

図書館

中央図書館 2954 4646  
 狭山台図書館 2958 3801

4月の休館日  
 中央図書館・狭山台図書館6・13・20・27・30日 4月から狭山台図書館も祝日開館します

メンタルヘルス講演会

日時3月24日、14時〜16時  
 場所教育センター 内容統合失調症ってどんな病気？ 定員100名 申込み障害者福祉課へ内線1594

公開講座・認知症の介護者家族の気持ち

日時4月17日、18時15分〜20時30分 場所サンパーク奥富 定員80名 申込み3月16日 から高齢介護課へ内線1553



いきいきライフ教室

日時4月から毎月第2水曜日13時〜14時(全12回) 内容運動を中心とした健康講座

対象60歳以上の方、1回のみ参加も可 狭山市駅西口から送迎バスあり 申込み宝荘へ 2952 7777

狭山市民展の作品を募集

開催日6月5日〜7日  
 募集作品日本画、洋画、水彩画を含む、切り絵、書、彫刻、工芸、写真 出品は各部ごと一人1点、作品規格は開催要項・公民館・富士見集会所に留意して確認 対象市内在住・在勤・在学の方か公民館利用者で、いずれも中学生以上の方 作品の搬入5月29・30日(金・土)9時〜21時に中央公民館30日は17時までへ

3月22日	体験学習・茶席(4月12日) ...P15
24日	メンタルヘルス講演会... P14
28日	工作ヒーロー・キットマンがやってくる(5月2日)...P15
4月4日	桜まつり(5日)... P14
5日	トレーニング機器利用講習会(11・17日)...P15 スポーツ相談(11日)... P15
6日	おためしヨガ教室(～6月29日、全6回)... P15
10日	高血圧教室(～9月25日、全6回)... P14
11日	アマ囲碁団体戦(十段戦) ... P15 春の古文書読解講座・初級編(～6月20日)... P15
13日	元気塾(～9月14日、全10回)... P15
14日	初心者ゴルフ教室(～5月21日、全10回)... P15
15日	初・中級者テニス教室(～5月22日、全10回)... P15
17日	公開講座・認知症の介護者家族の気持ち... P14
20日	身体引き締めとストレッチ教室(～7月6日、全6回)... P15

申込み4月18日〜5月9日、9時〜17時に各公民館か富士見集会所(休館日と日曜・祝日を除く)へ 問合せ中央公民館へ 2952 2230

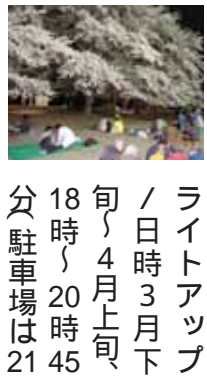
狭山台寿大学受講生を募集

健康管理の方法や日々の生活に潤いを与える方法を楽しむ、仲間作りや生きがい作りを行います。  
 日時4月15日〜7月15日の第3水曜日、13時30分〜15時全4回) 対象60歳以上の方 定員50名 申込み3月24日から狭山台公民館電話・代理は不可へ 2957 1271

市民会館の市民ギャラリーを貸し出し

事務室前のロビーと大ホール1階の通路に、絵画や写真などを無料で展示できるスペース幅3・6m、高さ1・2m)を設けています。対象市内在住・在勤か市内のサークルに所属している方(プロを除く) 申込み4月7日 までに申込書に必要事項を記入し市民会館へ 2953 9101

狭山稲荷山公園・夜桜のライトアップと桜まつり



ライトアップ / 日時3月下旬〜4月上旬、18時〜20時45分 駐車場は21時まで) 詳しい日程は決まり次第、市のホームページやモバイルサイト、狭山市観光協会のホームページなどでお知らせします

高血圧教室

日時4月10・24日、5月12日・6月9・23日 と9月25日、9時〜13時(全6回)  
 内容医師の講話、血液検査、体操、調理実習など 対象60歳未満で最低血圧90mmHg以上、最高血圧140mmHg以上の治療中でない方 定員25名 費用1千円(調理実習費、血液検査費1千500円程度が別途必要) 申込み3月17日〜27日 に保健センターへ 2959 5811

**さやまCITYゴルフ大会**

今年から公開抽選日の前に申込みが必要になりましたので、ご注意ください。

日時5月11・18日 場所東京ゴルフ倶楽部 内容18ホール新ペリア方式 対象市内在住・在勤の方 定員各日120名(多数は抽選) 費用1千500円(ほかにプレー費、食事代などは当日精算) 公開抽選4月13日、19時から市役所6階会議室 申込み4月6日～9日、8時30分～20時に直接体育課一人1組のみで重複は不可へ内線5711

**富士見公民館**

2959 0175

**元気塾**

日時4月13日～9月14日の月曜日、14時～16時(8月を除く、全10回) 内容簡単なストレッチやレクリエーション

対象55歳以上の方 定員25名(多数は抽選) 申込み3月24日、9時～9時15分に同公民館(電話は不可)へ

**東雲大学**

日時4月～平成22年3月の毎月第3木曜日、14時～15時30分(8月は除く) 内容生涯学習

情報ガイド 市政 暮らす

の各種講座 費用1千円(バス見学会は別途必要) 対象6歳以上の方 定員60名 申込み3月12日 から同公民館へ

各講座共通事項/定員40名 費用1千500円(資料代、くずし字読解の手引・全面改訂版をお持ちの方は1千円) 申込み初級編は3月19日、中級編は3月25日、それぞれ9時から博物館へ

各イベントの申し込みは電話でお願いします。 体験学習・茶席

日時3月22日と4月12日の日曜日、11時～15時 内容小さなお子さんも参加できる茶席 定員50名 費用3000円(12日は3500円・入館料含む) 工作ヒーロー・キットマン

日時3月28日・5月2日の土曜日、11時と14時から(各日2回) 対象小学6年生以下 定員各回30名 内容キットマンと一緒に木の動くおもちゃ(ケロケロガエル)を作る 費用1千円 申込み3月18日、9時から博物館へ

春の古文書読解講座 初級編/日時4月11日～6月20日の毎週土曜日、10時～11時30分、5月2日を除く全10回)

中級編/日時4月～22年3月の毎月第3金曜日、10時～11時30分(全12回) 対象初級編修了者

教育・子育て・キッズ 学ぶ・楽しむ 募集 官公庁など

教育・子育て・キッズ 学ぶ・楽しむ 募集 官公庁など

お花見開館のお知らせ 3月30日と4月6日の月曜日は臨時開館します。

**アマ囲碁団体戦(十段戦)**

日時4月11日、8時50分～16時30分 対象市内の囲碁グループ(5名一組) 費用一組4千500円(昼食代含む) 申込み3月26日 までに中央公民館へ 2952 2230

**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	4月	講習時間
午前コース	5日	9時30分～10時30分
午後コース	11日	13時～14時
夜間コース	17日	19時～20時

内容講義と実技 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4月5日、13時～14時と11日、9時30分～10時30分 内容運動メニュー作成、運動指導など 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体育館へ

**初・中級者テニス教室**

日時4月15日～5月22日の水・金曜日、9時～11時(全10回) 場所狭山台中央公園テニスコート 対象市内在住・在勤の方(20年度同教室参加者を除く) 定員40名 費用2千円(保険料など) 申込み3月18日 から費用を持って体育課へ内線5712



**初心者ゴルフ教室**

日時4月14日～5月21日の火・木曜日、10時～12時(全10回) 場所新狭山ゴルフセンター 対象市内在住・在勤の方(定員20名、多数は抽選) 費用1万7千円(ボール代、保険料など) 持参品クラブズレンタルあり、ゴルフシューズ(運動靴も可) 申込み4月2日、14時～14時15分に費用を持って



て市役所6階会議室へ 問合せ体育課へ内線5712

スポーツ安全保険にご加入を 保険期間4月1日～平成22年3月31日の1年間(途中加入でも3月31日まで) 対象5名以上で構成する団体

スポーツ安全協会のホームページからも加入可 問合せ体育課内線5712か同協会 埼玉県支部へ 048 830 6958

**狭山台体育館**

2958 1201

身体引き締めとストレッチ 教室/日時4月20日、5月18日、6月1・15・29日、7月6日の月曜日、13時30分～14時30分(全6回) 内容簡単にできるストレッチの習得 費用2千500円(保険料など) おためしヨガ教室/日時4月6・20日、5月18日、6月1・15・29日の月曜日、15時10分～16時(全6回) 内容初心者向けのヨガ体験 費用4千円(保険料など)

各教室共通事項/対象高校生以上の方 定員15名 申込み3月25日 から費用を持って狭山台体育館へ 2958 1201