



カレンダー 12・1月  
開催日はイベント初日のみ記載

12月	12	写真展...P20
	17	宝荘の映画会...P21
	22	お正月料理と和菓子作り... P20
	24	寿荘のクリスマス会...P20
1月	5	展示コーナー1周年祭...P21 冬休み水泳教室...P20 新春かきぞめ・もちつき大会...P21
	6	かきぞめ作品展...P21 つまずき・転倒予防体操...P21 おなかスッキリ体操...P21 肩こり・腰痛予防改善体操...P21 トレーニングプログラム作成...P21
	8	初めてのパソコン教室...P20 健康リズム体操...P21
	9	歴史講座...P20
	10	水泳ワンポイントレッスン...P20
	12	体験教室作品展...P21 さやま大茶会の写真展と俳句展...P20
	13	健康増進スポーツ相談...P21 いきいき体操教室...P21
	15	初春にお茶を楽しむ、ミニ花籠作り...P21
	16	体験学習・初めての香席...P20 日本語ボランティアのための講演会...P21
	17	ストレッチ教室...P21 ブルーベリーの手入れ...P20 上級救命講習会...P20
	19	男女共同参画基礎講座...P21
	20	健康ストレッチ教室...P21
	21	福祉施設の見学会...P21
	23	新春・お茶を楽しむ会...P21
	24	柿の手入れ...P20
	27	リフレッシュ体操教室...P21
	30	健康づくり講演会...P20

上級救命講習会

日時1月17日、8時45分～17時  
内容心肺そ生法とAEDの使用と搬送法などの応急手当  
対象市内在住・在勤の中学生以上の方 定員30名  
申込み12月17日 から消防本部救急課(9時～17時)へ  
2953 7147

お正月料理と和菓子作り

日時12月22日、2月10日、13時30分～16時(全2回)  
定員16名 費用1千500円(材料費)  
申込み12月17日、9時から費用を持って富士見公民館へ  
2959 0175

健康づくり講演会

日時1月30日、9時30分～12時  
場所市民会館 内容こ

こころの健康など

と保育あり 定員360名  
申込み12月18日 から健康推進課公式ホームページから  
も可へ  
2956 8050

サピオ稲荷山

2953 0577

初めてのパソコン教室

日時1月8日～29日の金曜日、11時～12時(全4回)  
内容パソコンの起動から勉強する  
対象50歳以上 定員15名  
費用4千円

水泳ワンポイントレッスン

日時1月10・24日の日曜日、14時15分～14時45分  
幼児・小学生は13時30分～14時  
定員各15名  
費用プール利用料のみ必要

冬休み水泳教室

日時1月5日～7日、16時～17時  
対象小学生の初心

者 定員15名 費用1千800円

(別途施設使用料が必要)  
申込みいずれも12月20日までに往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、教室名を記入し、サピオ稲荷山〒3501324 稲荷山1 123へ

サピオ稲荷山

2955 3804

博物館

体験学習・初めての香席  
日時1月16日、11時と14時(2回)  
内容古心流師範の指導による初春の雅なひととき  
対象小学3年生以上 定員各60名  
費用1千500円(中学生以下は700円、材料費など)  
申込み12月17日、9時から電話で博物館へ

歴史講座

日時1月9・23日、2月6・20日、3月6・20日の土曜日、10時～11時

写真展

日時12月12日～1月16日、9時～16時  
内容自然の

風景

日時12月12日、9時～16時  
内容自然の

都市緑化植物園

2952 6131

柿の手入れ

日時1月24日、13時30分～15時30分  
内容剪定と年間管理法  
定員20名 費用300円(材料費)  
申込み1月15日～22日、9時から同園へ

ブルーベリーの手入れ

日時1月17日、13時30分～15時30分  
内容剪定と年間管理法  
定員20名 費用300円(材料費)  
申込み1月7日～14日、9時から同園へ

写真展

日時12月12日～1月16日、9時～16時  
内容自然の

さやま大茶会の写真展と俳句展



11月に行われたさやま大茶会「の写真と、当日に展示した秀作俳句を展示します。

寿荘のクリスマス会

日時12月24日、10時30分～12時  
内容ハンドベル演奏マジックショーなど  
対象60歳以上の方 定員80名  
費用1000円  
申込み同荘へ  
2959 7241

**日本語ボランティアのための講演会**

日時1月16日、13時30分～15時30分 場所市民会館 内容多様な背景を持つ外国人との会話について考える 対象外国人への日本語支援活動を行っている方 定員50名 申込み12月18日 から自治振興課内狭山市国際交流協会事務局(水曜日を除く9時～16時)へ 2952 4584

**中央公民館**

2952 2230

**新春かきぞめ・もちつき大会**  
日時1月5日、10時～12時  
対象市内在住・在学の小・中学生と高校生 定員120名  
持参品書道用具、古新聞など  
用紙は公民館で用意  
かきぞめ作品展  
展示期間1月6日～9日  
最終日は15時まで  
申込みいずれも12月19日、17時まで  
中央公民館 日曜日を除くへ

**市民総合体育館**

2952 0511

**健康増進スポーツ相談**  
日時1月13・27日の水曜日、16時30分～18時 内容初心者

情報ガイド 市政 暮らす

対象としたトレーニング相談 定員各4名

つまずき・転倒予防体操  
日時1月6日、9時30分～10時30分  
いきいき体操教室  
日時1月13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1月20日、9時30分～10時30分  
リフレッシュ体操教室  
日時1月27日、15時～16時  
健康リズム体操  
日時1月8日～29日の金曜日、9時30分～10時45分  
内容音楽に合わせた体操運動  
おなかスッキリ体操  
日時1月6日～27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1月6日～27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1月6日  
健康維持目的/日時1月20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

時～16時 内容図書、衣類、食器類、小型家具などの頒布  
問合せ第一環境センターへ  
2953 2831

**体験教室作品展**

日時1月12日～16日、9時～16時 内容布ぞうり、さき織、マイバックなどの体験教室で製作された作品を展示  
展示希望者は12月26日までに作品を持参 問合せリサイクルプラザへ 2968 1323

**福祉施設の見学会**

日程・場所 1月 21日：特別養護老人ホーム第二つじの園 28日：特別養護老人ホームオリーブ 2月4日：みのり福祉会 申込み社会福祉協議会へ 2954 0294

**図書館**

中央図書館 2954 4646  
狭山台図書館 2958 3801  
1月の休館日  
中央図書館・狭山台図書館 15:12・18:25日

**展示コーナー1周年祭**

日時1月5日～7日、9時～18時  
を一人利用カード1枚で10冊まで借りられるようになり  
ました。なお、CD、ビデオ、DVD、カセットは、各2点のままで  
です。利用期間は従来どおり  
15日間です。

**宝荘の映写会**

日時12月17日、13時～14時  
(体操教室は10時～11時) 内容映画 もつひとつのむかし  
ばなし」お母さんの卵焼き」  
狭山市駅西口から送迎バスあり  
対象60歳以上の方  
問合せ同荘へ 2952 77

**ストレッチ教室**

日時1月17日、10時～12時  
場所市役所6階会議室 対象市内在住・在勤の方 定員20名  
費用200円(保険料など) 申込み12月18日 から  
費用を持って体育課へ内線5712

**智光山荘**

2953 6677

**男女共同参画基礎講座**

日時1月19日～2月16日の火曜日、10時から(全5回) 場所  
所東京家政大学狭山校舎など  
内容男女共同参画のこれまで  
これから、幕末から明治の女性  
群像など 対象原則として全講座  
に参加できる方  
保育あり 定員30名 費用1千円  
申込み12月21日～1月15日  
に男女共同参画推進室へ内線2514

**新春・お茶を楽しむ会**

日時1月23日、13時30分～14時  
14時30分からの3回 対象市内  
在住の60歳以上の方 定員各10名  
狭山市駅東口

**桜まつりの出演者募集**

4月3・4日(土・日)に、狭山  
稲荷山公園で開催する桜まつり  
の出演者を募集します。  
費用3千円 多数は抽選  
申込み1月15日 までに狭山  
市観光協会へ 2953 1  
205 問合せ商工業振興課  
内線2551 同協会へ