

回覧 ふる里ほりかね

HP : <http://www.city.sayama.saitama.jp> , E-mail : hori-kom@city.sayama.saitama.jp

脱メタボダイエット講座

～無理せず、元気にスリムになりましょう～

- 日時 平成23年6月16日(木) 6月30日(木)
19:00～20:30
- 会場 堀兼公民館ホール
- 内容 ダイエットの理解と体づくりの実践
- 講師 豊田 純子 氏
- 持ち物 筆記用具、飲み物、動きやすい服装
- 定員 15名
- 費用 500円
- 申込み 5月25日(水)午後9時から電話で堀兼公民館までお申し込みください。
先着順、定員になり次第締め切り 電話 2958-4050

第6回 グランドゴルフ大会開催のお知らせ

～皆さん、ぜひ応援に来てください～

- 日時 平成23年6月8日(水)
雨天の場合は6月11日(土)に延期
- 集合 午後1時10分
- 競技開始 午後1時30分
- 会場 堀兼シニアスポーツ広場
用具は各自持参してください。



恒例のポピー摘みが始まりました

～初夏の息吹を体験しよう～

- 日時 平成23年5月7日(土)～時期終了まで
19:00～20:30
- 場所 ひまわり畑
- 費用 20本 100円
- 受付 平日は堀兼公民館、土日は現地



第30回狭山市民展開催

～ぜひ、市民の方々の力作をご覧ください～

日時 平成23年6月10日(金)～6月12日(日)
会場 堀兼公民館
内容 日本画、洋画、切り絵、書、彫塑、工芸、写真の展示
問合せ 堀兼公民館 電話 2958-4050

会場は駐車場が少ないため、なるべく自転車や公共交通機関等をご利用ください。

スカイテラス駅前ワンコイン講座のお知らせ！

5月20日(金) 内容 「絵はコミュニケーション」
講師 日本画家 小谷野 直己 氏
申込み 社会教育課で受付中

6月10日(金) 内容 「さやまの野鳥」
講師 日本野鳥の会会員 矢内 昭夫 氏
申込み 5月18日(水)から社会教育課へ

< 共通事項 > 時間 19:00 ~ 20:30
費用 500円(資料代)
場所 狭山市産業労働センター(狭山市駅西口前)
申込み 社会教育課 電話 2953-1111(内線5672)
土日、祝日を除く8:30 ~ 17:00

堀兼アポック通信

震災に乗じた悪徳商法にご用心！

埼玉県では、3月11日に生じた大震災に乗じた悪徳商法に対する警戒を呼びかけています。義援金を装った寄付金、虚偽の説明で高額な浄水器の購入や不要なリフォーム契約を結ばせるなどの情報が寄せられているとのこと。「おかしい?」と思ったら『#9119』警察総合相談センターか狭山警察・お近くの交番へご相談を。