

回覧 ふる里ほりかね

HP : <http://www.city.sayama.saitama.jp/shisetsuannai/kominkan/horikane/index.html>
E-mail : hori-kom@city.sayama.saitama.jp

《堀兼公民館からのお知らせ》

市民文化祭堀兼会場を開催します！

今年度も堀兼公民館・農村環境改善センターを会場に市民文化祭堀兼会場を開催します。堀兼公民館で活動しているサークルや地域協力団体の発表、展示を行います。日頃の活動成果をぜひご覧ください。

また、毎年好評をいただいている堀兼野菜をふんだんに使った大いも煮会も3日（土）に開催予定です。

詳しい日程や内容は文化祭案内ページをご覧ください。

日程：11月2日（金）～11月4日（日）

午前9時～午後5時（最終日のみ午後3時まで）

場所：堀兼公民館（第1会場）

農村環境改善センター（第2会場）



第58回市民体育祭堀兼地区大会について

10月7日（日）に堀兼中学校を会場に第58回市民体育祭堀兼地区大会が開催されました。朝から雨模様でしたが、天気回復を信じ準備を進め、開会式を行いました。小学生の徒競争が終了した時点で残念ながら中止となりました。

選手、役員、自治会のみなさま、悪天候の中お疲れ様でした。



市長と話そう2012 ふれあい市民懇話会を開催します

市内4地区で市長とのふれあい市民懇話会を開催します。堀兼地区は下記の日程で、堀兼・狭山台・新狭山・奥富の4地区合同で行われます。参加は自由となっていますので、ぜひご参加ください。

- 開催日程 10月19日（金） 19：00～20：30
- 会場 狭山元気プラザ（旧狭山台北小学校）
- 参加方法 事前申込みは不要です。直接会場にお越しください。
- 問合せ 狭山市役所 政策企画課 Tel 2953-1111 内線7132、7133

堀兼公民館人権講座「家族の絆、世代の絆、地域とのつながり」～社会教育課共催事業～

専門家を講師に招き、その実務経験等の話から家族の絆、地域の絆について考えます。

第1回	11月7日(水) 19:00～20:30	人権講演会 「家族や地域を愛していますか？」	講師：馬場 光晴 氏 (有)狭山典礼代表、狭山台地区 主任児童委員
第2回	11月15日(木) 19:00～20:30	相続・遺言書セミナー ～実際の事例紹介を中心に～	講師：星 勲 氏 (税理士・行政書士)

- 場 所：堀兼公民館ホール
- 定 員：各回30名 ● 参加費：無料
- 申込み：10月17日(水)から堀兼公民館で電話受付。定員になり次第締め切り。
Tel 2958-4050

韓国家庭料理にチャレンジ！～狭山市国際交流協会 共催事業～

韓国の家庭料理の実習や伝統茶の試飲を予定しています。大人気の韓国料理を学びましょう！

- 日 時：11月30日(金) 10:00～13:00
- 場 所：農村環境改善センター 調理実習室
- 内 容：韓国家庭料理の実習(大豆もやし炊き込みご飯、ツナのわかめスープ、
海鮮ちぢみ、ナムル、韓国伝統茶 5品を予定)
- 講 師：文 鎮姪(ムン・チニユ)氏 <<韓国出身・狭山市国際交流協会理事>>
- 定 員：15名(先着順)
- 参加費：800円(材料代等) ● 持ち物：エプロン、三角布
- 申込み：10月22日(月)午前9時から堀兼公民館で電話受付。定員になり次第締め切り。
Tel 2958-4050



ママ応援！楽しく子育て親子ヨガ～NPO法人日本カルチャーヨガ協会 協働事業～


子育て中のお母さんとお子さんを対象としたヨガを行います。子育て中の母親のストレス緩和と健康増進のサポートを行うとともに、同年代の子どもを持つ母親間の交流を図ります。

- 日 時：11月28日(水)、12月5日(水)全2回 13:30～15:30
- 場 所：農村環境改善センター 和室
- 講 師：NPO法人日本カルチャーヨガ協会
- 対 象：母親と6歳未満(未就学児)のお子様
- 定 員：25組
- 参加費：無料 ● 持ち物：飲み物
- 申込み：10月23日(火)午前9時より堀兼公民館で電話受付。
1人1組の申込みとし、定員になり次第締め切り。 Tel 2958-4050



健康づくり講座 ～社会教育課・健康推進課共催事業～

公民館での健康に関する講義2回と、保健センターでの調理実習1回の、全3回の健康講座です。人間の基本である食から健康について考えてみませんか？！

第1回	11月21日(水) 9:30～12:00	①「なるほど!『こころ』と『からだ』の健康づくり ②「すこやか体操でリフレッシュ」 ③「ホッと一息、狭山茶飲んでリラックス」	堀兼公民館 ホール
第2回	11月28日(水) 9:30～12:00	①「美容と健口(けんこう)に噛みんぐ30!」 ②「バランス健康食の基本」	堀兼公民館 ホール
第3回	11月30日(金) 12月11日(火) のいずれか1日 9:30～12:00	「カロリーひかえめのボリューム満点食!」 献立:ごはん、ピーマンの肉詰め、おひたし、酢の物 ※ 調理実習の参加日は希望によりますが、申込み状況により、ご希望に添えない場合があります。	保健センター 

定員:各回20名(調理実習は各日35名)

費用:1回目、2回目は無料。3回目の調理実習のみ400円(材料費)

対象:原則として3日間参加できる方。1回目と2回目の講義については新狭山公民館、富士見公民館でも別日に同内容で行っています。詳しくはお問合せください。

申込み:10月18日(木)から堀兼公民館で電話受付。TEL 2958-4050

※ 全ての公民館講座のお問合せ・受付は平日・土曜の午前8時30分～午後5時までとなります。時間外は対応できませんので、ご了承ください。

水野、水富、柏原公民館 休館のお知らせ

公民館の耐震、空調工事等により上記3館が11月から来年2月にかけて休館となり、公民館の利用、証明書の発行ができなくなります。休館の日程は各館で異なりますので、詳細については各館にお問合せください。なお、堀兼公民館は平成25年度中に耐震工事による休館を予定しています。休館の日程など詳細が決まり次第、お知らせします。

水野公民館 2958-7991 / 水富公民館 2954-4730 / 柏原公民館 2954-4731

《地域団体からのお知らせ》

狭山市健康づくり推進協議会 みんなで体操教室

日時:10月29日(月)10:00～11:45

場所:農村環境改善センター 多目的ホール

内容:ペットボトルなどを使った筋力アップ体操 参加費:無料

申込み・お問合せ:増田さん(Tel 2959-2554)または横田さん(Tel 2959-6671)へ