

暮らし

子育て世代向け ガイドブックを作成

上尾市、桶川市、北本市、鴻巣市、伊奈町、埼玉県、日本政策金融公庫、埼玉りそな銀行は協働で、定住を促進し、子育て世代を支援する事業を行っています。その一環として、各市町の魅力や子育てのしやすさをPRする「子育て世代向けのガイドブック」埼玉県中央ライフブックを作成しました。地域で子育て中の人の生きた声、子育て世代にとって魅力的な施設、各市町の子育て支援策などを掲載しています。子どもと一緒に出掛ける時、子育て支援策について知りたい時などに活用してください。子ども支援課、市内の子育て支援拠点の他、都内の大手書店、県の施設などでも配布しています。

子ども支援課 783-4962・FAX 774-5342



入学準備金の貸し付け

高校（特別支援学校を含む）や高等専門学校、専修学校（一般課程を除く）、大学・短大に入学する人の保護者に入学準備金を貸し付けます。※学校教育法に規定されていない各種学校は対象外となります。

例 次の①～④の全てに該当する人①市内に1年以上居住し、市税を完納している②平成29年4月に高校や高専、専修学校（一般課程を除く）、大学・短大への入学が確実な人の保護者③入学準備金の調達が困難④連帯保証人がいる

貸付額・返済方法 表1のとおり

世帯の上限所得の目安 表2のとおり

申請書と推薦書（教育総務課にある）に必要事項を記入して、住民票（申請者の世帯全員、本籍と続柄が記載されたもの）と、連帯保証人が市内に居住していない人の場合は、連帯保証人の収入状況を証明する書類と住民票の写しを用意して、平成29年1月5日（木）～20日（金）（土・日・祝を除く）に直接、教育総務課へ

【表1】

区分	貸付額	返済方法(割賦)
高校・高専 専修学校 高等課程	国公立	20万円
	私立	30万円
大学・短大 専修学校 専門課程	国公立	30万円
	私立	50万円

※いずれも6カ月据え置き後、10月から返済開始です（無利子）。

【表2】

対象	世帯構成	上限所得の目安
高校入学	両親と中学生(対象)の3人世帯	600万円程度
	両親と中学生(対象)、小学生の4人世帯	770万円程度
大学入学	両親と高校生(対象)の3人世帯	550万円程度
	両親と高校生(対象)、中学生の4人世帯	740万円程度

※世帯の所得状況などの審査があります。予算の範囲内で貸し付けます。所得とは税法上の総所得金額です。

東日本大震災により 避難している 子どもの入学手続き

平成29年度に小・中学校に入学する子どもの保護者へ、平成29年1月中旬に「入学通知書」を郵送します。上尾市に住民登録をしないで避難している場合は、入学通知書が届かないことがありますので、対象の子どもがいる保護者は、早めに学務課に連絡の上、手続きをしてください。※現在市内の小中学校に通学している子どもの中学校の入学通知書は、小学校を通して渡します。

小学校 / 平成22年4月2日～23年4月1日生まれの子ども
中学校 / 平成16年4月2日～17年4月1日生まれの子ども

子ども 子どもの氏名・生年月日・住民登録地が分かる書類（健康保険証など）、保護者の身分証明書（自動車運転免許証など）、上尾市での居住証明（賃貸借契約書など）を用意して直接、学務課へ ※転入学の児童生徒の手続きも随時受け付けています。

学務課 775-9469

775-9604・FAX 775-5633

受講生募集 55歳以上の方の就職を支援します 受講料無料 広告

シニアワークプログラム 技能講習 → 就職面接会 → 就職

講習名	開催地	開催日程	申込締切	内容
フォークリフト	春日部市	1/19～1/27 全7日	1/10 正午	フォークリフト運転の資格取得を目指す
再就職のためのパソコン	伊奈町	1/18～2/1 全5日	1/ 6 正午	エクセル・ワードの基礎と応用
マンション管理員	戸田市	1/20～2/1 全6日	1/10 正午	充実の教育体制！面接会大手企業参加
ベビーシッター	伊奈町	2/6～2/15 全6日	1/27 正午	子育て世代を応援する人材！大募集
警備業務	さいたま市	1/30～2/7 全5日	1/20 正午	年齢不問！施設・交通警備多数あり

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。厚生労働省委託事業

申込合わせ 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

個別見学実施中 転編入・不登校 ご相談下さい ※要電話予約 広告

自分スタイルの高校生活!

— 新入・転編入 個別相談受付中 —

授業見学・個別相談受付中!

生徒を伸ばす3つのコース	生徒を支える3つのサポート
レギュラーコース 全日型スタイルで充実の高校生活	学習 中学復習から大学受験まで
ステップコース マイペースで選ぶ週3日の通学	生活 選べる登校で できるところから!
トライアルコース まずは週1回からの通学トライ	進路 キャリア教育で希望進路実現!

精華学園高等学校 上尾校
〒362-0071埼玉県上尾市井戸木2-2-22 桶川駅より徒歩8分 ☎048-856-9800

後期高齢者医療保険料納付確認書・国民健康保険税納付確認書・介護保険料納付証明書の郵送

「後期高齢者医療保険料納付確認書」「国民健康保険税納付確認書」「介護保険料納付証明書」を次のとおり郵送します。納付済みの保険料・税は、所得税や市・県民税の申告時に社会保険料控除の対象になります。※年金から特別徴収(天引き)された分は、本人以外の申告には使えません(例/夫婦とも年金天引きの場合、夫の申告に妻の天引き分は加えられません)。

①後期高齢者医療保険料納付確認書

☎平成28年中に後期高齢者医療保険料を納付した人
 〇保険年金課 ☎775-5125・☎775-9827

②国民健康保険税納付確認書

☎平成28年中に国民健康保険税を納付した人
 〇納税課 ☎775-5135・☎775-9846

③介護保険料納付証明書

☎65歳以上で平成28年中に介護保険料を納付した人
 ※納付証明書は、65歳になってからの介護保険料納付分だけです。64歳までの介護保険料は、加入している健康保険(国民健康保険、健康保険組合など)の保険料に含まれています。

〇高齢介護課 ☎775-5127・☎776-8872

●①～③共通

【郵送時期】平成29年1月下旬 ※特別徴収(年金天引き)と普通徴収(納付書や口座振替)の両方で納付した人は、申告時に市発行の納付確認(納付証明)書を利用してください。年金支払機関発行の「公的年金等の源泉徴収票」には普通徴収の納付額は入りません。※平成28年中に転入した人は、前市区町村の納付額も合わせて申告してください。※郵送した納付確認(納付証明)書に記載される保険料・税納付額は、上尾市へ納付した分だけです。年末調整などで早めに必要な人は、無料で納付確認書を発行しますので各問合わせ先へ連絡してください。

小・中学校 入学通知書を郵送

平成29年1月1日現在、市内に住民登録がある小・中学校入学対象者へ、平成29年1月中旬に「入学通知書」(はがき)を郵送します。※①入学通知書が届かない②住民登録のない子どもで小・中学校に入学を希望する③無戸籍の子どもが入学する——場合は、学務課に問い合わせてください。国・県・私立の小・中学校へ入学する人は「入学許可(承

諾書)などを学務課へ提出してください。

●小学校 平成22年4月2日～23年4月1日生まれの子どもの保護者へ、入学通知書を郵送します。内容を確認の上、「入学届」に必要事項を記入・押印して、入学説明会当日に学校へ提出してください。

●中学校 平成16年4月2日～17年4月1日生まれの子どもの保護者へ、現在通学している小学校を通して入学通知書を渡します。内容を確認の上、「入学届」に必要事項を記

入・押印して、小学校へ提出してください。※私立小学校や市外の小学校へ通学している場合は、自宅に郵送します。入学届に必要事項を記入・押印して、入学指定中学校へ早めに提出してください。

【小・中学校共通】入学通知書を受け取った後に、学区外へ市内転居する人または平成29年1月1日以降、他市区町村から転入する人には、市民課または各支所・出張所で転居・転入届を提出後、学務課で入学通知書を発行します。 〇

学務課 ☎775-9604・☎775-5633

12月10～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。北朝鮮による拉致問題の解決には、「拉致は許さない」という市民一人一人の声が大きき力になります。この週間を機に、拉致問題への意識を高めましょう。 〇人権男女共同

参照課 ☎775-5117・☎775-5112

北朝鮮人権侵害問題 啓発週間

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

『ことりっぷ上尾』電子書籍版 無料ダウンロードできます

スマートフォンやタブレットにダウンロードして、ご活用ください。
 ※無料ダウンロード期間 平成29年3月22日まで

【ダウンロードはこちらから】
 (Android版) (iOS版)

特定非営利活動法人AGETTO TEL・FAX:048-871-7660
 市広報広聴課 TEL:048-775-4918・FAX:048-776-8873

時とき 所ところ 内容 対象 費用・金額 定員 持ち物 ※記載のないものは「無料」 問問い合わせ

住宅防火のチェックポイント

予防課 ☎775-1314・☎775-2230

ことし、市内では住宅火災で1人が亡くなり、10人が負傷するなど、多くの被害が発生しています(9月末日現在)。

日頃の心掛けが火災予防につながります。次の項目に該当するものがあればすぐに見直しましょう。

●放火対策

- 決められた日時以外にゴミを出すことがある
- ダンボールや古新聞紙、雑誌を家の周りに置いている

●電気器具・ストーブ

- たこ足配線をしている
- コンセントにほこりがたまっている
- ストーブの上で洗濯物を乾かすことがある
- 給油はストーブをつけたまま行っている

●こんろ

- 火を消さずにこんろから離れ、別のことをすることがある

- こんろの周りに燃えやすい物を置いている

●たばこ

- 寝たばこをすることがある
- 灰皿に吸殻がたまっていたり、そのまま無造作にごみ箱に捨てている
- 子どもの目に付く所に、たばこライターが置いてある。

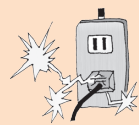
万が一、火災が発生した場合には次の対策が有効です。できることから取り組んでいきましょう。

■住宅用火災警報器を設置する ※設置が義務付けられてから、10年を迎えます。住宅用火災警報器は、10年を目安に交換することが推奨されています。家庭に設置されているものが何年経過しているか確認するとともに、正常に作動するか、月に1度は確認しましょう。

■カーテン、じゅうたん、布団、シーツなどは防災品を使用する

■住宅用消火器、スプレー式の消火器具などを設置する

■住宅用スプリンクラーなどを設置する



歳末火災特別警戒 12月25日(日)～31日(土)

「消しましょう その火その時 その場所」を統一標語

に、消防本部・各消防署、消防団では歳末火災特別警戒を実施します。この運動は火災多発期と年の瀬を迎えるに当たり、市民一人一人に防火意識を高めてもらい、火災の発生を防ぐために行うものです。期間中は、横断幕を市内各所に設置し、消防車で火災予防広報を行います。

大切な命を守るために、住宅火災の早期発見に有効な

「住宅用火災警報器」を設置しましょう。 ☎予防課☎775-1314・☎775-2230



野外焼却の自粛にご協力を

野外焼却による煙や臭いなどの苦情が多く寄せられています。野外焼却は、快適な生活環境を損ない、洗濯物や布団に臭いが付くなど周囲の迷惑になるばかりではなく、大

気汚染の原因にもなりますので、自粛をお願いします。また次のような取り組みにご協力ください。

●ごみの焼却の禁止

ごみの焼却は、県条例で定めた構造に適合する、高温で排出ガスの適正処理ができる施設でなければなりません。事業所や家庭などで、簡易焼却炉・ドラム缶・素掘り穴などを用いたごみの焼却は禁止されています(一部適用除外あり)。家庭の一般ごみは分別して、ごみ集積所に出してください。 ☎野外焼却について／生活環境課☎775-6940・☎775-9872、

ごみについて／西貝塚環境センター☎781-9141・☎781-9166

冬の交通事故防止運動

冬の交通事故防止運動を12月1日(木)～14日(水)に実施します。年末が近づくにつれて、人や車の動きが慌ただしくなり、飲酒の機会の増加によって交通事故の多発が懸念されます。一人一人が交通事故を起こさないという意識を強く持ち、正しい交通ルールとマナーを実践しましょう。また、「交通安全母の会ポスター展」が開催されます。ぜひご覧ください。

●交通安全母の会ポスター展
12月8日(木)～14日(水)9時～17時 ※14日は15時まで。 所
市役所ギャラリー

●運動の重点目標 高齢者の交通事故防止／自転車の安全利用の推進／飲酒運転の根絶、路上寝込みなどによる交通事故防止

●市の重点目標 自転車の交通ルール遵守とマナー向上
☎交通防犯課☎775-5138・☎775-9927

60歳以上の国民年金任意加入
国民年金は20歳以上60歳未満の人が加入しますが、60歳以上の人も希望すれば加入することができます。

①任意加入 ☎年金額を満額に近づけたい人が年金の受給資格期間(25年以上)が不足している60歳以上65歳未満の人 ※60歳の誕生日の前日から受け付けます。なお、老齢基礎年金を受給中または厚生年金に加入中の人は加入できません。任意加入期間は、保険料免除の申請はできません。

②特例任意加入 ☎65歳までには受給資格期間25年以

**次回の税などの納付期限
12月28日(水)**

固定資産税・都市計画税 ……第4期
国民健康保険税 ……第6期
介護保険料 ……第6期
後期高齢者医療保険料 ……第6期

納税課 ☎775-5135

埼玉県最低賃金が平成28年10月1日から時間額845円に改訂されました。埼玉県最低賃金は、県内全ての労働者とその使用者に適用されます。特定の産業については別途産業別最低賃金が定められている

**平成28年度
埼玉県最低賃金の改定**

埼玉県最低賃金が平成28年10月1日から時間額845円に改訂されました。埼玉県最低賃金は、県内全ての労働者とその使用者に適用されます。特定の産業については別途産業別最低賃金が定められている

上)を満たさないが、70歳までに受給資格期間を満たせる人 ※昭和40年4月1日以前に生まれた人だけです。【期間】受給資格期間を満たす時まで

【①②共通】年金手帳(本人・配偶者)、預(貯)金通帳、通帳届出印、戸籍謄本特例任意加入時だけ)を用意して直接、保険年金課へ ☎保険年金課 ☎775-5137・☎775-9827

**償却資産の申告は
1月31日(火)までに**

ものがありません。 園埼玉労働局賃金室 ☎600-6205・☎600-6225

毎年1月1日現在、市内で事業を営む個人・法人は、償却資産の申告が必要です。償却資産とは事業用資産のことで、税務会計上、減価償却資産の対象であり、申告が必要です。ただし、次の①～⑤の資産は申告不要です。①土地・家屋②自動車税・軽自動車税の対象車両③無形減価償却資産④耐用年数1年未満または取得価額10万円未満で、国税の申告時に一時損金として計上している⑤取得価額20万円未満で国税の申告時に3年間の一括償却で処理している ※

④⑤の国税とは、法人税・所得税のことです。【申告方法】申告書(昨年末までに申告のあった事業者には申告書を12月中旬に郵送、市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、平成29年1月31日(火)までに直接か郵送(〒362-8501本町3-1-1)で資

育児・介護休業法、男女雇用機会均等法が改正

埼玉労働局雇用環境・均等室 ☎600-6210

育児・介護休業法、男女雇用機会均等法が改正され、平成29年1月1日から施行されます。今回の改正では介護休業の分割取得が可能となる他、上司・同僚からのマタハラ(マタニティハラスメント)などを防止する措置が事業主に義務付けられます。詳しくは下表を参照してください。

【表】改正のポイント

項目	改正前	改正後
1 介護休業の分割取得	介護を必要とする家族(対象家族)1人につき、通算93日まで原則1回に限り取得可能	対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として、介護休業を分割して取得可能
2 介護休暇の取得単位の柔軟化	1日単位での取得	半日単位での取得が可能
3 介護のための所定労働時間の短縮措置など	介護休業と通算して93日	介護休業とは別に、利用開始から3年の間で2回以上の利用が可能
4 介護のための所定外労働の制限	なし	対象家族1人につき、介護終了まで利用できる所定外労働の制限(残業の免除)を新設
5 マタハラなどの防止措置の新設	事業主による妊娠などを理由とする不利益取り扱いを禁止	左記に加え、上司・同僚からの妊娠などを理由とする嫌がらせなど(マタハラなど)を防止する措置を講じることが事業主に義務付け

産税課、またはeLTAAX(エルタックス)地方ポータルシステム)で ※前年と比べて償却資産に増減のない場合や申告すべき事業資産がない場合も申告は必要です。新たに事業を始めた場合、または申告書が届かない場合は資産税課にお問い合わせください。eLTAAXについては地方税電子化協議会 ☎0570-081459)に問い合わせるか同協議会ホームページ

荒川緑肥を無償で配布

ページ ☎http://www.etak.go.jp)をご覧ください。 園資産税課 ☎775-6649・☎775-9846

上流河川事務所管理課荒川緑肥事務局(〒350-1124川越市新宿町3-12)へ ※応募者多数の場合は抽選です。

応募方法など詳しくは荒川上流河川事務所のホームページ(☎http://www.ktr.mlit.go.jp/arajo)または応募要領(河川課にある)をご覧ください。 園荒川上流河川事務所 ☎49-246-1031

時平成29年1月23日(月)～2月4日(土)(1月29日(日)を除く) 園河川の堤防の刈り草から作った堆肥の配布 園往復はがきに必要事項を記入して、12月14日(水)消印有効までに荒川

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」 問問い合わせ

もったいない!

食品ロスを減らそう

環境政策課 ☎775-6925・☎775-9872 西貝塚環境センター ☎781-9141・☎781-9166



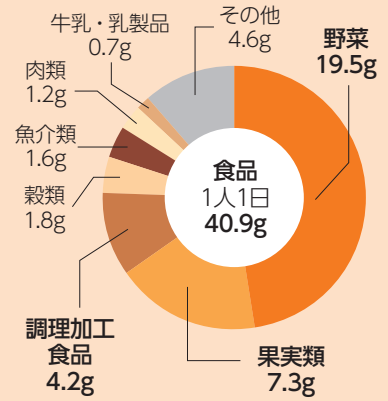
全国で、まだ食べられるのに廃棄される食品は、農林水産省の調査では年間632万トといわれています。そのうち約半分は一般家庭からのものです。平均的な一般家庭での1人1日あたりの食品ロスは40.9g、主な食品別食品ロス量の内訳(右図)によると、その内の約半分が野菜、続いて果実類、調理加工食品と続きます。一人一人がもったいないと思う気持ちを忘れずに残さず食べることが大切です。食品ロスを減らすため、次の①～⑤を普段の生活で心掛けましょう。

①買い物に出掛ける前に冷蔵庫内の在庫をチェックする②必要な分だけ購入する③お腹が空いている時は買い物に行かない④できるだけ食材を使い切る⑤食べ切れなかった料理は別のものに加工する。やむを得ず捨てる時は水気を絞って捨てる

●30・10(サンマル・イチマル)運動

12月は宴会シーズンです。外食時の食べ残しを防ぐために、開始後30分と終了前10分は料理をゆっくり味わう時間にしましょう。幹事さんや司会者の声掛けが大切です!

【図】主な食品別食品ロス量



出典：農林水産省

12月は地球温暖化防止月間

家庭から排出されるCO₂(二酸化炭素)の割合をみると、給湯や冷暖房、電力・照明・家電製品など、自家用乗用車からの排出量が多くを占めています。暖房器具を使用する冬場は特に多くなります。

私たちの生活の中から余分なエネルギー消費を抑え、無駄のない賢い生活「エコライフ」を送ることで、地球温暖化の原因となるCO₂を少なくすることが出来ます。一人一人の取り組みで、美しい地球環境を未来に残しましょう。

●冬のエコライフDAY

2016

12月1日(木)～平成29年3月31日(金)の中の1日、エコライフを送ってCO₂を減らしてみましよう。

市では実施日を12月11日(日)に設定します。CO₂の削減量が分かるチェックシートは、県ホームページからダウンロードできます。このエコライフDAYは、県内の自治体と共同で実施します。

●ウォームビズの実施

冬の節電と省エネ対策として、市の公共施設では暖房温度を19度に設定し、平成29年3月31日までウォームビズを実施しています。 環境政策課 ☎775-6925・☎775-9872

環境美化にご協力を

空き缶・たばこの吸い殻・ガムのかみかすなどはポイ捨てせず持ち帰り、適切に分別処分してください。また飲料自動販売機の管理者は回収容器を設置し、ごみの散乱防止に努めてください。飼犬の所有者は、屋外で飼犬がしたふんを放置せず持ち帰り、適切に処理してください。 一人一人が環境美化を心掛け、快適な街をつくりましょう。 圏生活環境課 ☎775-6940・☎775-9872

浄化槽の正しい管理を

浄化槽の維持管理(保守点検・清掃)と定期検査(法定検査)が浄化槽法で義務付けられています。怠ると浄化槽の機能が低下し、悪臭などの原因になります。また公共下水道が整

備された区域では、浄化槽を廃止し速やかに下水道本管への接続をお願いします。

●保守点検 浄化槽の点検調整や修理です。県知事登録を受けた業者に委託してください。

●清掃 浄化槽内に生じた汚泥などの引き抜きや調整、機器類の洗浄作業などで、毎年1回以上行わなければなりません。市が許可した業者に委託してください。

●法定検査 保守点検や清掃とは別に行う浄化槽の機能診断です。指定検査機関に依頼してください。 圏指定検査機関の埼玉環境検査研究協会 ☎649-5151・☎649-5495、 圏生活環境課 ☎775-6940・☎775-9872

大雪に備えて

平成26年2月の大雪は、観測史上最大の積雪となりました。今後このような大雪が発生する恐れがありますので、次の点に注意してください。屋根からの落雪/道路での転倒/積雪で狭くなった道路での自動車とのすれ違い/積雪

で見えにくくなった道路脇の側溝/積雪によるカーポートの倒壊事前に補強する/不要不急の外出を避ける(やむを得ず外出する場合は滑りにくい靴を着用する)

除雪時のお願い

●道路に雪を出さない 道路に雪を出すと自動車や自転車のハンドルが取られ、交通事故の原因になります。

●自宅周辺の除雪作業にご協力 地域の皆さんは、生活道路や歩道などの除雪作業にご協力ください。 圃危機管理防災課 ☎75-5140・☎75-9927、圃道路課 ☎75-8597・☎75-9906

あげおファミリー・サポート・センター入会説明会

時平日9時~16時30分(必要に応じて予約がある場合は偶数月の第2(土)も開催)。 ※1週間前までに予約をしてください。 圃総合福祉センター 圃提供会員(育児の援助を行う人) / 市内に在住の20歳以上の健康な人 依頼会員(育児の援助を受けたい人) / 市内に在住・在勤で0歳首の据わった

4カ月(こ) / 小学校6年生の子どがいる人 圃筆記用具、印鑑、登録者の写真縦3×横2.5を依頼会員1枚、提供会員2枚 圃電話であげおファミリー・サポート・センターへ 圃あげおファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会内) ☎77-0941・☎77-8647

市民球場の貸し出しの中止
芝生養生のため、12月1日(木)~平成29年3月31日(金)まで貸し出しを中止します。来年度の貸し出しは4月1日(土)からで、2月1日(水)から予約を受け付けます。 圃市地域振興公社 ☎76-8986・☎76-3322

上尾市民駅伝競走大会
平成29年2月12日(日) ※雨天・小雪決行、積雪・落雷の恐れがある場合は中止します。 圃上尾運動公園陸上競技場周辺コース 【種目/対象】第1

スポーツ・レクリエーション

部 / 一般(市内に在住・在勤・在学の人(小・中学生を除く)) 第2部 / 女子(市内に在住・在勤・在学の女子(小・中学生を除く)) 第3部 / 体育協会支部(小・中学生を除く) 第4部 / 中学生女子 第5部 / 中学生男子 第6部 / 小学生男子 第7部 / 小学生女子 費小学生 / 1,400円 中学生 / 600円 その他 / 2,600円 ※1チームの参加費用です。 圃参加申込書スポーツ振興課にある。市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、12月1日(木)~20日(土)(日を除く)に直接、スポーツ振興課へ ※当日は、コース周辺の混雑が予想されるため、近隣の皆さんのご理解をお願いいたします。 圃スポーツ振興課 ☎81-112・☎76-2250

卓球愛好者教室

圃市民体育館 【講師】市卓球連盟 圃市内に在住・在勤または市内の卓球クラブに所属する人(初心者も可) 費2千円 圃60人(応募者多数の場合は抽選) 圃ラケット、運動ができる服装、タオル、体育館用上履き、飲み物 圃往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、電話番号を記入して、12月30日(金)まで(必着)に市民体育館(〒362-0045向山4-3-10)へ 圃市民体育館 ☎81-8111・☎81-8113

イコス上尾 スポーツ教室

イコス上尾 ☎772-1611・☎772-1614

●フィットネス教室
圃水曜日コース / 平成29年1月11日~3月29日(2月8日を除く)の毎週(水)(全11回) 圃木曜日コース / 平成29年1月12日~3月30日(2月9日を除く)の毎週(木)(全11回) 圃イコス上尾 圃水曜日コース / リズムフィットネス19時30分~20時30分 圃木曜日コース / ①スッキリフィットネス10時30分~11時30分 ②ビューティーフィットネス14~15時 ③エンジョイフィットネス18時45分~19時45分 ④エナジーフィットネス20~21時 圃水曜日コース / 9千円 圃木曜日コース / 1万2千円 圃各20人(応募者多数の場合は抽選) 圃往復はがき(1人1枚)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を記入して12月20日(火)まで(必着)にイコス上尾(〒362-0011平塚951-2)へ

●スポーツダンス(社交)教室
圃平成29年1月19日~3月30日(2月9日を除く)の毎週(木)18時30分~(全10回) 圃イコス上尾 圃1万円 圃55人(応募者多数の場合は抽選) 圃往復はがき(1人1枚)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号、ダンス歴を記入して12月20日(火)まで(必着)にイコス上尾(〒362-0011平塚951-2)へ



時とき 圃ところ 圃内容 圃対象 圃費用・金額 ※記載のないものは「無料」 圃定員 圃持ち物 圃申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 圃問い合わせ

冬休み短期スケート教室

時12月26日(月)・27日(火)9時～9時45分 ①埼玉アイスアリーナ ②専属インストラクターが親切、丁寧に基礎をしっかりと指導し、楽しくスケートの技術を身に付ける ③4歳児～中学生 費3,200円 ④150人先着順 ⑤12月1日(木)10時～12月24日(土)18時に電話で埼玉アイスアリーナへ ⑥埼玉アイスアリーナ 75-3456



募集

アップピースマイル学校 図書館支援員(臨時職員)

【期間】平成29年4月6日(木)～平成30年3月16日(金)【予定】
【勤務日・時間】小学校/週5日(月)～(金)、10～15時の間で1日4時間【予定】 中学校/週3日または4日(月)～(金)、10～16時の間で1日5時間【予定】
①市内の小・中学校で、学校図書館運営の補助として、本の登録・分類・整理・配架・利用指導・電子台帳化作業・読

み聞かせなどを支援 ②学校教育に理解があり、次の①～④のいずれかに該当する人①原則として、司書、司書補、司書教諭、教諭のいずれかの資格を有している②教職経験者、教職志願者③図書の入力作業や検索作業のためのパソコン操作ができる④図書や読書への関心が高く、子どもが好きな人【時給】890～930円【予定】 【通勤手当】1日150円【予定】 ⑤30人程度 ⑥申請書(指導課)にある。市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、平成29年1月6日(金)までに直接(土)日(祝)、年末年始を除くまたは郵送(6日消印有効)で指導課(〒362-8501本町3-1-1)へ ⑦指導課☎75-9672・☎75-5633

泉台学習教室 冬季学習講習会の生徒

時12月26日(月)～28日(水)、平成29年1月4日(水)～6日(金)9時～12時15分 ①泉台学習教室(泉台1-6-9) 【教科】国語・数学・英語・社会・理科 ②中学生3年生 費1万円 ※テキスト代を含みます。 ③申電

話でシルバー人材センターへ ④シルバー人材センター☎76-8011・☎780-3018

日本語スピーチ参加者

時平成29年3月12日(日) ①所コミニティセンター ②外国出身の人 ③10人 ④原稿用紙5枚以内(2千字以内)の原稿を平成29年1月10日(火)まで(必着)にファクスまたはメールで ⑤上尾市国際交流協会(AGA)事務局へ ※選考結果は、応募者全員に連絡します。 ⑥AGA事務局(市役所第三別館1階、月)金10～16時☎780-2468・☎75-9819・☎office@aga-world.com

市観光協会推奨土産品

市内で生産、製造または加工された土産品の普及と品質の向上、産業振興のために土産品を推奨しています。認定された商品は、観光パンフレットでPRする他、市観光協会主催のイベントなどで販売しています。 【推奨期間】平成29年4月1日(土)～平成31年3月31日(日)の2年間 【審査会】平成29年1月27日(金)

【応募期間】12月12日(月)～平成29年1月20日(金) ※応募方法など詳しくは問い合わせください。 ①市観光協会☎75-5917・☎75-5024

アップピースマイル サポーター・ 特別支援学級補助員

時①アップピースマイルサポーター 【勤務日・時間】週5日(月)～(金)、1日5時間【予定】 ②市内小・中学校の学級と平方幼稚園で介助や支援を必要とする児童などの学習や自立を支援する 【日給】4,700円【予定】 【募集人数】80人【予定】
③特別支援学級補助員 【勤務日・時間】週5日(月)～(金)、1日7時間【予定】 ④市内の小学校の特別支援学級担任の補助をし、介助などが必要な児童を支援する 【日給】7,140円【予定】 ⑤20人【予定】 ●①②共通【雇用期間】前期/平成29年4月1日(土)～9月30日(土)、後期/平成29年10月1日(日)～平成30年3月26日(月)(長期休業中は除く) ⑥学校教育に理解があり、学級担任の補助に意欲のある人 【面接日】平成29年1

アップピースマイル教員 (中学校臨時教員)

中学1年生を対象に、1クラス35人学級を編制し、きめ細やかな指導を行うため、市が独自に採用する臨時教員(アップピースマイル教員)を募集します。 【雇用期間】前期/平成29年4月1日(土)～9月30日(土)、後期/平成29年10月1日(日)～平成30年3月31日(土) 【勤務日・時間】週5日(月)～(金)、1日7時間45分 ⑦中学校教員免許状がある人または平成29年3月31日(金)までに免許状取得見込みの人 【月給】22万円程度 ⑧若干名 ⑨申込書(学務課)にある。市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、教

救命講習会
普通救命講習Ⅰ
 平成29年1月21日(土)9～12時 所 市消防本部 定 成人に
 対する心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の使用方
 法など 関 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、12月20日
 (火)～平成29年1月9日(祝)(必
 着)に東消防署管理課(〒362-
 0013上尾村53)へ 関 東消
 防署管理課 関 75-1310・関

講座

員免許状の写しまたは免許
 状取得見込証明書を用意し
 て、12月7日(水)～平成29年1
 月27日(金)に直接(土)関、年末
 年始を除くまたは郵送(1月
 27日消印有効)で学務課(〒362
 -8501本町3-1-1)へ ※
 申込書受け付け後、面接を
 実施します。 関 学務課 関 75-
 9604・関 75-5633

大人の塗り絵体験講座

770-1902

日々の忙しい毎日を忘れて、
 ゆったりとした自分の時間の
 中、どのような色を選ぶか没
 頭し迷いながら、ストレス解
 消になる大人向けの塗り絵の
 塗り方を学びます。 時 平成
 29年1月25日(水)13時30分～15
 時30分 所 プラザ22 〔講師〕
 藤岡敬三さん(サクラクレパス
 認定大人の塗り絵講師) 関 市
 内に在住・在勤・在学の人 定
 20人先着順 申 12月6日(火)
 から電話で男女共同参画推進
 センターへ ※色鉛筆、塗り絵
 はこちらで用意します。また、
 一時保育を希望する人は保育
 施設を紹介しますので、平成
 29年1月18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 77-5111・
 関 77-5112



まなびすと 市民講座

～生涯学習を楽しもう～
 生涯学習課 関 775-9490・関 776-2250

所 芝川小学校特別教室、富士見小学校特別教室 申 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。

【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
12/25(日)	芝-9	正月の花をいける (とみやま せつてい 富士山 雪庭) 若松、千両と菊やユリを取り入れ、めでたい正月 花を生けて楽しむ	小学1年生以上 20人	1,500円(花材など) はさみ、雑巾、ごみ袋、持っ ている人は花器(水盤、つぼ、 深皿)・剣山(オアシスも可 能)	12/13(火)

【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
12/24(土)	富-18	ディスコン体験講座 (しがや せいこう 渋谷 精康) 簡単スポーツのディスコン(2チームに分かれて 円盤を投げ、ポイントを競う)に参加して、健康 づくりや仲間づくりをする	成人 15人	上履き、汗拭きタオル、水筒	12/12(月)
12/28(水)	富-19	お正月のいけばな (鈴木 ほうえん 豊円) 1年の多幸と無事を願って、心を込めて正月の 花を飾る	高校生以上 10人	1,800円(花材など) 花器、剣山(7x9号以上、あれば2 個)、はさみ、雑巾、新聞紙(3枚) ※飾る場所を応募はがきに記入 した人は、当日相談に応じます。	12/16(金)
1/22(日) 1/29(日)	連続 富-20	初めての陶芸を楽しむ (太田 悦夫) 陶芸の基礎を身に付けて、陶器作りを楽しむ	成人 8人	500円(材料と焼成など) 前掛けかエプロン、タオル	1/10(火)

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」 関関問問合わせ

健康長寿リーダー 養成講座

高齢介護課 ☎775-6473・☎776-8872

地域の健康づくりや介護予防を推進する健康長寿リーダー養成講座を開催します。☎下表のとおり 所大石公民館 市内に在住・在勤・在学の人 定25人(先着順) 申12月16日(金)までに直接か電話またはファクスで高齢介護課へ

とき	内容
第1回 12月18日(日)	認知症を地域で支える
第2回 平成29年1月15日(日)	介護予防の運動と栄養
第3回 29日(日)	在宅歯科と口腔ケア
第4回 2月12日(日)	生活習慣病予防と健康づくり
第5回 26日(日)	高齢者とのコミュニケーション
第6回 3月12日(日)	発表会

*いずれも10~12時です(全6回)。*全て出席の人には修了証が発行されます。

県女性キャリアセンター出前セミナー・個別相談会

①魅力的に見せる！面接準備セミナー 昭平成29年1月17日(火)10時~ 面面接官の視点を知り、ビジネススマナーやよくある質問の準備をする 定20人先着順 ②個別相談会 昭平成29年1月17日(火)13時15分~16時 関キャリアカウンセラーによる再就職の個別相

認知症予防講座・認知症サポーター養成講座

認知症予防講座と認知症サポーター養成講座を開催します。認知症予防講座では、「健康であり続けるための身体づ

くり」について講義し、認知症サポーター養成講座では、認知症への正しい知識などを身に付けます。講座を通じて、地域で安心して暮らし続ける方法を考えていきます。昭平成29年1月18日(水)14~16時(受け付け/13時30分) 講師【前園徹さん(上尾中央医師グループ地域健康推進研究所所長) 所長】☎「ミニミニセンター 甲県ホームページから」認知症サポーター埼玉県で検索 ☎http://www.pret.saitama.jp/a0105/emado/ 面電子申請について/県福祉地域包括ケア課☎830-3251・☎830-4781、その他/高齢介護課☎775-5124・☎776-8872

おとなのニッポン講座「知られざる剣術の世界」

学校武道が埼玉県人の努力によって生まれたことはあまり知られていません。武道の近代化に尽力した渋沢栄一や埼玉の撃剣文化(試合剣術)について学びます。 昭12月18日(日)・24日(土)10時~11時30分 所ラザ22 講師【大保木輝雄さ

ん埼玉大学名誉教授 市内に在住・在勤・在学の人 定30人(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがき(1人1枚)に住所、氏名、電話番号、講座名を記入して、12月12日(月)まで(必着)に生涯学習課〒362-8501本町3-1-1へ 面生涯学習課☎775-9490・☎776-2250

講演会「子どもの貧困と支援」

昭12月18日(日)14~16時 所ラザ22 関子どもの貧困を当事者の立場から考える【講師】小河光治さん(子どもの貧困対策センターあすのば代表理事) 定90人(先着順) 申12月17日(土)までに電話またはメールで特定非営利活動法人なごみへ 面特定非営利活動法人なごみ☎780-2286・面ageonagomi@yahoo.co.jp

ブランクのある看護職の人の再就業技術講習会

昭平成29年1月18日(水)20日(金) 所上尾衛生病院 面看護の最新の知識や技術を現場で研修し、職場復帰につなげる講習会 ※詳しくは問い合わせ

催し

2016あげおイルミネーション近隣観光協会 駅deほっと市



せてください。 面離職中の看護師・准看護師 定5人(先着順) 所白衣、白い靴 申平成29年1月13日(金)までに電話で県ナースセンターへ 面県ナースセンター☎824-7266

昭12月17日(土)12~17時 所JR上尾駅自由通路 面上尾市・桶川市・北本市・鴻巣市・伊奈町・川越市・久喜市の物産展、ゆるキャラ®との交流会、幼稚園や小学生の合奏 面市観光協会☎775-5917・☎775-5024

ボランティアフェスティバル

昭12月17日(土)10時~15時30分 所ミニミニセンター 面

あげオペラガラコンサート ～市民の歌声とともに～

イコス上尾 ☎772-1611・☎772-1614

☎2月11日(祝)・12日(日)14時～(開場/13時15分) 所イコス上尾 内ベルディ『アイーダ』、ロッシーニ『セビリアの理髪師』、プッチーニ『蝶々夫人』、それぞれから抜粋 **【出演】**①田中暁子②渡邊智美③加末徹④川野浩史⑤又吉秀樹(写真番号・敬称略)、あげオペラ管弦楽団、あげオペラ合唱団 **【指揮】**尾花拓音 **【総監督】**安曇麻悠理 **【チケット販売】**☎12月11日(日)9時～ 所イコス上尾、コミュニティセンター 費3,000円(自由席) ※未就学児の入場はできません。



講演/田中入馬さんセカンド
ハーベスト・ジャパン・アラ
イアンス事務局長による「福
祉講演フードライフラインと
いう支援」 フードドライブ/
家庭で余っている食品を持ち
寄り、集まったものを市内で
活動している子ども食堂や彩
の国あんしんサーフティネッ
トなどを通して必要な人へ配
布する ※賞味期限が1カ月
以上あり、保存の利く食品な

産業祭の子牛・ミニ豚の写

子牛・ミニ豚の写生会 優秀作品の展示

☎09096415288

11月13日に開催したあげお
を寄付してください。そ
他/ボランティア体験コー
ナー、市内福祉施設による
自主生産品の販売、あげお
の地域福祉展パネル展示な
ど 所上尾市ボランティアセ
ンター☎77317155・☎7721
8647

NPO法人 荒川の自然を守る会の催し

①竹林の自然観察と管理 所
12月3日(土)(雨天中止) ②鳥
の観察とアシ刈り 所12月11
日(日)(雨天中止) ③カヤネズ
ミ(巣)の観察とアシ刈り 所
12月17日(土)(小雨決行) ●
①③共通所9時30分～12時
所三ツ又沼ビオトープ(平方)

【集合】三ツ又沼ビオトープ駐
車場・9時30分 費100円(保険
料) 内飲み物、軍手、鎌持っ
ている人) **【服装】**長袖・長ズ
ボン、帽子 ※詳しくは問い
合わせてください。 所菅間

9時10分または現地・9時20分
☎1時間程度の軽作業と自然

【集合】養護老人ホーム恵和園・
サクラソウトラスト地(領家
合は、12月18日(日)に延期) 所

普段の生活ではなかなか見
ることができない生き物をみん
なで探し、専門家が生態につい
て詳しく説明します。親子での
参加も大歓迎です。 所12月11
日(日)9時30分～13時(雨天の場
合は、12月18日(日)に延期) 所

サクラソウトラスト地の 草刈り作業と ワシ・タカ観察会



昨年の子牛・ミニ豚の写生会

生会」応募作品の中から選ば
れた優秀作品を展示します。
所12月3日(土)～平成29年1月
9日(祝)10～17時 所榎本牧場
(群吉736-1) 所農政課☎751
7384・☎77519872

8711・☎82318709

田 所県都市競艇組合☎8231

ボートレース戸田
12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。 所12
月1日(木)～4日(日)、7日(水)～
12日(月)、15日(木)～19日(月)、26
日(月)～31日(日) **【場外発売】**
12月1～4日、7～12日、15
～31日 所ボートレース戸

ボートレース戸田 12月の開催日

多様な生きもののすむ自然の
ために働こう！ 所12月4～
25日の毎週(日)(小雨決行) 所
サクラソウトラスト地(領家)
費200円(保険料) 内飲み物、
長靴、軍手 所開催日の前日
までに電話で上尾支部の小川
へ 所小川☎7810887

埼玉県生態系保護協会 上尾支部の催し

観察 所30人(先着順) 所軍
手、長靴、雨具、昼食、飲み物
おわん、箸 ※豚汁を用意しま
す。 所12月7日(水)までに電話
かファクスまたはメールで環
境政策課へ 所環境政策課☎
77569925・☎77519872・
所251000@city.ageo.lg.jp

時とき 所ところ 内内容 対対象
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」

費費用・金額 対対象 定定員 持持ち物
※記載のないものは「無料」

上平公民館 〒362-0008 上平中央3-31-5 ☎775-9308・☎770-1102

文学講座～漱石『坊っちゃん』の魅力を探る～

漱石生誕150年に当たる平成29年、専門家を招き、いまだに色あせない漱石文学を読むことで、その魅力を探っていく

時平成29年1月11・18日のいずれも13:30～15:00(全2回) 対市内に在住・在勤 対『坊っちゃん』の本 申12月20日(火)までに往復はがきで

はじめての「こぎん刺し」 ～おうちでゆっくり針仕事～

ひと針ひと針刺しながら、毎日を素敵に彩る小物(ストラップ・コースター)を楽しく作る

時平成29年1月23・30日のいずれも(月)13:00～15:00(全2回) 対市内に在住・在勤 費600円 定15人 対縫い針、糸切りばさみ、18号ぐらいの定規 申平成29年1月13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・☎780-1113

子ども囲碁教室 ～一緒にやろうよ!初めての囲碁～

集中力・創造力を高め、洞察力が身に付くといわれる“囲碁”の楽しさ・奥深さを初体験!

時12月26日(月)・27日(火)、平成29年1月6日(金)のいずれも9:30～11:30(全3回) 対市内に在住の小学生 定20人 申12月16日(金)までに往復はがきで

市指定無形民俗文化財

「藤波の餅つき踊り」

生涯学習課 ☎775-9496・☎776-2250

江戸時代後期から伝わるとされている民俗芸能で、市指定無形民俗文化財に指定されています。リズムカルでダイナミックな餅つき踊りをお楽しみください。つきあがった餅は初詣の参拝者に振る舞われます。
時平成29年1月1日(祝)0時～ 所藤波天神社(藤波一丁目) 対4～8人で行われる「立ちポーウチ」「座りポーウチ」「八人づき」の演目の他、餅を入れずにつく「曲づき」などの演目を2回上演



昨年の「藤波の餅つき踊り」

新春

囲碁大会・将棋大会

生涯学習課 ☎775-9490・☎776-2250

上尾市新春囲碁大会

時平成29年1月14日(土)9時～16時30分 所コミュニティセンター 対段・級別によるクラス別対局。日本棋院棋士・酒井真樹八段との指導対局も開催予定(ジュニア〈中学生以下〉・レディースクラス〈有段者以外〉もあり) 対市内に在住・在勤・在学または市内の囲碁団体に所属する人 費千円(女性・中学生以下は500円) 定200人 申往復はがきに、氏名、住所、電話番号、段、級位を記入して、12月16日(金)まで(必着)に囲碁大会実行委員会事務局(〒362-8501本町3-1-1生涯学習課内)へ ※団体申し込みの場合は問い合わせてください。

上尾市新春将棋大会

時平成29年1月28日(土)9時30分～16時30分 所コミュニティセンター 対クラス別による対局①一般Aクラス/三段以上、Bクラス/二段と初段、Cクラス/1級以下②Jクラス/小・中学生③Lクラス/女性 ※一般クラスは年齢・性別を問いません。 ※プロ棋士による指導対局があります。 対市内に在住・在勤・在学の人または市内の将棋サークルに所属する人 費千円(高校生以下・女性は500円) 定130人 申往復はがきに、住所、氏名、電話番号、年齢、希望クラス、棋力(段・級・なし)を記入して、平成29年1月13日(金)まで(必着)に将棋大会実行委員会(〒362-0059平方4326-5深澤國昭)へ

暮らし・彩り・公民館

12・1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・☎776-7366

子ども料理教室～1人で作れる基礎のキソ～

料理に必要な基礎を学ぶ。習った後、家で1人でも作れるメニュー「タコライス」をメインに、季節のポタージュやゼリーを作る

時 12月26日(月)9:30～12:00 所 西保健センター
対 市内に在住・在学の小学4～6年生 費 400円
定 20人 申 12月14日(木)までに往復はがきかメール(☎s723000@city.ageo.lg.jp)で(家族は1枚に2人以上の記入可)

ふるさと学級mini

60歳以上の人を対象にした3回連続講座。1回目/人権講座～男の人権・女の人権～ 2回目/カラダのゆがみを整えるストレッチ 3回目/“争族”にならないための相続講座

時 平成29年1月13～27日の毎週(金)14:00～15:45
(全3回) 所 コミュニティセンター
対 市内に在住・在勤・在学か市内団体に所属する人 定 40人 申 12月15日(木)までに往復はがきかメール(☎s723000@city.ageo.lg.jp)で(家族は1枚に2人以上の記入可)

人権講座～男の人権・女の人権～

「ふるさと学級mini」の一般市民向け公開講座。男女の違いを認識し、性差別なく尊重し合うための、楽しく学べる講座

時 平成29年1月13日(金)14:00～15:45
所 コミュニティセンター 対 市内に在住・在勤・在学 定 20人 申 12月19日(月)までに往復はがきかメール(☎s723000@city.ageo.lg.jp)で(家族は1枚に2人以上の記入可)

異文化探訪～第3回埼玉の姉妹都市(県の姉妹友好州省)～

県の姉妹友好提携についての説明と、その中の2カ国であるアメリカとオーストラリアについて、アメリカ人とオーストラリア人の国際交流員が歴史を中心に紹介する

時 平成29年1月17・24日のいずれも(木)14:00～15:30(全2回) 所 青少年センター 対 市内に在住・在勤・在学・市内団体に所属する人 定 30人(先着順) 申 電話かメール(☎s723000@city.ageo.lg.jp)で

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

ラフターヨガ体験教室

笑い(ラフター)とヨガの呼吸法を組み合わせたラフターヨガを楽しく体験する

時 平成29年1月16日・30日のいずれも(月)10:00～11:30(全2回)
対 市内に在住・在勤 定 30人 申 12月22日(木)までに往復はがきで

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

親子お正月料理教室(西洋料理編)

洋風おせち料理(ロールドビーフ・スモークサーモンのムース他)を親子で協力して作る

時 12月17日(土)9:30～13:00
対 市内に在住・在勤の親子 費 1,200円 定 24人(12組) 申 12月11日(日)までに往復はがきで

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

北欧・デンマークの伝統的クリスマス料理と暮らし

料理づくり(ローストポーク・野菜の蒸し煮・アーモンド入りライスプディング他)とクリスマスのお話

時 12月21日(木)9:30～13:30
対 市内に在住 費 千円 定 24人 申 12月12日(月)までに往復はがきで

新春コンサート

箏と尺八が奏でる音楽で癒やしのひと時を楽しむ(『春の海』、日本の歌メドレー他)

時 平成29年1月14日(土)14:00～15:30(開場/13:30)
定 80人 ※当日、直接会場へ。

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
12月16日～1月15日
所 西貝塚17-1 TEL 783-1126 FAX 726-7657
【開館時間】10:00～21:00

健康プラザわくわくランド 検索
【12月の休館日】毎週水・31日(土)
※29日(木)・30日(金)は17時までの短縮営業
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
ジュニアスイム～中級クロール～
時 1月19日～3月9日の毎週(木) (全8回) 17:00～18:00 小学生 費8千円(入館料込み) 定20人(先着順) 申12月1日(木)～25日(日)までに直接または電話で
わくわくイングリッシュスクール
①5・6歳コース(遊びを通して楽しく英語を覚える)②小学1・2年生コース(簡単な英語を練習する) 時1月20日～2月24日の毎週(金) (全6回) ※時間は①16:00～16:40②17:00～18:00です。 ①5・6歳(年中、年長)②小学1・2年生 費6,500円(教材費・入館料込み) 定各10人(先着順) 持筆記用具 申12月1日(木)～直接または電話で

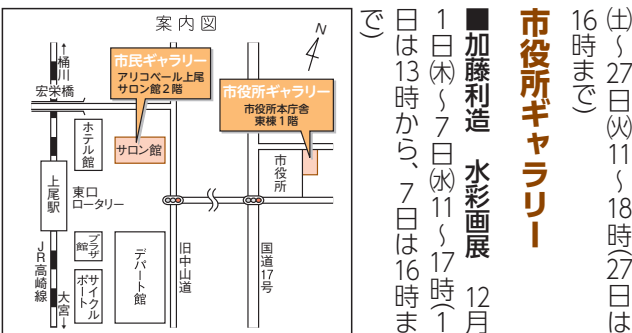
学べる・遊べる
自然学習館
12月
所 畔吉178 TEL 780-1030 FAX 726-7901

自然学習教室
●マツボックリを観察しよう
時 12月11日(日)9:30～12:00(雨天決行) 小学生以上 ※小学4年生以下は保護者同伴です。 定12組36人(先着順) 持作品を持ち帰る袋 【服装】活動しやすい服装 申12月1日(木)から
体験もの作り教室
●手打ちそば
時 12月21日(水)9:30～12:30 費800円(1組) 定16組(1家族1人前、応募者多数の場合は抽選) 持エプロン、三角巾、手拭き、持ち帰り用容器 申12月8日(木)まで(必着)に往復はがきで
●しめ縄
時 12月25日(日)9:30～11:30 費500円 定15組(応募者多数の場合は抽選) 持木はさみ 【服装】床に座って作業ができる服装 申12月8日(木)まで(必着)に往復はがきで

プール 申30分前からプール監視員室前(②③④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 (12/26・1/9を除く) 定20人
②アクアビクスI 時 毎週火 11:00～12:00 (12/27・1/3を除く) 定20人
③アクアビクスII 時 毎週火 14:00～15:00 (12/27・1/3を除く) 定20人
④フンポイントスイム 時 毎週水 11:00～11:30 (12/29・1/5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 毎週木 14:00～14:40 (12/29・1/5を除く) 定15人
⑥ファンファンスイム 時 毎週金 11:00～12:00 (12/23・30・1/6を除く) 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 (1/9を除く) 定15人
⑧からだ整えバレエ体操 時 毎週月 12:00～12:40 (1/9を除く) 定15人
⑨スロートレーニング 時 毎週月 13:00～13:30 (1/9を除く) 定15人
⑩ヨガ 時 毎週火 10:30～11:30 (1/3を除く) 定25人
⑪ベリーダンス 時 毎週火 11:45～12:45 (1/3を除く) 定15人
⑫骨盤エクササイズ 時 毎週火 15:30～16:30 (1/3を除く) 定20人
⑬レッツ!!フィットネス夜ver. 時 毎週火 18:00～18:30 (1/3を除く) 定10人
⑭ママFitness 時 毎週水 10:30～11:30 (12/15・1/5を除く) 定10人
⑮エアロビクス 時 毎週水 12:00～13:00 (12/15・1/5を除く) 定15人
⑯リズムピラティスI 時 毎週水 13:30～14:30 (1/5を除く) 定20人
⑰リズムピラティスII 時 毎週水 19:00～20:00 (12/29・1/5を除く) 定20人
⑱スロートレーニング 時 毎週金 10:30～11:00 (12/23・30・1/6を除く) 定15人
⑲エアロッチ夜ver. 時 毎週金 19:00～20:00 (12/23・30・1/6を除く) 定15人

健康相談
⑳健康相談 時 12月20日(火) 13:15～14:15
共通 小学生以上 費300円 ※⑭は500円(①④⑤⑧⑨⑩⑮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
●クリスマス飾り作り
時 12月23日(祝)9:30～12:00
①ドングリや松ぼっくりで自由に工作する
定36人(先着順)
申12月1日(木)から直接または電話で
●凧作り教室
時 1月9日(祝)9:30～12:00 小学生以上 ※小学4年生以下は保護者同伴です。 費千円 定15人(先着順) 持手袋、帽子 申12月1日(木)から参加費を用意して直接
●門松作り
時 12月25日(日)13:30～15:30 小学生以上 ※小学4年生以下は保護者同伴です。 定12組(先着順) 持軍手、持ち帰り用レジ袋(大) 申12月1日(木)から直接または電話で
上尾天文台まつり
●手作り望遠鏡を作ろう
時 12月18日(日)13:30～15:30 小学生以上 ※小学4年生以下は保護者同伴です。 費500円 定25人(先着順) 持筆記用具 申12月1日(木)から参加費を用意して直接
※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)日開催)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



市役所ギャラリー
加藤利造 水彩画展 12月1日(木)～7日(水) 11時～17時(1日は13時から、7日は16時まで)
伊奈学園工芸展 12月24日(土)～27日(火) 11時～18時(27日は16時まで)
第6回 油絵・水彩・パステル・植物画展 12月15日(木)～21日(水) 10時～17時(15日は13時から、21日は16時まで)
第14回 墨華展(漢字・調和体・かな・ペン字) 12月8日(木)～14日(水) 10時～18時(14日は16時まで)
市民ギャラリー
墨泉会「墨と彩の絵画展」 12月1日(木)～7日(水) 10時～17時(1日は13時から、7日は15時まで)
市民生涯学習課
TEL 775-9496 FAX 776-2250

ギャラリーガイド
12月1日～12月27日