



市民総合体育館

2952 0511

健康増進スポーツ相談

日時12月9日と23日の水曜日、16時30分～18時 内容初心者を対象としたトレーニング

グ相談 定員各4名

つまずき・転倒予防体操
日時12月2日、9時30分～10時30分
いきいき体操教室

日時12月9日、15時～16時
内容簡単な体操やストレッチ
健康ストレッチ教室

日時12月16日、9時30分～10時30分
リフレッシュ体操教室

日時12月23日、15時～16時
おなかスッキリ体操

日時12月2日、23日の水曜日、11時～12時 費用1回500円

肩こり・腰痛予防改善体操
日時12月2日、23日の水曜日、13時30分～14時30分 費用1回500円

トレーニングプログラム作成
減量目的/日時12月2日
健康維持目的/日時12月16日
いずれも15時～17時

定員各4名 費用各500円
申込みいずれも同体育館へ

環境にやさしい絵画コンクール入賞作品展

日時11月17日～27日、8時30分～17時 土・日を除く
17日は12時から、27日は15時まで
場所市役所エントランスホール 問合せリサイクル

図書館の子ども向け事業

● 中央図書館 2954 4646 ●

子ども映画会
日時12月5日、14時から 内容よい子のたのしいクリスマス(25分)、ロトの紋章・ドラゴンクエスト列伝(45分)
クリスマス会

日時12月12日、14時～15時 内容手作り人形劇、パネルシアター、本の紹介など

12月のおはなし会
ぴよんぴよんくらぶおはなし会/日時9日、11時から 対象未就園児と保護者

ちびぞうクラブ/日時17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18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20日、14時から 対象幼児以上

● 狭山台図書館 2958 3801 ●

12月のおはなし会
ちびちびぞうクラブ/日時8日、11時から 対象3歳以下
ちびぞうクラブ/日時18日、15時30分から 対象3歳以上

プラザへ 2953 2831

学校給食センター見学ツアー

日時11月27日、11時～12時
内容人間小学校給食センターの見学と試食 費用230円
(試食代) 申込み宝荘へ 2952 7777

体験学習・鏡餅作り

つきたてのお餅も食べられます。
日時12月13日、10時～14時



対象小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴) 定員15名 費用600円 持参品

ブロン、タオル、透明なビニール袋、はし 申込み11月18日、9時から博物館へ 2955 3804

狭山シニア・コミュニティ・カレッジ文化祭

日時11月27日～29日、9時30分～16時30分 27日は12時から、29日は15時まで
場所市民会館 内容学科ごとに学習・研究成果の展示、発表、実演など 問合せ社会教育課 へ内線5673

普通救命講習会

日時12月13日、9時～12時
内容心肺そ生法とAEDを使用した応急手当 対象中学生

問合せ財政課へ内線7113

今月の同時配布物

さいせいスクラムたうん

以上で、市内在住・在勤の方
定員30名 申込み11月17日
から消防本部救急課 9時～17時へ 2953 7147

(仮称) 狭山元気大学策定プラン(案)の意見募集の結果を公表

9月に意見募集した(仮称)狭山元気大学策定プラン(案)に対しての意見の概要と市の考え方を公表します。

公表期間11月10日～30日 公表場所
政策企画課、市役所2階行政資料室、各地区センター(ホームページでも公表) 問合せ同課へ内線7133

有料広告を募集中

企業のイメージアップなどにご利用ください。詳しくは市の公式ホームページでご案内しています。

問合せ財政課へ内線7113

市民の情報

市民の皆さんからの情報を掲載します。内容を確認し、判断のうえに参加ください。なお、同一団体・個人でのイベント掲載は1年に4回までとし、会員登録は掲載費を指定できません。

イベント

植物画愛好会展

日時11月17日～12月1日、9時～17時 場所富士見公民館 内容植物画の展示 問合せ同会・鈴木一俊さんへ 2957 2056

木目込みで干支寅を作りませんか

日時11月17日、12月8日の火曜日13時～16時(全4回) 場所入曽公民館 対象初心者 定員10名 費用2千600円(材料費) 申込み木目込み人形やよい会・金澤潤子さんへ 2958 0931

狭山写真サークル15周年写真展

日時11月22日～29日、9時～19時 場所中央公民館 内容写真の展示 問合せ同会・六倉英明さんへ 2953 8769

相続・遺言等の無料個別相談会

日時11月21日、12月12日の17時30分から、11月28日、12月20日の13時から 場所市民会館 内容相続・遺言、成年後見など高齢者に身近な問題の相談 定員各5名 申込み高齢者問題研究会・小林七郎さんへ 2956 0072

女性の手作りパン作り

日時11月27日、9時～13時 場所富士見公民館 内容こねから焼成まで全過程を体験。作ったパンは持ち帰り 定員16名 費用2千500円(材料費、レシピ代) 申込みオープンクラブ・鈴木美華さんへ 2969 0911

木目込みでひな人形作り

日時11月27日、12月18日の金曜日9時～12時(全4回) 場所新狭山公民館 定員10名 費用5千460円(材料費)、道具代別途 11月20日に説明会あり 申込み木目込み人形たちばな・沼倉巨子さんへ 2959 3291

社交ダンス講習会

日時11月30日、12月14日の毎週月曜日、初級ワルツ)13時～14時30分と、中級タンゴ、ルンバ)14時30分～16時(全3回) 場所中央公民館 費用各クラス1千円 持参品ダンスシューズヒールカバ(持っている方は運動靴) 問合せダンスサークルドリーム・松尾兼子さんへ 2953 2696

正月家庭料理

日時12月3日、10時～12時30分 場所保健センター 内容だて巻き、ぶりの照り焼きなど 定員25名 費用500円(材料費) 申込み狭山市健康づくり推進協議会・山崎盟子さんへ 2959 7281

楽しく運動しよう

日時12月4日、10時～12時 場所

富士見公民館 内容無理なく体を動かそう 対象50歳以上の方 定員40名 申込み狭山市健康づくり推進協議会・平山美穂さんへ 2957 7672

親子で一緒に森で遊ぶ

日時12月5日、10時～12時 場所智光山公園 内容親子でネイチャーゲームを楽しむ 対象3歳～6歳の幼児と親 定員20組 持参品飲み物、シート 申込みさやまネイチャーゲームクラブ・中野美奈子さんへ 2955 3788

狭山市ボウリング連盟大会

日時12月6日、13時～15時 場所新狭山グラウンドボウル 内容3ゲームアメリカン方式 定員100名 費用1千500円 申込み同連盟・松原亘さんへ 2952 2111

狭山市ダンス連盟交流会

日時12月6日、15時～20時30分 場所市民総合体育館 内容フロアによるサンバ講習会、フリーダンス、ミキシング、花の抽選会 費用1千円前売り700円) 持参品ダンスシューズ(ヒールカバ着用) 問合せ狭山市ダンス連盟・肥後正彬さんへ 2953 8899

ぶじみコンサート

日時12月6日、14時～15時30分 場所富士見公民館 内容フルート二重奏、ソプラノ独唱、ギター独奏、ピアノ独奏 定員200名 問合せ狭山名曲鑑賞会・中山恭子さんへ 503424 5378

青少年文化体験フェスタ

日時12月12日、10時～15時 場所水富小学校、水富公民館 内容茶道、生け花、オカリナなど 対象小・中学生 内容によって定員、費用、持参品あり 申込み狭山市文化団体連合会・中内伊美子さんへ 2957 7334

音の祭典

日時12月12日、13時～16時 場所富士見公民館 内容尺八、三味線、琴、オカリナの演奏とマジックの発表 問合せ狭山ふれあい音音の会・吉田英宏さんへ 2958 7845

富士見の森の素敵な音楽会 日本四季

日時12月13日、14時～16時 場所富士見公民館 内容バイオリン、ストをゲストに迎え、歌、フルート、ギター、ピアノなどで日本の唱歌、世界の名曲を演奏 定員150名 問合せおんげい・佐藤英彦さんへ 2958 3241

音の祭典

日時12月12日、13時～16時 場所