



スマホって何？



※こちらはスマートフォンを持っていない人向けの講座です
実際にスマートフォンを操作するような講座ではありません

スマホ(スマートフォン)ってどういうもの?これからスマートフォンを持ちたい方にお勧めの講座です。Wifi とは?アンドロイドと 아이폰の違いは?基本の基本を、市民講師協議会の講師に解説いただきます。

- [日 時] 3月1日(木) 13:30~16:00
- [場 所] 狭山台公民館 ホール
- [内 容] スマホとは?通信の仕組みなど解説
- [定 員] 30名(先着順) [費用] 無料
- [講 師] 狭山市民講師協議会
- [申込み] 1月17日(水)から狭山台公民館事務室へ(電話可) Tel: 04-2957-1271
☆受付時間は9時~17時(日曜日・祝日除く)



狭山台地区スポーツ推進員・狭山台公民館共催

はじめての人でも大丈夫!

自分の身体と向き合うためのヨガ教室

深くゆったりと呼吸に意識を向けて、自分のペースで身体と向き合ってみませんか♪日常の喧騒から離れ、自分と向き合う時間を作ってみると身体も心もスッキリできるかもしれません!

- [日 時] 2月11日(日) 10:00~12:00
- [場 所] 狭山台公民館 ホール
- [講 師] ワタナベスタジオ
- [内 容] ヨガ理論とヨガ体操
- [定 員] 40名(先着順)
- [費 用] 無料
- [持ち物] 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル
ヨガマットまたはバスタオル
- [申込み] 1月17日(水)から狭山台公民館事務室へ(電話可) Tel: 04-2957-1271
☆受付時間は9時~17時(日曜日・祝日除く)

狭山台公民館主催

第3弾『目からウロコの介助のコツ!』はご自身の健康に役立つ知識プラス介助に役立つコツまで伝授します!

いつまでも、口から美味しく食べたい!!

~高齢者に多く死亡原因上位の誤嚥性肺炎とは?!~

飲み込みのメカニズム、予防法、介助する場合のコツを体験しながら学びましょう。必見です!

- [日 時] 2月9日(金) 13:30~15:00
- [場 所] 狭山台公民館 ホール
- [持ち物] スプーン、おはし、タオル
- [講 師] 高橋愛子氏(歯科衛生士、狭山台在住)
- [定 員] 30名(先着順)
- [費 用] 無料
- [対 象] どなたでも
- [申込み] 1月17日(水)から狭山台公民館事務室へ(電話可) Tel: 04-2957-1271
受付時間は9時~17時(日曜日・祝日除く)

市・県民税の申告と所得税の出張確定申告

公民館での申告用紙の配布は1月15日(月)からの予定です。60歳以上の方向けの出張申告は、2月1日(木)10時~15時、狭山台公民館で行えます。必要なものなど、詳しくは1月号の「広報さやま」をご覧ください。

ギャラリーさやまだい

冬休みこども書道教室 ~作品展~

春墨会の会員が指導し、書き上げたこども達の力作を是非ご覧ください。

[日 時] 1月5日(金)~2月5日(月)

9:00~17:00

[場 所] 狭山台公民館 ロビー

あかちゃんワイワイ広場 狭山台会場

- [日 時] 2月22日(木) 11:00~11:45
- [場 所] 狭山台公民館 和室
- [対 象] 0歳~1歳6ヶ月くらいのお子さんとお保護者、妊婦さん、祖父母どなたでも自由に参加できます
- [費 用] 無料(申込み不要)
直接会場にお越しください
- [問合先] 総合子育て支援センター ちゃっぽ
Tel: 04-2937-3624

公民館利用のお知らせ

現在、市内の公民館では夜間利用のない日は夜間休館(17時閉館)を実施していますので、ご注意ください。

~注意点~

- ・夜間休館日は、17時以降のロビーや印刷機の使用もできません。
- ・火曜日~土曜日の17時~22時までの夜間利用をしたい場合は、利用日の属する前々月の末日までに予約申込みを行ってください。(例:2018年3月中の17時以降利用分→2018年1月31日までに予約申し込み)
※日曜日・月曜日は夜間の利用はできません。
- ・狭山台公民館休館日: 国民の祝日
施設管理日(毎月第2月曜日)

狭山台公民館2月の休館・夜間休館予定表

★夜休: 夜間休館日(17時閉館) 休: 全日休館日

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
			1	2	3	4 ★夜休
5 ★夜休	6	7	8	9	10	11 ★夜休
12 休	13	14	15	16	17	18 ★夜休
19 ★夜休	20	21	22	23	24	25 ★夜休
26 ★夜休	27	28				