

暮らし

イコス上尾の臨時休館

館内消毒のため、11月8日(火)は臨時休館します。 園イコス上尾 ☎772-1611・FAX772-1614

あげお産業祭期間中の市民体育館業務

11月9日(水)～14日(月)は施設貸し出し業務は行いません。利用料金収納などの受け付け業務は通常どおり行います。 ※12(土)、13(日)を除きます。 園市民体育館 ☎781-8111・FAX781-8113

平成28年度コミュニティ助成事業

自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に、コミュニティ助成事業を実施しています。平成28年度宝くじ助成金で次の物を整備しました。 井戸木区会／祭り用やぐら 愛宕二丁目町内会・原市六区町内会／集

会所備品(テーブル他) 園市民協働推進課 ☎775-4539・FAX775-9819



宝くじ助成で整備した集会所備品

県民手帳の販売

時12月16日(金)まで(各支所・出張所は12月2日(金)まで) 所市役所1階情報公開コーナー、各支所・出張所 (価格)500円 ※販売部数には限りがあります。 園総務課 ☎775-49889・FAX775-9819

消費者被害防止キャンペーン

消費者被害を防止するため、市消費者団体連絡会と共催でキャンペーンを実施します。 時11月7日(月)16時～ 所JR上尾駅自由通路と東西ペデストリアンデッキ 園消費者被害防止を呼び掛け、啓発チラ

シ・消費者被害防止シールなどを配布 園消費生活センター ☎775-0800・FAX776-4600

労使トラブルの解決をサポート

「解雇・雇止め」「残業代の未払い」「パワハラ」「セクハラ」など職場で困ったことはありませんか。県労働委員会では、中立・公平な立場で、労働者と会社とのトラブル解決を手伝います。手続きは簡単・無料、秘密厳守です。 園県労働委員会事務局 ☎830-6452・FAX830-4935

労働トラブル相談会

時11月6日～27日の毎週(日)10～16時 園浦和総合相談センター(さいたま市浦和区高砂3-16-58) 園①一方的に賃金の減額を言い渡された②残業代を払ってくれない③給料の支払いが遅れている④仕事が多すぎて、勤務時間を過ぎても家に帰れないなど ※面談相談で、1組1時間(要予約) 園各相談日の2日前までに電話で埼玉司法書士会へ ※平日

研修・合宿・ビジネス 収容120名 和・洋室27 第1～6研修室 体育館 テニスコート フットサルコート グラウンドゴルフ場 大浴場 サウナ ミストサウナ 宴会場 大駐車場

草津温泉 出発地 上尾、鴻巣、熊谷、川越、坂戸 東松山、滑川、小川、吉見 太田、前橋、高崎、富岡

園央川島ICより15分 東松山駅より15分 鴻巣駅より15分 川越より30分 近隣市町村送迎可 宿泊3,860～ 夕食1,300～ 朝食700円

八丁湖畔のホテルリゾート ☎0493-54-2030 埼玉県比企郡吉見町大字黒岩602 URL <http://www.friend-yoshimi.co.jp> フレンドシップハイツよしみ

カラマツ林に囲まれた静かな温泉リゾート ☎0279-88-3960 群馬県吾妻郡草津町草津464-523 URL <http://www.kusatsu-gpp.com> 草津グリーンパークパレス

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人でも悩まずに無料個別相談会をご利用ください。

B型肝炎訴訟 (給付金請求) について **無料個別相談会** を行います。

日程・会場 12/14(水) 桶川市民ホール 大会議室B 桶川市若宮1-5-9 ☎048-789-1113 12/18(日) JA共済埼玉ビル F会議室 さいたま市大宮区土手町1-2地下1階 ☎048-644-2271

対象者 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ ※ご遺族の方も給付金請求できます。

給付金 50万円～3,600万円 ※病態に応じて給付金等の内容が異なります。

弁護士費用 着手金・相談料 無料 成功報酬制 ※訴訟実費別途

完全予約制 ☎0120-013-621 (ご予約受付時間) 平日9:00～18:00 個別面談なので、他の方と顔を合わすことはありません。

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所 東京都新宿区四谷4-3 権屋ビル6-A (営業時間) 平日9:00～18:00 ☎TEL 03-5363-6333 ☎FAX 03-5363-6334 E-mail: info@precious-law.jp http://precious-law.jp/ 無料電話相談も 同時受付中! お気軽にお電話下さい。

11月は児童虐待防止推進月間

～さしのべて あなたのその手 いちはやく～

「もしかしたら虐待かな?」と感じたら迷わず下記まで
知らせてください(秘密は守ります)。

児童相談所全国共通ダイヤル(189番)

子ども・若者相談センター ☎783-4964 ☎774-5342
埼玉県中央児童相談所 ☎775-4152
上尾警察署 ☎773-0110

8時30分から17時30分まで受け付けます(祝は受け付けと相談休止)。 岡崎玉司法書士会 事務局 ☎863-7861

仕事をお探しの60歳以上の人の相談

ハローワーク浦和・就業支援サテライト(武蔵浦和駅前)では、60歳以上の人向けの求人情報の提供、定年退職後の多様な働き方の相談やライフプランのセミナーの実施など、シニアの人の就職を支援しています。 時毎週(月)～(金)

10～19時、毎週(土)10～17時(祝・年末年始を除く) 岡原則60歳以上の人 ☎ハローワーク浦和・就業支援サテライト ☎826-15611

土地家屋調査士 無料相談会

11月19日(土)10～15時 所 JR上尾駅自由通路 ☎隣地との境界を確認したい②実際の面積と登記面積が違う③土地を分割したい④土地の利用状況が変わった⑤建物を新築・増築・取り壊したなど 岡埼玉土地家屋調査士会上尾支部の篠塚 ☎71-3476

浦和総合相談センター 出張法律無料相談会

12月8日(木)13時30分～16時30分 ※平成29年1月以降も開催予定です。 所伊奈町コミュニティセンター(伊奈町小室5161) ☎相続、遺言、登記、債務整理、成年後見、不動産の名義変更など ※面談相談で、1組1時間です(要予約)。 12月1日(木)までに電話で浦和総合相談センター ☎838-7472へ ※平日10～16時に受け付けます。 岡崎玉司法書士会事務局 ☎863-7861

シルバー人材センター 入会説明会

11月15日(火)、12月7日(火)、平成29年1月11日(火)、2月14日(火)、3月14日(火)②12月5日(月)、平成29年2月13日(月) ※時間はいずれも13時30分です。 所①ワークプラザかみひら②シルバー人材センター 市内に在住の健康で働く意欲のある60歳以上の人 ※②は女性だけです。 希望日の前日までに直接、シルバー人材センターへ ☎市シルバー人材センター ☎76-8011

上尾市介護家族会

介護の悩みや不安を抱える介護者が集まり話し合う会です。 11月22日(火)、12月14日(水)、平成29年1月12日(木)、2月17日(金)、3月13日(月) ※時間はいずれも13時30分～15時です。 所プラザ22 ※車でお越しの際は、上尾西口大駐車場を利用してください(2時間まで無料)。会場は変更

セルフスタンドでは安全な給油を

ガソリンや軽油は、取り扱い方法を誤ると大きな事故につながる危険物です。セルフスタンドを利用する時は、次のことに注意して安全な給油を心掛けましょう。

有料広告募集中!!

毎月約8万5,000部発行の『広報あげお』に広告を掲載しませんか?
料金や申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
有料広告のお問い合わせは
⇒広報広聴課 ☎775-4918 ☎776-8873

55歳以上の方の就職を支援します 受講料無料

受講生募集! シニアワークプログラム

技能講習 → 就職面接会 → 就職 厚生労働省委託事業

講習名	開催地	開催日程	申込締切	内容
ベビーシッター	上尾市	12/1～8 全5日	11/21 正午	子育て世代を応援する人材! 大募集
再就職のためのパソコン	伊奈町	12/5～16 1/18～2/1 全5日	11/25 正午 1/6 正午	エクセル・ワードの基礎と応用

対象 55歳以上で、ハローワークで求職登録し全日程に参加できる方。
** その他講習: 警備業務 マンション管理員 フォークリフト講習他 **

申込先 公益財団法人 いきいき埼玉 (埼玉県シルバー人材センター連合)
〒362-0812 埼玉県伊奈町内宿台 6-26 埼玉県県民活動総合センター内
TEL: 048-728-7841 FAX: 048-728-2130
http://www.saitamaken-silver.jp

時とき 所ところ 内容内容 対象対象 費用費用・金額金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物物
申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問い合わせ

歳末たすけあい募金 配分申請

歳末援護金などの配分を希望する人・団体は次のとおり申請してください。

●歳末商品券 ④次の①②に該当する人①10月1日現在、介護保険認定要介護3～5で在宅にて生活をしている施設入所・長期入院の人を除く②特別障害者手当と障害児福祉手当を受給し、常時車いすを使用している ③介護保険被保険者証または障害者手帳の写し介護度または障害等級が明記してあるページに電話番号を記入し、11月7日(月)まで(必着)に直接または郵送で社会福祉協議会〒362-0011平塚724へ

●援護金 ④所得が生活保護基準の15倍以内の世帯(生活保護受給世帯を除く) ⑤申請用紙(各支所・出張所にある)に必要な事項を記入し、収入を確認できる給与明細書(直近3カ月分)などの写しを添えて、11月11日(金)まで(必着)に直接、担当民生委員へ

●歳末たすけあい地域福祉活動

●勤配分 ④10月～平成29年3月に、地域住民の参加による福祉活動の促進や交流などのため歳末福祉事業を計画している市内福祉団体・施設 ⑤申請用紙(社会福祉協議会にある。ホームページ④http://www.ageo-shakyo.or.jp)からダウンロードも可)に必要事項を記入して、11月7日(月)まで(必着)に社会福祉協議会へ ⑥社会福祉協議会 ⑦7155・⑧772-8647

病児・病後児保育事業

市には、子どもが病気や病気の回復期にあり、かつ保護者が就労などによって保育を行うことができない場合、保育士・看護師などが保護者に代わって子どもの状態に合わせた適切な保育・看護を行う「病児・病後児保育施設」があります。④次の①～③の全てに該当し、事前登録の済んでいる子ども①市内に住所がある0歳児～小学3年生②病気または回復期で、入院治療の必要はないが、安静の確保に配慮する状態③保護者が就労などの社会的にやむを得な

飼い主のいない 猫の不妊・去勢手術 の無料実施

生活環境課 ⑦775-6940・⑧775-9872

市と市内の獣医師が協定を締結し、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術を無料で実施しています。手術を受けられるのは次の①～⑤の全てに該当する場合です。

- ①対象の猫が市内に生息する飼い主のいない猫であることを第三者(申請者の同居の親族を除く)から確認が取れて、その人が申請・現地調査に協力できる
 - ②申請者が市内に住所を有している
 - ③該当する猫を捕獲できる
 - ④手術後は終生飼養できる者に引き渡すか、元の場所に返す。元の場所で餌やりなどを継続する場合は、近隣に迷惑が掛からないようにする
 - ⑤現地調査・猫の受け渡しが平日にできる
- ※詳しくは問い合わせてください。



動物健康応援団

よくわかる犬猫の不妊・去勢手術

生活環境課 ⑦775-6940・⑧775-9872

犬・猫の健康と長生きのため、そして、より良い伴侶動物として暮らしていき、望まれない命を増やさないために、不妊・去勢手術を選択する飼主が少しずつ増えてきました。しかし、その手術に疑問や心配のある人も多いと思います。

●不妊手術のメリット

望まれない妊娠を避けられるだけでなく、子宮蓄膿症・卵巣腫瘍などの病気が予防でき、乳腺腫瘍の発生率を下げることもできます。また発情に伴う体調の変化・偽妊娠・本能が満たされないストレスから解放され、家族や近隣の人を困らせる鳴き声やマーキングなどの問題も改善されます。

●去勢手術のメリット

妊娠を防ぐだけでなく、精巣腫瘍・前立腺肥大・肛門周囲腺腫・会陰ヘルニアなどの予防ができます。メスを求める欲求不満のストレスが解消できることも重要です。さらに犬では権勢症候群や咬傷事故などの問題行動の改善が期待でき、猫では尿スプレー・逃走による交通事故やけんかによるけがが防げ、交尾感染による猫エイズや白血病などの心配もなくなります。

●デメリット

全身麻酔での手術のため、リスクが全くないわけではありません。しかし、麻酔薬も手術技術も麻酔モニター機器も進歩しているので、ワクチンや手術前検査を行い、動物の状態を把握して手術を行えば、決して危険なことではありません。また、ホルモンバランスの変化により、尿失禁や太りやすい体質になることがあります。

このように動物たちや飼い主にとっても不妊・去勢手術は多くのメリットがあるので、不妊・去勢手術をお勧めします。

上尾伊奈獣医師協会

次回の税などの納付期限
11月30日(水)

国民健康保険税	第5期
介護保険料	第5期
後期高齢者医療保険料	第5期
し尿汲取手数料	第4期(8~9月使用分)

納税課 ☎775-5135

い事情により家庭での保育を行うことが困難 **【登録】登録**申請書実施施設・保育課にある。市ホームページからダウンロードも可を直接、実施施設または保育課へ **☎**利用日の前日18時までには実施施設に予約し、医師に市指定の「診療情報提供書」を書いてもらう **【実施施設】**オープンセサミかわかみこどもクリニック(藤波3-187 ☎789-3116)・くじらのおうち(ゆゆうくくじら保育園(原市387001) ☎71-3781)・たんぽぽ(ころぼくくる保育園(小泉5774) ☎71-2701) **☎**保育課 ☎75-5044・☎774-5342

離職中で看護職の資格を持つ人は届け出を

☎法律の改正により、看護職の資格を持っていて就業していない人は、県ナースセンターへ届け出が必要になりました。 **【届け出方法】**埼玉県看護協会ホームページの「とどけるん」のページから入力または県ナースセンターに問い合わせてください。 **☎**県ナースセンター ☎824-7220

国民年金保険料控除証明書を郵送

国民年金保険料納付済額は確定申告や市・県民税の申告で社会保険料控除の対象になります。国民年金保険料控除証明書は、平成28年1月1日~9月30日の間に納付した人には11月上旬、10月1日~12月31日の間に初めて納付した人には平成29年2月上旬に日本年金機構から郵送されます。年末調整や確定申告時に利用してください。

記載されている月以外の保険料を12月31日(土)までに納付した場合は「領収証書」を添えて申告してください。被扶養者の分も合算して申告できます。

あげお産業祭であなたの年金記録を再確認

大宮年金事務所と共同で出展します。 **☎**11月12日(土)10~15時 **☎**あげお産業祭の市民体育館内の保険年金課出展ブース **☎**次の①②を用意①基礎年金番号が分かる物②本人確認できる物 **※**②は写真付きであれば1点、写真付きでない場合は2点健康保険証・十年金手帳などが必要です。 **☎**保険年金課 ☎75-5137・☎75-9827、大宮年金事務所 ☎652-3399

11月30日は「年金の日」

年金記録や将来の年金受給見込み額を確認し、未来の生

活設計について考えてみましょう。 **☎**11月22日(火)13時30分~15時30分 **☎**伊奈町総合センター(伊奈町小室5161) **※**駐車場には限りがありますので、公共交通機関などを利用してください。 **※**電話は自動音声案内に従い「2」を選択してください。 **☎**上尾税務署 ☎70-1800

青色申告決算説明会を開催

上尾税務署では、個人青色申告者(事業所得者)を対象に平成28年分の青色申告決算説明会を開催します。 **☎**12月12日(月)10~12時・13時30分~15時30分 **☎**ラザ22 **☎**上尾税務署 ☎70-1804

年末調整説明会を開催

上尾税務署では、法人と個人事業主を対象に平成28年分年末調整の説明会を開催しま

早めのライト点灯を！
「タイム16:00ライトオン作戦」

これから年末にかけて、夕暮れ時に重大な交通事故が多発する傾向にあります。薄暗い中、風景に溶け込んで、歩行者などは車両から発見しづらくなります。そこで、16時になったら、自動車・自転車などのライトを早めに点灯するようにしてください。また、歩行者は反射材を利用しましょう。 **【交通安全年間スローガン】**「こんぱんは 早めのライトで(ごあいさつ)」 **☎**上尾警察署 ☎73-0110



時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 定定員 持持ち物
☎申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 ☎問い合わせ ※記載のないものは「無料」



スポーツ・レクリエーション

市民球場11月の催し

●埼玉県高校野球連盟軟式部
第57回関東秋季高等学校軟式
野球大会 11月4日(金)～8
日(火) 予備日9日(水)・10日(木)

●第17回2市1町管内(上尾
市、桶川市、伊奈町)高等学
校硬式野球大会 11月12日
(土)～14日(月)、19日(土)・20日(日)
(予備日は23日(祝)) 関市地域
振興公社 776-8986・関776-
33322

ファミリーバドミントン大会

ファミリーバドミントンは、
前衛1人・後衛2人の3人1
チームで行い、スポンジのシャ
トルを2回までつなげて相手
に返します。バドミントンと
は少し違うルールで、子ども
から大人まで楽しめるスポー
ツです。 12月11日(日)9時
～ 関市民体育館 【種目】①
体協支部、一般の部(中学生以
上)②ファミリーの部(小学生
1人以上と一般2人以下の混
合) 関市内に在住・在勤・在

学の小学4年生以上で編成さ
れたチーム【チーム編成】1
チーム3～6人 費1チーム
500円(保険料など) 関参加費
を用意して11月25日(金)までに
スポーツ推進委員連絡協議会
事務局(スポーツ振興課内)
へ 関スポーツ振興課 781-
8112・関776-2250

平塚ふれあい ゲートボール大会

11月21日(月)8時30分～12
時(雨天中止) 関平塚ゲート
ボール場(平塚1-97) 関ゲー
トボールを愛好する人(個人参
加) 費200円(当日納入) 申8
時10分～8時30分までに直接
会場へ 関市ゲートボール協
会の高木 773-4304

上尾市あっぱいグラウンド・ ゴルフ交歓大会

11月17日(水)8～15時(予定)
※雨天の場合は18日(金)に延期
します。 関上平公園市民球
場と多目的広場 関競技方法
32ホール(予定) 関市グラウ
ンド・ゴルフ連盟会員と連盟
加入希望者 費千円 ※新規
加入者は別途市連盟年会費

1,500円が必要です。 関
11月16日(水)13時30分～14時
30分に、上平公園内・市民球
場の一塁側入り口で受け付け
関市グラウンド・ゴルフ連盟
の森泉 773-5614

スポーツ吹矢教室

11月16日～12月7日の毎週
(水)12時30分～14時30分全4
回 関市民体育館剣道場 関
市内に在住・在勤・在学の人
費千円 ※初日に集金します。

定40人(先着順) 【服装】軽運
動ができる服装 関参加費、
上履き、飲み物、タオル 申往
復はがきに教室名、住所、氏名
(ふりがな)、年齢、性別、電話
番号を記入して、11月14日(月)
まで(必着)に市民体育館〒362-
0045向山4-3-10へ ※
身体の不自由な人も参加でき
ますので相談してください。
関市民体育館 781-8111・
関781-8113

募 集

あげお環境賞候補者

上尾市環境推進協議会では、

環境保全への意識を高めるた
め、他の模範になる優れた取
り組みをした個人・市民団体・
事業者を表彰します。受賞者
は、平成29年6月3日(土)に開
催する「上尾市環境推進大会
2017」で授賞式を行う予
定です。 関市内で次の①～

⑧の活動を行っている個人・
団体か市内に事業所がある事
業者①河川・湖沼・緑地など
身近な自然に対する保全活動

②身近な自然の創造を行う先
進的な活動③省資源・省エネ
ルギーなど地球温暖化に配慮
した活動④ごみの減量化・リ
サイクルによる資源循環型社

会の構築のための活動⑤環境
学習など、環境保全意識を高
めるための活動⑥環境マネジ
メントシステムの導入や製造

工程など事業活動における環
境負荷低減に関して有効な取
り組み⑦環境の保全や創造に
貢献する特に優れた製品やサ
ービスを提供する事業⑧その

他、環境保全や環境負荷の低
減に関して有効な活動 ※過
去5年以内に同一事例で「あげ
お環境賞」を受賞していない人
が対象です。 【応募締切】平

成29年1月18日(水) ※詳しく
は市環境推進協議会事務局(環
境政策課内)に問い合わせてく
ださい。 関環境政策課 775-
6925・関775-9872

勤労者福祉 サービスセンター会員

市内の中小企業で働く人が
健康で充実した生活を送れる
よう福利厚生事業を実施して
います。会員は随時募集してい
ますが、11月は加入促進月間の
ため入会金が無料です。この機
会にあなたも会員になりませ
んか。 関次の①②に該当する
人①市内の中小企業従業員30
人以下で働く勤労者と事業主
(事業所単位で一括加入)②市内
に在住し、市外の中小企業(従
業員30人以下)で働く勤労者と
事業主(個人単位で加入) 関給
付金の支給、生活習慣病予防検
診受診費補助、各種チケットの
あっせん、指定旅行利用補助
遊園地利用補助(東京ディズ
ニーリゾート・東武動物公園、
としまえんなど)、レクリエー
ションなど 費月額500円 関
直接、勤労者福祉サービスセン
ターへ 関勤労者福祉サービ

成29年1月18日(水) ※詳しく
は市環境推進協議会事務局(環
境政策課内)に問い合わせてく
ださい。 関環境政策課 775-
6925・関775-9872

71-58046
センター ☎71-5700・☎

自衛官

【募集種目・受付期間・応募資格・試験予定日】左表のとおり

募集種目	受付期間	応募資格	試験予定日
高等工科大学生徒	推薦 11月1日(火)~ 12月2日(金) ※締め切り日必着です。	日本国籍を有する15歳以上17歳未満の男性(推薦と一般は併願可能)	平成29年1月7日(土)~9日(祝)の指定日
	一般 11月1日(火)~ 平成29年1月6日(金) ※締め切り日必着です。		平成29年1月21日(土) ※2次試験あり。
自衛官候補生	男子 年間を通じて受け付け	日本国籍を有する18歳以上27歳未満の男性	※受け付け時にお知らせします。

※年齢は平成29年4月1日現在です。

あげおプラモ展展示作品

平成29年2月5日(日)「ミニニティセンター」で開催する「あげおプラモ展」の展示作品を募集します。 ☎プラスチック

モデル(ジャンルは問わない) ※公共施設での展示にふさわしいものに限りません。 ☑申込書(ミニニティセンター、市役所1階総合案内、各支所・出張所・公民館にある。ミニニティセンターホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、作品とともに1月20日(金)9時~29日(日)17時(必着)に直接、ミニニティセンターへ ☎ミニニティセンター ☎75-0866・☎75-0868

あげお子ども大学学生

子ども大学とは、大学のキャンパスなどで学ぶ子どものための大学です。大学で学ぶ専門的な学問や研究を大学の教授などが、分かりやすく教えます。詳しくは市ホームページや学校で配られるチラシをご覧ください。 ☎11月26日(土)②12月10日(土)③12月17日(土) 所聖学院大学、埼玉大学、芝浦工業大学大宮キャンパス ☎1「ドレゴッシュ」月の光をめぐって②「虹色に輝く宝石を作ってみよう」③「自分たちが創る明るい未来都市〜ダン

上尾税務署 確定申告期のアルバイト

【勤務期間】①平成29年1月上旬~3月末②平成29年1月上旬~3月中旬 【勤務時間】8時45分~17時の間で、原則45~7時間 所上尾税務署 【勤務内容】確定申告事務の補助作業①データの入力・チェック・書類整理など②申告会場でのパソコン操作補助 【時給】①890円②940円 ※交通費は規定内で別途支給します。 ☎18歳以上でパソコン操作ができる人 【募集人数】70人程度 【選考方法】書類審査と面接 ※簡単なパソコンの実技試験を実施します。 【募

2016上尾シティマラソン写真コンテスト作品

2016上尾シティマラソンで撮影した写真のコンテストを実施します。応募作品は12月17日(土)~26日(月)に市民体育館ロビー、平成29年1月5日(木)~10日(火)に市役所ギャラリーで開催する写真展に展示します。 ①一般の部 / 作品の規格(白黒・カラーを問わず、サイズはキャビネ(12×16.5センチ)から四つ切り(25.4×30.5センチ)まで(組み写真不可) ②小・中学生の部 / テーマ「家族・友人・仲間」上尾シティマラソンで家族や友人、仲間が走っている姿を捉える 【作品の規格】白黒・カラーを問わず、サイズは判またはサービス判 ☎市内に在住の小・中学生 【①②共通】 申作品(未発表の物、1人2点まで)の裏に題名、撮影場所、出品者の住所・氏名(ふりが

埼玉県委託事業 「シニア世代介護チャレンジ」

介護研修に参加して、介護補助または介護職として活躍する人を募集します。 ☎介護の仕事の経験がない60歳以上の人で就業を希望している人 ☎電話またはファクスで(株)シグマスタッフへ ☎(株)シグマスタッフ大宮支店 ☎72-5173・☎72-5175

時とき 所ところ 内内容 対対象 費用・金額 定定員 持持ち物
☎申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 ☎問い合わせ ※記載のないものは「無料」

まなびすと 市民講座

～生涯学習を楽しもう～

生涯学習課 ☎775-9490・☎776-2250

☎平方東小学校特別教室、芝川小学校特別教室、富士見小学校特別教室 ☎往復はがき(1人1枚)に講座番号、講座名、住所、氏名、年齢(小・中学生は学校名、学年)、電話番号を記入して、締め切りまで(必着)に生涯学習課まなびすと係(〒362-8501本町3-1-1)へ ※時間は富-14・富-15は10～12時、その他は13時30分～15時30分です。応募者多数の場合は抽選、5人未満の場合は中止になります。講師はまなびすと指導者バンク活動推進会議の指導者です。

【平方東市民講座】

と き	講座番号	講座名・講師・講座内容	対象・定員	参加費・持ち物	締切
12/10(土) 12/17(土)	平-4	楽しい実験絵画講座 (伊藤 英治) 新しい時代の絵画表現を目指して発見の楽しさを体験実習する	高校生以上 16人	500円 水彩用具(セット)、鉛筆、ペン、画用紙(持っている人)	11/28(月)

【芝川市民講座】

と き	講座番号	講座名・講師・講座内容	対象・定員	参加費・持ち物	締切
12/ 3(土)	芝-7	おもしろ理科実験教室 (岡本 文男) 参加者が偏光板万華鏡作りや空気大砲、サイエンスショーを体験	小学1年生以上 30人	300円 タオル(手拭き)、はさみ ※小学3年生までは保護者同伴。大人の見学歓迎 ※大人は実験の手伝いをお願いします。	11/21(月)
12/17(土)	芝-8	百人一首の楽しみ方 (土井 英明) 小倉百人一首の成り立ちや遊び方を参加者で楽しむ	小学5年生以上 10人	なし	12/5(月)

【富士見市民講座】

と き	講座番号	講座名・講師・講座内容	対象・定員	参加費・持ち物	締切
11/26(土) 12/ 3(土)	富-13	傾聴体験(カウンセリング) (森田千枝子) 相手の話に心を寄せて話を正しく聞き、人間関係の大切さを学ぶ	高校生以上 15人	400円 筆記用具	11/14(月)
12/ 3(土) 12/10(土)	富-14	はじめてのリナックス(LINUX) (<small>じきどう</small> <small>あきお</small> 明夫) 4種類の稼働方法を実演し、インストールから活用までをガイド	中学生以上 10人	ノートパソコン(ウィンドウズXP以上。パソコンなしで参加も可)。	11/21(月)
11/26(土) 12/ 3(土) 平成29年 1/28(土)	富-15	伝統文化男女華道講座 (<small>よし</small> <small>りほう</small> 理鳳) 生け花の歴史から遍遷と実技を学ぶ	小学4年生以上 20人	4,500円 エプロン、手拭きタオル、花材包用紙、筆記用具	11/14(月)
11/26(土)	富-16	玉露と煎茶の入れ方 (藤崎美津代) 玉露は低い温度、煎茶は高い温度で入れ方を体験する	小学5年生以上 10人	300円 靴下	11/14(月)
12/ 3(土) 平成29年 1/14(土)	富-17	脳を鍛える楽しい折紙 (渡邊 芳恵) 来年の干支、酉にちなんだ色紙飾りと縁起の良いものを折る	成人 15人	1,000円 はさみ、のり	11/21(月)

イコス上尾 ウィンタライブ出演者

☎平成29年1月21日(土)10時30分～16時30分 ☎イコス上尾
☎市内に在住・在勤・在学のメンバーを含む団体または個人 ☎出演者1人につき千円
☎14組(応募者多数の場合は抽選) ☎【出演時間】1組20分以内
(準備・片付け含む) ☎申込書(イコス上尾、市役所1階総合案内、各支所・出張所・公民館にある。イコス上尾ホームページからダウンロードも可)に必要な事項を記入して、12月4日(日)まで(必着)に直接か郵送またはファクスでイコス上尾〒362-0011平塚951-1へ ※12月17日(土)に代表者会議を行います。 ☎イコス上尾 ☎772-1611・☎772-1614

講座

里親制度を知っていますか
〜里親を必要とする子どもがいます〜

里親とは、親の病気や離婚、虐待などさまざまな事情で乳

あげお市民塾 第3期受講者(平成29年1~3月)

市民活動支援センター ☎778-1810・☎778-1820・✉s53500@city.ageo.lg.jp

所 市民活動支援センター(柏座1-1-15プラザ館3階) ☎ 市内に在住・在勤の人 定 各25人(応募者多数の場合は抽選) 費 第3回は保険料50円 申 住所、氏名、年齢、電話番号、受講希望講座名、市民塾をどこで知ったかを、直接か電話またはファクス、メールで11月30日(水)までに市民活動支援センターへ

第3期テーマ:上尾をもっと知ろう! ~上尾について知識を深めながらいろいろな活動に参加しよう~

	とき	講座名	講師
第1回	平成29年 1月14日(土)	上尾の文化財を知り、伝承民俗芸能に触れてみよう! ~上尾の文化財を学び、江戸時代から伝承されている民俗芸能に触れてみよう~	市生涯学習課職員と 柳川 精延さん (「藤波のささら獅子舞」&「藤波の餅つき踊り」保存会)
第2回	2月 4日(土)	戦中・戦後の上尾を知ろう! ~体験者の体験談・回想記などを通して当時の上尾の姿を紹介します~	河原塚 勇さん (上尾の戦中戦後を知り記録する会)
第3回	3月 4日(土)	庚申塔は何のために何時ごろ造られたか! ~庚申塔について学び、市内に現存するいくつかの庚申塔を見て回ります~	小島 孝光さん (あげおアッピーガイドの会)

※時間はいずれも14~16時です。

児院や児童養護施設などで生活している子どもたちを、一時的または継続的に養育する人のことです。里親になるには特別な資格は必要ありませんが、事前に研修を受講し登録するなど一定の要件を満たす必要があります。

詳しくは児童相談所へ問い合わせてください。

●里親入門講座を開催

里親になって子どもを育てたい人や里親制度に興味がある人を対象に講座を開催します。 時 11月12日(土)13時30分~16時 所 北本市文化センター(北本市本町1-1-1) ☎ 里親制度の概要説明、里親の養育体験談、質問や情報交換など 申 11月10日(木)までに電話で県中央児童相談所へ 問 県中央児童相談所 ☎75-4152

県委託事業「潜在介護職員再就職支援研修」

時 11月6日(日)・26日(土)のいずれも9時30分~16時30分 所 三幸福社レτζ大宮校さいたま市大宮区仲町2-15松亀プレジデントビル4階 ☎ 介護の専門的な知識、技術力の

回復・取得を目的とした研修会 ☎ 介護有資格者(ホームヘルパー1・2級、介護職員初任者研修受講者、介護福祉士など) 定 15人 申 11月3日(祝)までに(株)シグマスタッフへ 問 (株)シグマスタッフ大宮支店 ☎782-5173・☎782-5175

発達障害についての講座

時 ①12月2日(金)10~12時②12月14日(水)10~12時 所 青少年センター ☎ ①発達障害の基本的な疾病理解について②発達障害の子どもに対する家族の関わり方について【講師】①丸尾はるみさん(社会福祉法人埼玉医療福祉会光の家療育センター)小児科医②堀安寛子さん(発達支援相談センター)臨床心理士 ☎ 主に小・中学生の発達障害の子どもがいる家族 ※対象者以外で参加希望の人はご相談ください。 定 40人程度(先着順) 申 11月25日(金)までに直接または電話で発達支援相談センターへ ※ 託児スペースはありませんので注意してください。 問 発達支援相談センター ☎776-6166・☎776-6127

埼玉精神神経科診療所協会 市民講座「アルコールが落とす影、心からだに生活に」

時 11月20日(日)13時15分~16時30分開場/12時30分 所 県民健康センターさいたま市浦和区仲町3-5-1 ☎ 精神科医・内科医・地域・当事者・家族によるシンポジウム 問 白峰クリニック ☎831-0012・☎831-1310

救命講習会 普通救命講習Ⅲ

時 12月10日(土)9~12時 所 市消防本部 ☎ 小児、乳幼児、新生児に対する心肺蘇生法、応急手当、自動体外式除細動器(AED)の使用法など ☎ 市内に在住・在勤・在学の中学生以上 定 20人(応募者多数の場合は抽選) 申 往復はがきに、講習日、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、在勤の人は勤務先名、在学の人は学校名を記入して、11月8日(火)~28日(月)まで(必着)に東消防署管理課 ☎362-0013 上尾村537へ 問 東消防署管理課 ☎776-1310・☎776-1902

時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 記記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物 申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

食の講演会 「食品表示と食品添加物 から食の安全を考える」

市食生活改善推進協議会・県食品安全課共催による、科学的根拠に基づく食情報を提供する消費者団体「FOODCOM」の事務局長・森田満樹さんの講演会を開催します。健康食品などの表示ラベルの読み方、添加物との付き合い方など、健康情報を読み解くコツを学びます。**【11月28日(月)10～12時 所東保健センター 市内に在住の人 定20人(先着順) 申11月21日(月)までに直接または電話で西保健センターへ 関西保健センター 関74-1411・関76-3355**

広岡浅子の生涯とその時代

NHK連続テレビ小説『あさが来た』のモデルになった広岡浅子の、当時としては珍しい女性実業家として奔走した生き方について学び、彼女の実像の魅力に迫ります。**【11月18日(金)13～15時 関プラザ22 講師】吉良芳恵さん(日本女子大学文学部教授) 市内に在**

住・在勤・在学の人 定30人(先着順) **【11月1日(火)から電話で男女共同参画推進センターへ ※一時保育を希望する人は保育施設を紹介しますので、11月9日(水)までに相談してください。 関男女共同参画推進センター 関78-5111・関78-5112**

子育て講演会 「知っておきたい、葉・アロマの知識Q&A〜妊婦さんから子育て中のパパ・ママまで」

【11月19日(土)10時～11時30分 所上尾西保育所 講師】斎藤博さん(日本薬科大学講師) **【子育て中の保護者または妊娠中の人 定40人(先着順) 申11月9日(水)13時から電話で**

子育て支援センターへ ※保育を希望する人は申し込み時に予約してください(1～3歳児、先着12人。 関子育て支援センター 関78-2008・関77-5804

子育てママの「働き方」 応援セミナー

市では、桶川市、北本市、鴻巣市、伊奈町、埼玉県 日本政

策金融公庫、埼玉りそな銀行と協働して、定住促進・子育て世代支援のための事業を行っています。その一環で、日本政策金融公庫と協働して、子育てママの「働き方」応援セミナーを開催します。**【11月21日(月)10～12時 所プラザ22 関悩みながら自分らしく活躍する女性たちのさまざまなロールモデルから、自分らしく進むたくさんのヒントを学ぶ 関子育て中の女性、女性創業に興味のある人 定50人(先着順) ※キッズスペースもあります(事前申し込み) 申11月18日(金)までに電話でファクスで日本政策金融公庫さいたま支店へ 関日本政策金融公庫さいたま支店 関643-3717・関643-3776**

就職セミナー

【12月6日(火)18時30分～20時30分 関プラザ22 関キャリア・コンサルティング技能士による「ストレスと上手に付き合う方法」 関就職・転職を考えている人 申11月1日(火)から電話で商工課へ 関商工課 関77-4441・関75-5024

催し

親子消費生活講座 親子お箸知育教室

【11月20日(日)13時30分～(2時間30分程度) 所コミュニティセンター 関箸の歴史や文化、正しい持ち方を学び、食文化や食事マナーに目を向け、プロ野球で折れたバットを再利用して、自分の手のサイズに合わせた世界でたった一つのオリジナル「マイ箸」を作る 市内に在住の年長小学生の子どもと保護者(箸の製作は子どもだけ) 関1,780円(箸一膳の材料費と送料) ※保護者1人につき子ども2人まで参加可能です。2人目の材料費は1,620円です。 定15組(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがき(1組1枚)に住所、氏名(ふりがな)、性別、学校名、学年、保護者氏名、電話番号(子ども2人参加希望の場合は2人分を記入して、11月11日(金)まで(必着)に消費生活センター(〒362-0075 柏座4-2-3 コミュニティセンター)へ 関消

自警消防団特別点検

【11月27日(日)7～16時(雨天中止) 所上平公園 関自警消防団員による服装規律、機械器具点検、小型ポンプ操法、勤続表彰・功労者感謝状の授与 関警防課 関75-1312・関75-2230

県立上尾特別支援学校 文化祭「ゆりの木祭」

【11月11日(金)、12日(土)9時50分～14時 所県立上尾特別支援学校(東町3-2009-3) 関児童・生徒の作品展示、製品頒布、ステージ発表など 関県立上尾特別支援学校の川邊 関74-9331

県立川島ひばりが丘特別支援 学校 文化祭「ひばり祭」

【11月19日(土)・20日(日)10～14時 所県立川島ひばりが丘特別支援学校(川島町伊草780) 関学習発表、作品展示、販売、PTAバザーなど 関県立川島ひばりが丘特別支援学校 関09-297-7753

費生活センター 関75-0800・
関76-4600

障がい者手づくり市

時11月19日(土)10時30分～19時
 所 JR上尾駅自由通路 内障
 害者施設・団体によるパン・
 クッキーなどの手づくり食品
 や手工芸品の販売 内障害福
 祉課 回75-5122・回76-8
 872

あげお夕市

あげおイルミネーションの開
 催期間中にあげお夕市を開
 催し、市内で生産した季節の野
 菜や花などを農家が直接販売
 します。 時11月26日(土)、12月
 24日(土)16時～18時30分 所 J
 R上尾駅自由通路 内農政課
 回75-7384・回75-9872

**子育て支援センターお楽しみ
 会「おひさま文庫からカスパ
 ーシアターがやって来る！」**

時12月10日(土)10時～11時30
 分 所 上尾西保育所 内第一
 部／おひさま文庫の加藤寛子
 さんによるカスパーシアター
第二部／絵本の読み聞かせ、
 パネルシアターなど 内6
 カ月児から就学前までの子
 どもと保護者 定50組先着

青少年健全育成地域の集い

順 申11月9日(火)13時から
 電話で子育て支援センター
 へ 内子育て支援センター 回
 77-2008・回77-5804
青少年健全育成地域の集い
 時11月8日(火)13時30分～16時
 10分 所 コミュニティセンター
 内講演と事例発表(上平中・瓦
 葺中学校区生徒指導連絡協
 会、県立上尾高等学校の発表)
 内指導課 回75-9672・回75-
 5633

作って食べよう！お菓子の家

時12月4日(日)13時30分～16時
 30分 所 大石公民館 内お菓
 子の家づくり、レクイエーショ
 ン 内市内に在住の小学3～
 6年生 費200円 定20人(応募
 者多数の場合は抽選) 内参加
 者に通知する返信はがきに明
 記 内往復はがき(1家族1枚)
 の表面に「作って食べよう！お
 菓子の家」参加希望、裏面に参
 加者氏名(ふりがな)、生年月日
 (学年)、性別、保護者氏名、電
 話番号を記入して、11月18日(金)
 まで(必着)に青少年課〒362-
 0037上町2-14-19へ ※
 子どもが好きなスタッフ(18

学校紹介パネル展

「上尾市教育月間」の取り組
 みの一環として、市立平方幼稚
 園、小・中学校の教育活動など
 をパネルで紹介します。 時11
 月21日(月)～24日(木) 所 コミュ
 ニティセンター ※11月26日
 (土)～30日(水)に各公民館・図書
 館本館でも各地区の学校紹
 介パネルを展示します。 内
 指導課 回75-9672・回75-
 5633

上尾市民音楽祭 合唱祭

時11月13日(日)12時～15時50分
 (開場／11時30分) 所 コミュニ
 ティセンター 内市内で活躍中
 の合唱団や小学校の児童の皆
 さんによる歌の祭典。20団体に
 よる発表と会場参加の全体合
 唱 ※駐車場に限りがあるた
 め、公共交通機関を利用してく
 ださい。 内生涯学習課 回75-
 9496・回75-7250

竹とんぼ作り指導者講習会

「ひねり竹とんぼ」作りの指導
 者になって地域の催し物などで
 子どもたちと交流してみません
 か。 時12月10日(土)13時30分～
 15時30分 所 自然学習館 内
 市内に在住・在勤の人 定24人
 (先着順) 内アップビー竹とんぼ
 クラブの関根 回090-6023-
 8219

**NPO法人
 荒川の自然を守る会の催し**

①秋の生き物観察と外来植物
 刈り 時11月6日(日)9時30分
 ～12時(雨天中止) 所 ニツ又沼
 ビオトープ(平方) 内集合ニツ
 又沼ビオトープ駐車場・9時
 30分 ②野の花いっぱい里山
 再生プロジェクト 植物観察
 と管理作業 時11月19日(土)9
 時30分～12時(小雨決行) 所 上
 尾丸山公園 内集合上尾丸山
 公園南口ポンプ場前・9時30分

**埼玉県生態系保護協会
 上尾支部の催し**

長袖、長ズボン、帽子 費100円
 (保険料) 内飲み物、軍手、鎌
 (持っている人) ※詳しくは問
 い合わせてください。 内管問
 回090-9641-5288
 ①多様な生きもののすむ自然
 のために働こう！ 時11月6
 日～12月4日の毎週(日)(小雨決
 行) 所 サクラソウトラスト地
 (領家) ②外来植物抜きやマ
 グワを切って「虫元気づくり」
 時11月26日(土)9～12時(雨天中
 止) 所 ニツ又沼ビオトープ(平
 方) ●①②共通費200円(保険
 料) 内飲み物、長靴、軍手 申
 各開催日の前日までに電話で
 上尾支部の小川へ 内小川 回
 781-0887

**ボートレース戸田
 11月の開催日**

収益金は、都市基盤の整備な
 どに利用されます。 時11月3
 日(祝)～6日(日)、18日(金)～21日
 (月)、23日(祝)～28日(月) 内場外発
 売)3～6日、18～28日 内県
 都市競艇組合 回823-8711・
 回823-8709

時とき 所ところ 内内容 内対象 費用・金額 定定員 持持ち物
 申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 内問い合わせ

大石公民館 〒362-0063 小泉9-28-1 ☎726-6615・FAX726-6616

大石・秋の音楽祭

大石公民館サークルの箏・ハンドベル・三味線・オカリナ・ギター・大正琴・ウクレレ・管弦楽の演奏、合唱

時11月19日(土)10:00~15:00(開場/9:30) ※12:20~12:50は準備のため会場には入れません。
定70席 ※当日、直接会場へ

子ども陶芸教室

クリスマスのオーナメントとしても使える和風・洋風の土鈴どいりを作り陶芸に親しむ

時11月26日~12月10日の毎週(土)13:30~16:00(全3回)
※10日は10:00~12:00です。
対市内に在住の小学生 費600円 定16人
申11月16日(水)までに往復はがきで

つるし雛教室~大人の和小物づくり~

かわいいつるし雛の作り方を学び、ひな祭りを華やかに彩る

時12月6・20日、平成29年1月10・24日のいずれも(火)13:30~15:30(全4回) 対市内に在住・在勤
費1,000円(1回) 定25人 持裁縫道具
申11月21日(月)までに往復はがきで

歴史講座 近代の埼玉県(上尾市)

「歴史と民俗の博物館」学芸員を招き、資料を基に郷土の歴史を解説する

時12月13・20日のいずれも(火)10:00~11:30(全2回)
対市内に在住・在勤・在学 定40人
申11月24日(水)までに往復はがきで

上平公民館 〒362-0008 上平中央3-31-5 ☎775-9308・FAX770-1102

初めての西洋美術史~名画の見方~

西洋絵画に描き込まれた「小道具」から美術表現の表す意味やその由来を知り、西洋の絵画の見方、楽しみ方を学ぶ

時11月26日・12月3日のいずれも(土)10:00~11:30(全2回)
対市内に在住・在勤 定20人
申11月18日(金)までに往復はがきで

健康講座

日本薬科大学との共催。健康に関することを正しく理解し学び、大学内でお屠蘇とすその調合を実習する

時12月12・19日のいずれも(月)13:30~15:00(19日は14:00~15:30)(全2回) 所19日は日本薬科大学(伊奈町小室10281) 対市内に在住・在勤 定30人
申11月30日(水)までに往復はがきで

人権講座~障害者と盲導犬の役割~

上平地区コミュニティ推進協議会の協賛で、盲導犬の仕事、盲導犬に関わる法律の話、盲導犬ユーザーと街で出会ったときの対応など、盲導犬を通して人権問題を学習し理解を深める

時12月7日(水)13:30~15:00
対市内に在住・在勤 定100人(先着順) 持室内履き 申11月21日(月)までに直接または電話で

ヘルシーでおいしい! 魅惑のベトナム料理

本場ベトナム料理を調理し、ベトナムの魅力とその文化を探る。「牛骨でスープを取る本格牛肉フォー」「生春巻き」「ベトナムスイーツ」を作る

時12月8日(水)10:30~13:00
対市内に在住・在勤 費1,500円 定12人
申11月25日(金)までに往復はがきで

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 ☎781-0892・FAX780-1113

「文学講座」

ドラマで観た作家の他の作品も読んでみよう

初めての向田邦子。まだ本を手にとっていない人のために代表作と人物像を紹介

時11月25日~12月9日の毎週(金)13:30~15:30(全3回)
対市内に在住・在勤 定40人(先着順)
申11月21日(月)までに直接または電話で

親子でお菓子作り

かわいいデコレーションを覚えましょう

親子でデコカップケーキ2個を作る。カップケーキにクリームを飾り付けして、かわいらしく仕上げる

時12月3日(土)9:30~12:30
対市内に在住の小学生と保護者
費1組1,500円 定8組16人
申11月19日(土)までに往復はがきで

考えてみよう! 日本で暮らす外国人とのおつきあい

在住外国人とのより良い共生社会を目指して、正しい知識やコミュニケーションについて学ぶ

時12月14日(水)10:00~12:00
対市内に在住・在勤・在学 定30人(先着順)
申12月2日(金)までに直接または電話で

暮らし・彩り・公民館

11・12月

申し込み
方法

直接または電話で受け付ける講座(教室)を除き、全て「往復はがき」です。往復はがき(1人(組)1枚)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、学校名・学年(小・中学生)を記入の上、申込日まで(必着)に各公民館へ。応募者多数の場合は抽選します。

上尾公民館 休館中事務室:〒362-0037 上町2-14-19(教育センター内) ☎775-0185・FAX776-7366

川ものがたり～川を学ぶ講座～

川についての基本知識や関東の川の歴史などを学ぶ
※12月20日は現地見学(彩湖と周辺施設を予定)です

時 12月8・15日のいずれも(木)10:00～12:00、12月20日(火)13:00～17:00(全3回) 所 青少年センター

対 市内に在住・在勤 定 30人

申 11月21日(月)までに往復はがきかメール(☎s723000@city.ageo.lg.jp)で

季節の花あしらい～暮らしを彩るアレンジ～

アレンジメントの基本と暮らしの中で花を生かす工夫を学ぶ

時 12月9・16日のいずれも(金)10:00～11:45(全2回)

所 コミュニティセンター 対 市内に在住・在勤

費 4,000円(教材費) 定 20人

申 11月22日(火)までに往復はがきで

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 ☎726-3446・FAX726-3991

なぎなたにチャレンジ! ～はじめてのキッズなぎなた教室～

日本古来の伝統武道であるなぎなたの礼儀作法と基本動作を楽しく学ぶ

時 11月26日(土)10:00～12:00

対 市内に在住の小学生

定 15人 持 タオル、飲み物、運動しやすい服装

申 11月16日(水)までに往復はがきで

災害と人権 ～心に寄り添うボランティア活動に学ぶ～

東日本大震災や熊本地震などの復旧・復興ボランティア活動の体験談を聞き、災害時の人権について学ぶ

時 11月28日(月)14:00～16:00

対 市内に在住・在勤

定 50人(先着順)

申 11月14日(月)までに直接または電話かファクスで

包丁の使い方から始める男の料理教室

初めて料理をする男性を対象に、包丁の使い方から始め、和食中心の手軽にできる料理までを実習する

時 11月29日・12月6日のいずれも(火)9:30～12:30(全2回)

対 市内に在住・在勤の男性

定 16人 費 1,500円

申 11月16日(水)までに往復はがきで

健康講座 ～寒さ到来! 脳の病気を予防しよう～

冬に多い脳の病気と日常生活に潜む危険性を知り、今からできる具体的な予防策を学ぶ

時 12月9日(金)10:00～12:00

対 市内に在住・在勤

定 30人

申 11月28日(月)までに往復はがきで

原市公民館 〒362-0021 原市3499 ☎721-4948・FAX721-4946

台所の節約術 ～環境とお財布にやさしい食生活～

台所仕事の一連の流れ、買い物・調理・片付けを通して無駄に気づき、環境とお財布に優しい食生活を学ぶ

時 11月26日(土)10:00～11:30

対 市内に在住・在勤 定 30人

申 11月18日(金)までに直接または電話かメール(☎s723300@city.ageo.lg.jp)で

はじめての水墨画～年賀状に描こう～

初心者を対象に水墨画の基本を学び、身近な物や草花などを墨で描く

時 11月22・29日のいずれも(火)9:30～11:30(全2回)

対 市内に在住・在勤

費 100円(材料費) 定 20人

申 11月13日(日)までに往復はがきで

これであなたもそば打ち名人

年越しそばを楽しむために素材選びからそば打ち、ゆで方、さらにつゆ作りまでを学ぶ

時 12月6日(火)・7日(水)のいずれも10:00～14:00(全2回)

対 市内に在住・在勤 費 2,400円(材料費)

定 16人 持 エプロン、バンダナ、タオル5枚

申 11月18日(金)までに往復はがきで

時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問合わせ

おいでよ!
健康プラザわくわくランド
11月16日～12月15日
所 西貝塚17-1 TEL783-1126・FAX726-7657
【開館時間】10:00～21:00

健康プラザわくわくランド 検索
【11月の休館日】2(水)・24(木)・30(水)
臨時休館日 11月4日(金)～16日(水)
市内循環バス「ぐるっとくん」平方小敷谷循環・平方丸山公園線で「わくわくランド」下車

館長イチオシ
～創立15周年イベント～
健康プラザわくわくランド
無料開放
時 11月1日(火)10:00～21:00
※入館料だけ無料になります。
来場者には記念品のプレゼントがあります。



学べる・遊べる
自然学習館
11月
所 畔吉178 TEL780-1030・FAX726-7901



自然学習教室
●いろいろな葉っぱを調べよう
時 11月13日(日)9:30～12:00(雨天決行) 小学生以上 ※小学生は保護者同伴です。定12組(36人、先着順) 持レジ袋
【服装】長袖、長ズボン、帽子 申 11月1日(火)から直接または電話で
●つる植物を観察しよう
時 11月19日(土)9:30～12:00(雨天決行) 小学生以上 ※小学生は保護者同伴です。定12組(36人、先着順) 持レジ袋、軍手、剪定ばさみとペンチ(持っている人)。【服装】長袖、長ズボン、帽子 申 11月1日(火)から直接または電話で

プール 申 30分前からプール監視員室前(23③は10:15からフロント) 持 水着・スイムキャップ

①水中ウォーキング	時 毎週(月) 11:00～11:30	定 20人
②アクアビクスI	時 毎週(火) 11:00～12:00	定 20人
③アクアビクスII	時 毎週(火) 14:00～15:00	定 20人
④ワンポイントスイム	時 毎週(休) 11:00～11:40(11/24を除く)	定 15人
⑤からだ元気!!アクア コンディショニング	時 毎週(休) 14:00～14:40(11/24を除く)	定 15人
⑥ファンファンスイム	時 毎週(金) 11:00～12:00	定 10人

スタジオ 申 10:15からフロント 持 運動する服装、室内靴

⑦エアロッチ	時 毎週(月) 10:30～11:30	定 15人
⑧からだ整えバレエ体操	時 毎週(月) 12:00～12:40	定 15人
⑨スロートレーニング	時 毎週(月) 13:00～13:30	定 15人
⑩ヨガ	時 毎週(火) 10:30～11:30	定 25人
⑪ベリーダンス レッツ!!フィットネス 夜ver.	時 毎週(火) 11:45～12:45	定 15人
⑫ママFitness	時 毎週(火) 18:00～18:30	定 10人
⑬エアロビクス	時 毎週(木) 10:30～11:30(11/24を除く)	定 10人
⑭リズムピラティスI	時 毎週(木) 12:00～13:00(11/24を除く)	定 15人
⑮リズムピラティスII	時 毎週(木) 13:30～14:30(11/24を除く)	定 20人
⑯リズムピラティスII	時 毎週(木) 19:00～20:00(11/24を除く)	定 20人
⑰スロートレーニング	時 毎週(金) 10:30～11:00	定 15人
⑱エアロッチ夜ver.	時 毎週(金) 19:00～20:00	定 15人

健康相談

⑲健康相談 時 11月22日(火)13:15～14:15

⑳ 共通 ①高校生以上 ② 300円 ※③は500円(①④⑤⑧⑨⑩⑪⑫は入館料だけ)
全ての教室は、日程が変更になることがあります。詳しくは問い合わせてください。 ※月額3,500円で有料教室受け放題の「教室パック」もあります。

カイロプラクティック「ててて」

ハンドエステ始めました!
※時間、料金など詳しくは問い合わせてください。

PICK UP 体験もの作り教室

●冬の寄せ植え
時 11月16日(水)10:00～11:30 定 25人
費 2,000円 持 軍手かゴム手袋、エプロン 【服装】汚れてもよい服装 申 11月1日(火)から参加費を用意して直接



上尾天文台まつり

時 11月12日(土)10:00～19:30 内
①おもしろ科学実験室②モデルロケット打ち上げ③ペットボトルロケット打ち上げ④「宇宙の絵」展示⑤太陽の観察⑥天文グッズマーケット⑦お楽しみ大抽選会⑧星空観望会(17時～天候不良の場合は中止)



※自然観察会・太陽の観察会(毎週(土)日開催)、天体観望会(毎週(土)開催)について詳しくは、自然学習館へ問い合わせてください。市内循環バス「ぐるっとくん」平方丸山公園線で「自然学習館」下車

- 16時まで)
- 伊藤茂美フラワーデザイン教室作品展「花心」 11月25日(金)～30日(水)10～18時30日は
- 17日は12時から、23日は15時まで)
- 埼玉県退職公務員連盟北足立中部支部作品展(絵画・彫刻・書・工芸・写真など) 11月17日(木)～23日(祝)10～16時
- 17日は12時から、23日は15時まで)
- アカシヤ押花サークル第4回押花作品展 11月4日(金)～8日(火)10～17時
- NA3展2016(絵画) 11月10日(木)～16日(水)11～18時
- (10日は13時から、16日は16時まで)

- アートの森書画工芸店 11月10日(木)～16日(水)10～18時
- (10日は12時から、16日は15時まで)
- 市役所ギャラリー**
- 第13回メルクルの会展示会(航空機艦船各種車両のスケールモデル作品展) 11月5日(土)10～17時、6日(日)10～16時
- アートの本書画工芸店 11月10日(木)～16日(水)10～18時
- (10日は12時から、16日は15時まで)

ギャラリー
ガイド
11月4日～11月30日

① 775-9496 ② 776-2250