



さやまだい 公民館・地区センターだより 11月号

平成26年

11月号

発行：狭山台公民館・狭山台地区センター 狭山市狭山台3-7-1 電話04-2957-1271 2014年11月10日

みんなでハイキング ～高麗の里から白銀平展望台を歩く～

秋の最後に山歩きを楽しみませんか？西武鉄道主催のウォーキングイベントをみんなで歩きます。

- [日 時] 12月4日(木)9:10～
※イベント自体は雨天決行ですが、降雨の場合は、個人での参加となります。
- [定 員] なし [費 用] なし [持ち物] 昼食など
- [申込み] 狭山台公民館へ Tel.2957-1271
- [集 合] 9:10 高麗駅(西武秩父線)改札前
※職員が目印を持って待っています
- [備 考] 【コース】高麗駅→聖天院→高麗神社→白銀平展望台→天神社→高麗郷古民家→高麗駅
(全長13km・山道のロングコースです)

サークル1日体験 ホロスダンスクラブ

「楽しく、正しく、できたら美しく」をモットーに活動しています。ダンスに興味を持った時があなたの「ダンス適齢期」です。初心者大歓迎！楽しい雰囲気味わってみてください。



- [日 時] 11月29日(土) 19:30～21:00
- [費 用] なし [申込み] 11月28日(金)
- [持ち物] お持ちの方はダンスシューズ
- [申込み] 菱田紀子さんまで Tel.04-2954-6297

公民館ロビー展示スペース

～ギャラリーさやまだい～

- 11月10日(月)～28日(金) 懐かしの文化祭ポスター展
- 12月1日(月)～14日(日) 絵手紙ひよこの会

サークル会員募集

新狭山民謡会



三味線、尺八で民謡を楽しく唄っている会です。お気軽にお問合せください。

- [内 容] 民謡
- [時 間] 毎週火曜日 14:00～16:00
- [費 用] 【入会金】1,000円 【会費】月額 2,000円
- [連絡先] 甲田広吉さんへ Tel.2952-7423

狭山元気プラザ通信

第8回 元気！朝市



地場産の新鮮な野菜などを販売します。

- [日 時] 11月30日(日) 9:00～11:00
- [場 所] 狭山元気プラザ エントランスホール前
(雨天の場合 エントランスホール)
- [出店者] 家庭菜園を行っている方、狭山市内の野菜栽培家
- [主 催] 狭山台地域づくりをすすめる会
※詳細は、狭山台地区センター別室内の同会へ
(Tel.2958-6701)

なないろ ふれあいカフェ クリスマス会



「ちゃっぽ」の先生がやってくるよ☆
お楽しみに！！

- [日 時] 12月18日(木) 10:00～11:30
- [場 所] 狭山元気プラザ 保育室 (A棟3階)
- [対 象] 妊婦さん、1歳半までのお子さんとお母さん
- [費 用] 100円(お茶代) [申込み] 不要
- [主 催] 子育て応援グループ「なないろ」
- [問合せ] 河合さん Tel.090-4521-4414

ゆるゆる気功 体験会

自然体呼吸法とシンプルな動作で自己治癒能力を活性化し、心身のバランスを整える、とってもラクチンな気功法です。

- [日 時] 11月22日、12月6・13・20日(土)
14:00～16:00
- [場 所] 狭山台地区センター別室(元気プラザ内)
- [対 象] どなたでも
- [費 用] なし [申込み] 不要
- [主 催] プリマベラ
- [問合せ] ベラスケスさん Tel.070-5557-3334

狭山きものサークル

手結びでの着付の練習をしています。
楽しみながら上達できますよ！



- [内 容] 着物着付
- [時 間] 毎月第2・4日曜日 9:00～11:00
- [費 用] 【入会金】1,000円 【会費】月額 1,500円
- [連絡先] 藤永和子さんへ Tel.080-3097-8683

【入会金



介護者のための「リフレッシュサロン」

[日 時] 毎月第1月曜日 13:00～15:00
[場 所] 狭山元気プラザ [費 用] 100円
[申込み] 不要。ご自由にお越しください
[問合せ] 富士見・狭山台地域包括支援センター
Tel. 2969-0080

脳健康度テスト ファイブコグ検査&体操

認知症を予防するために「ファイブコグ検査」を受けてみませんか？検査は2日で1セットです。

[日 時] (検査・講義)12月2日(火)10:00～12:00
(解説・体操)12月16日(火)10:00～12:00

[場 所] 狭山台公民館 ホール
[対 象] おおよそ65歳以上の方
[定 員] 50名(先着順) [参加費] 無料
[申込み] 11月17日(月)から富士見・狭山台地域包括支援センターへ Tel. 2969-0080

あなたの鯉のぼりを入間川の空へ！

源頼朝と木曾義仲の政争に巻き込まれ、1184年に入間川河岸で命を落とした清水冠者、源義高を弔い、狭山に育つ子供たちの健康と栄達を祈るため、2014年より入間川河川敷に鯉のぼりの掲揚を行いました。今後この事業を継続させ、地域の一大イベントに育てていこうと考えています。つきましては、自宅で不要となった、もしくは揚げるのが困難になった鯉のぼりにつきまして、ご寄贈をお願いします。大きさ・数量・材質は問いません。都合の良い時間に引き取りに伺います。

よろず報告

<問合せ> 狭山市をおもしろくする会事務局 Tel.2952-7053

おいしんぼ祭り in 狭山台 2014

10月12日(日)、狭山元気プラザで「第7回食のフェスティバル おいしんぼ祭り in 狭山台2014」が開催されました。快晴の空の下、地域の皆さんの郷土料理や狭山の食材を使った創作料理のブースが並びました。11時に開会セレモニーが終わると一斉に販売が開始。待ちわびたお客さんで飛ぶように売れていきました。子供や孫と一緒に買った料理をほおぼる姿が見られ、にぎやかな秋の一日になりました。

市民文化祭 (狭山台公民館会場)

10月28日(火)から30日(木)【前期】、11月1日(土)から3日(月)【後期】の期間、狭山台公民館では恒例の市民文化祭が行われました。今年のテーマは「笑顔でふれあう、地域の和」。公民館利用サークルが日ごろの活動の成果を一堂に発表し、期間中多くの人で賑わいました。期間中に市民交流センターで行われた公民館等活動団体等表彰において、長年の活動が評価され、団体として狭山台オカリナサークルが、また個人として狭山台ハーモニカメイツ講師の田中英雄さんが表彰されました。



ハワイアンフラでエクササイズ



9月10日(水)から毎週水曜日全4回と10月8日(水)から毎週水曜日全4回の日程で、公民館サークル「ハワイアンフラマリエ」の須江道子先生を講師として、講座「ハワイアンフラでエクササイズ」を行いました。最初はぎこちなかった受講生の動きも、4回終わるころには心のこもったフラの動きになっていました。受講生からは「楽しくてあつという間だった」「運動が楽しいことがわかって希望が生まれた」といった感想が聞かれました。

産後のバランスボールエクササイズ体験会

出産後のママは体力が低下しがち。産後のリハビリ＝産後ケアが必要だと考えられています。バランスボールを使ったエクササイズを体験してみませんか？自宅でもできるセルフケアも学びます。

[日 時] 11月29日(土)10:00～11:30
[場 所] 狭山台公民館 [費 用] なし
[定 員] 15組(半年までのお子さんは同伴可、それ以降のお子さんの保育希望は応相談)
[申込み] 本橋真紀子さんへ Tel.090-3102-3997
[主 催] さやマドレ、狭山台公民館



障子の張替をしていただきました！

10月15日(水)、折り紙ボランティア養成講座受講生と卒業生の有志の皆さんが公民館和室の障子の張替をしてください、きれいになった障子で文化祭を迎えることができました。皆様本当にありがとうございました！

