室(～21日、全5回)... P15
3日	水中ウォーキング教室(～11月14日、全7回)... P14
4日	秋の親子クラフト教室... P12
5日	ダイアプラン設立20周年記念事業... P15
8日	宝荘のいきいきライブ教室(全6回)... P13 ピラティス教室(～11月19日、全7回)... P12
10日	秋の山野草展(～13日)... P12 環境問題の講演会... P13
11日	応急手当普及員講習会(～13日、全3回)... P13 秋の企画展(～12月7日)... P14
12日	茶席体験学習... P14 トレーニング機器利用講習会(18・23日)... P12 スポーツ相談(18日)... P12
15日	A L Tが教える英会話教室(～17日、22～24日、各全3回)... P15
16日	甲種防火管理者新規講習(17日)... P13
17日	寿荘の囲碁大会... P13
18日	植物園まつり... P12 コスモスファミリーコンサート... P12 三富文化財ウォーク... P13
20日	ペーパードライバーの安全運転教室... P12 富士見公民館の元気塾(～3月2日、全10回)... P15
21日	さやまの市民講座... P15 健康はなまる講座(28日、全2回)... P15
22日	人権問題講演会... P14
23日	犬のしつけ方教室... P15
25日	普通救命講習会... P13
26日	庭木の冬の手入れ教室... P12 マイカー点検教室... P12 テーピング教室(11月9日、全2回)... P15
27日	市民ゴルフ大会... P15

体育館へ

ピラティス教室

西洋のヨガといわれ、体力の弱い人でも無理なくできるエクササイズです。
日時10月8日～11月19日の毎週水曜日、9時30分～11時30分(全7回) 対象市内在住・在勤・在学の高校生以上の方 定員30名 費用2千円 申込み9月19日 から費用を持って同体育館代理申込みは不可へ

内容木の枝や葉などを使ったクラフト 対象市内在住・在勤の小学生と保護者 定員15組 持参品筆記用具、軍手 希望者に限り作品をクラフト展で展示 申込み9月17日、9時から同植物園へ

庭木の冬の手入れ教室
日時10月26日、13時30分～15時30分 対象市内在住・在勤の方 定員20名 費用2000円 持参品木バサミ、せんていのこぎりなど 申込み10月9日、9時から同植物園へ

都市緑化植物園

2952 6131

第3回植物園まつり

日時10月18日、10時～15時(小雨決行) 内容緑の相談コーナー、花苗の無料配布、模範店、移動動物園など

秋の親子クラフト教室

日時10月4日、10時～12時

秋の木の实展/日時9月20日～30日

クラフト展/日時10月1日～8日

秋の山野草展/日時10月10日～13日

時間はいずれも9時～16時

F M チャッピー・みどりの

時間はいずれも9時～16時

時間の放送(77・7MHz) 放送日毎週木曜日の9時40分ごろ 内容植物アドバイスや園内の開花状況など

コスモスファミリーコンサート

狭山名曲鑑賞 会と共催のコンサートです。
日時10月18日、14時30分開演 内容地域在住の音楽家のピアノ、フルートの演奏など 問合せ水野公民館へ 2958 7991



狭山名曲鑑賞 会と共催のコンサートです。
日時10月18日、14時30分開演 内容地域在住の音楽家のピアノ、フルートの演奏など 問合せ水野公民館へ 2958 7991

マイカー点検教室

日時10月26日、10時～12時 場所商工祭内交通安全フェア会場(狭山稲荷山公園) 内容自動車構造や整備についての講義と実技 対象小型か普通乗用自動車(1BOXを除く)を

ペーパードライバーの安全運転教室

日時10月20日、9時～12時30分 場所狭山モータースクール 対象これまで受講したことがない市内在住の普通自動車免許を有する65歳未満の方 定員30名 費用1千円(保険料など) 教習車を使用 申込み9月26日 必着で往復はがきに教室名、住所氏名、電話番号を記入し交通防犯課へ内線3691



日時10月20日、9時～12時30分 場所狭山モータースクール 対象これまで受講したことがない市内在住の普通自動車免許を有する65歳未満の方 定員30名 費用1千円(保険料など) 教習車を使用 申込み9月26日 必着で往復はがきに教室名、住所氏名、電話番号を記入し交通防犯課へ内線3691

大・中ホール10月の予定

Table with 2 columns: Date and Event details. Includes '校内音楽会(中央中学校)' and '横田早紀江さん講演会'.

小ホール10月の予定

Table with 2 columns: Date and Event details. Includes '全国歌の甲子園 埼玉大会' and 'カラオケ発表会'.

時間はいずれも開場時間。自は自由入場、有は有料。(市)は狭山市、(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

老人福祉センター

宝荘のいきいきライフ教室 / 日時10月8日〜平成21年3月11日までの毎月第2水曜日

費用2千円(材料費など)

狭山市駅東口から無料送迎バスあり 申込み不老荘へ

957 3502

寿荘の囲碁大会 / 日時10月17日、9時30分〜16時

市内在住の60歳以上の方 定員40名 費用1000円(保険料など)

入間公民館から無料送迎バスあり 申込み9月17日 から寿荘へ

応急手当普及員講習会

事業所や自主防災組織などで、普通救命講習会ができる応急手当普及員を養成するた

めの講習会です。

日時10月11日、13日、9時〜17時(全3回)

対象市内在住・在勤の18歳以上の方 定員20名 費用3千360円

(テキスト代) 申込み9月17日(9時〜17時)から消防本部救急課へ

普通救命講習会



日時10月25日、9時〜12時 内容心肺そ生法とAEDを使用した応急手当 対象市

内在住の中学生以上の方 定員30名

申込み9月17日(9時〜17時)から消防本部救急課へ

2953 7147

甲種防火管理者新規講習

日程10月16・17日(木・金) 場所埼玉西部広域消防本部飯能市

対象市内在住・在勤の方で防火管理者を必要とする事業所の管理・監督的な立場の方

定員40名 費用3千500円(教材費) 申込み10月2日 から費用を持って消防本部予防課

三富文化財ウォーク 秋の不老川と文化財巡り



日時10月18日、9時〜15時30分 指定史跡七曲井前に集合

雨天の場合 19日に順延

内容は、内容水野開拓の地割りや県指定無形民俗文化財「入曾の獅子舞」の見学、地元伝承の民話などを聞きながら入曾から堀兼を散策

定員40名(多数は抽選) 費用3000円 持参品昼食など 申込み9月30日 までに社会教育課へ内線5674

ALTが教える英会話教室

日時・内容 10月15日、17日

：日常会話編 10月22日

：24日：旅行会話編

いずれも9時30分〜11時30分

全3回 対象市内在住で全回参加できる方 定員各20名

申込み9月26日 必着で、往復はがきに希望講座名を一つ、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し教育センター(T3501304 狭山台2-74)へ

地球温暖化の講演会

日時10月10日、10時〜12時

内容原子力発電や地球温暖化定員50名 申込み9月22日から狭山台公民館へ

295 71271

狭山市ゴルフ大会

日程11月17日 場所日高カントリー倶楽部

内容18ホール新ペリア方式 対象市内在住・在勤・在学の方 定員200名

費用5千円(会員は4千円。別途プレー費が必要) 申込み10月12日 までにカワシマヤスポーツ店へ

295 22213 問合せ体育課

内線5711 狭山市ゴルフ協会へ 2952 7747