



スカイテラス駅前ワンコイン講座

日時12月17日、19時～20時30分
場所産業労働センター
内容狭山野菜で長寿食 費用500円
申込み12月3日から社会教育課へ内線5672

図書館

中央図書館 2954 4646
狭山台図書館 2958 3801

12月の休館日

中央図書館・狭山台図書館6・13・20・27日～31日

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・カセット、映像資料は、視聴覚資料専用袋に入れて返却してください。

図書館の資料は皆さんの大切な財産です。多くの方に気



カレンダー 11・12月

開催日はイベント初日のみ記載

11月19日	秋の阜月展...P16
21日	体験学習「茶席」...P18
23日	狭山の自然展...P16
25日	布ぞうりづくり...P17
26日	針葉樹の剪定法...P16 狭山シニア・コミュニティ・カレッジ文化祭...P18
30日	クリスマスリース作り...P17 公開講座 狭山市の基地の現状と役割...P17
12月1日	つまずき・転倒予防体操...P16 体のゆがみ予防改善トレーニング...P16 おなかスッキリ体操...P16 トレーニングプログラム作成...P16 和服のリフォーム...P17
5日	腐葉土作りと使用方法講座...P16 県指定文化財の民俗芸能公開事業...P18
7日	脳の若返り体操教室...P16 マツの冬の手入れ法...P16
8日	健康増進スポーツ相談...P16 いきいき体操教室...P16
10日	クリスマスリース作り...P18
11日	クリスマスオーナメント作り...P16
12日	体験学習「鏡餅作り」...P18
13日	ペーパードライバーの安全運転教室...P18
14日	不老荘の押し花教室...P18
15日	健康ストレッチ教室...P16 裂き織教室(中級)...P17
17日	スカイテラス駅前ワンコイン講座...P16
18日	地域ふれあい青年講座...P18
19日	普通救命講習会...P18
22日	リフレッシュ体操教室...P16
23日	フラワーアレンジメント講座...P16
29日	硬式テニス大会・ダブルス戦...P17

市民総合体育館

2952 0511

健康増進スポーツ相談

日時12月8日と22日の水曜日、16時30分と17時30分
内容初心者を対象としたトレーニング相談 定員各2名
つまずき・転倒予防体操
日時12月1日、9時30分～10時30分
いきいき体操教室
日時12月8日、15時～16時
健康ストレッチ教室
日時12月15日、9時30分～10時30分
リフレッシュ体操教室
日時12月22日、15時～16時
体のゆがみ予防改善トレーニング
日時12月1日～22日の水曜日、11時～12時 費用1回500円

おなかスッキリ体操

日時12月1日～22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1日
健康維持目的/日時12月15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

都市緑化植物園

2952 6131

秋の阜月展
日時11月19日～21日、9時～16時
狭山の自然展
日時11月23日～12月5日、9時～16時
内容市内に生育する草花を絵画と写真で展示
樹木の手入れ講座
針葉樹の剪定法/日程11月26日

マツの冬の手入れ法/日程

12月7・8日(火・水)
共通事項/時間13時30分～15時30分 定員各日5名程度
費用300円 申込みは11月18日、は11月25日、9時から同植物園へ
腐葉土作りと使用方法講座
日時12月5日、13時30分～16時 定員25名 費用300円
申込み11月18日、9時から同植物園へ

クリスマスオーナメント作り

日時12月11・12日(土・日)、10時30分～15時
内容剪定枝と木の実を使ったオーナメント作り 自由参加
フラワーアレンジメント講座
日時12月23日、13時30分～15時30分
内容お正月飾りを作る 定員20名 費用2千500円(材料代)
申込み11月25日、9時から同植物園へ

脳の若返り体操教室

日時12月7・21日、14時～15時30分
場所狭山台公民館
内容認知機能チェック、認知症予防体操 対象おおむね65歳以上の方
申込み11月30日まで
富士見・狭山台地域包括支援センターへ 2969 0080

市民憩いの広場(家庭菜園)の利用者を募集



使用期間平成23年3月1日～12月25日 対象市内在住で、他人に迷惑をかけず、耕作地の管理、雑草などの処理(使用区画に面した道路と空き地の雑草も含む)ができる方 貸出条件 利用は1世帯(同居の別世帯も含む)で1区画(15㎡) 食用農作物の栽培に限ります 耕作権、借地権などの権利の帰属はありません 駐車場・水道はありません 費用無料(耕作にかかる種^{しゅひょう}苗、器具などの経費は自己負担) 多数は抽選。一世帯1通のみ。2通以上は無効 抽選23年1月18日、9時30分～11時30分、市役所6階会議室

広場名	場所	区画数
柏原	土橋バス停北	48
南入曽第1	新入曽橋東	72
南入曽第2	新入曽橋東	116
北入曽	東亜DKK西	108
新狭山	新狭山小学校北	78
笹井	鷺宮製作所北	36

申込み12月10日までに申込書(商工業振興課、地区センターに用意)に記入し同課へ内線2554

リサイクルプラザ

2968 1323

体験教室

布ぞうりづくり/日時11月25日 と12月13日、10時～15時 定員各10名程度 費用350円

クリスマスリース作り/日時11月30日、10時～12時30分 定員10名程度 費用100円
和服のリフォーム/日時12月1日、10時～15時 内容

ジャケットかベストを作る

定員8名程度 費用100円
裂き織教案(中級)/日時12月15日、10時～15時 内容

タペストリーを作る 定員8名程度 費用200円
共通事項/申込みいずれも11月17日 からリサイクルプラザへ

彩の国21世紀郷土かるた 狭山市大会の参加者を募集

説明会予選会日時12月12日

13時から 場所中央公民館

対象市子連未加入の小学生 費用500円(保険料など) 予選通過者は23年1月30日開催の狭山市大会に出場 申込み11月30日 までに社会教育課へ内線5671

公開講座 狭山市の基地の現状と役割

狭山市連合婦人会と共催の公開講座です。日時11月30日、13時30分～

15時30分 場所中央公民館 問合せ社会教育課へ内線5671

硬式テニス大会・ダブルス戦

日時12月29日、9時～15時 場所智光山公園テニスコート 対象狭山・人間・飯能・所沢在住か市内在勤・在学で次のいずれかに該当する方 ペアの一人が60歳以上 ペアの一人が中学生以下 家族ペアで年齢合計が100歳以上 家族ペアで女性が50歳以上 高校生以下 定員16組 費用1組2千円 申込み12月10日～17日 に同テニスコートクラブハウス(9時～18時)へ 2955 7898

サピオ稲荷山

2953 0577

アルファビクス教室12月・23年1月生募集

日時木曜日の10時～11時全8回(定員18名 費用5千円) アフターマタニティ教室12月・23年1月生募集

日時木曜日の11時15分～12時15分全8回(定員15名 費用5千円) 健康ヨガ教室12月生募集

日時金曜日の10時と11時15分(各全3回) 内容 高齢

者のための、初めての朝ヨガ」主婦のための「リフレッシヨヨガ」定員20名 費用2千500円 中国式健康気功教室12月生募集

日時日曜日の11時～12時全3回(定員20名 費用2千500円)

紅白歌合戦出場者募集 日時12月26日、14時～16時30分 定員男女各15名(多数は抽選) 費用1千円

共通事項/申込み11月23日、10時から費用と印鑑を持ってサピオ稲荷山へ 水中ストレッチ教室 日時毎週金曜日の11時45分～12時45分 費用600円(別途プール使用料が必要) 申込み当日、サピオ稲荷山へ

女性のためのコミュニケーション講座

日時23年1月13・20・27日、10時～12時全3回(場所中央公民館 内容心理療法を使ったコミュニケーション講座 対象原則全回参加できる方 定員20名 保育あり(2歳以上)で先着6名、12月22日までに申し込みが必要) 申込み11月22日 から男女共同

企画推進室へ内線2514