

暮らし

コミュニティセンターの臨時休館

館内消毒のため、8月14日

(日)・15日(月)は臨時休館します。

☎コミュニティセンター☎

775-0866・☎775-0868

文化センターの臨時休館と上尾公民館の移動執務

電機設備の点検と館内清掃のため、8月17日(水)・18日(木)は臨時休館します。

これに伴い、上尾公民館の

業務は青少年センター2階研

修事務室(☎775-4940、生

涯学習課を通しての連絡)で

行います。☎文化センター

☎774-2951・☎774-295

5、上尾公民館☎775-018

5・☎776-7366

8月30日～9月5日は建築物防災週間

建築物に関する防災知識の普及や防災対策の推進を目的に、年2回「建築物防災週間」を定めています。この期間中、不特定多数の人が利用する施設などの建築物を点検しま

空き地の管理

また、建築基準法では、建築物・建築設備・昇降機の維持管理状況の報告を義務付けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。☎建築物安全課☎775-8490・☎775-9906

空き地に雑草が生い茂ると、不法投棄や害虫の発生場

所になるなど、環境衛生上好

ましくなく、近隣の人に迷惑

を掛けることとなります。雑

草が枯れると火災の原因にも

なるので、土地の所有者・管

理者は、雑草の刈り取りを定

期的に行ってください。また、

自分で刈り取りできない場合

は、業者などに依頼してくだ

さい。☎生活環境課☎775-6

940・☎775-9872

花火・火遊びによる火災の防止

■花火は楽しく安全に

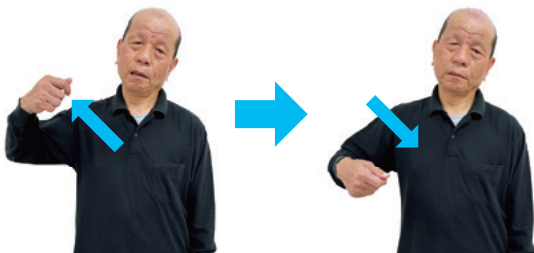
火災などの災害や事故が起これないよう、次の点に注意して夏の楽しい思い出にしましょう。子どもだけでさせない／風が強い時はしない／



あったか手話教室

障害福祉課 ☎775-5315・☎776-8872

日常生活で使える手話を一緒に学びませんか。市ホームページでは手話動画を公開中です。今月は「夏・暑い」を紹介します。



右手の親指を人差し指に乗せて軽く握り、扇子やうちわであおぐようにする。

夏・暑い

協力 上尾市聴覚障害者協会

あげお観光情報

市観光協会 ☎775-5917・☎775-5024



上尾のお土産でごあいさつキャンペーン!

選べるギフトで親しい人に、ごあいさつ♪

8月2日(水)～31日(水)の間、金額に関わらず、無料でギフトボックスを提供します。ちょっとしたプレゼントに、ぜひご利用ください。



あげお お土産・観光センター
所宮本町3-2 A-GEOタウン2階
☎780-2266
営業時間10:30～18:30(月定休)

あげお お土産・観光センター 検索



ツイッター・インスタグラムも更新中!
#上尾市観光協会

市観光協会ホームページ



燃えやすい物が近くにない安全な場所を選ぶ／後始末用の水バケツを用意する

■火遊びによる火災の防止

子どもの火遊びによる火災は、人目に付かない場所で発生することが多く、発見が遅れると火災が大きくなることがあります。火遊びによる火災が起これないよう、大人が次の点に注意を払い、子ども

の年齢に応じた指導をしましょう。子どもだけで火を取り扱わせない／火遊びをしているのを見つけたら注意する／ライターなどを子どもの手の届く所に置かない

☎予防課☎775-1314・☎775-2230

ガソリンの貯蔵・取り扱いにご注意を

ガソリンは引火点が非常に低く、ライターなどの火源がなくても静電気により火災に至る恐れがある危険な物質です。やむを得ずガソリンの貯蔵や取り扱いをする場合は、次のことに注意してください。

ガソリンを入れる容器は消防法令に適合した容器（金属製の携行缶など）を使用する／貯蔵は必要最小限の量にして、高温になる場所には保管しない／取り扱う時は火気から離れ、直射日光の当たらない風通しの良い場所で行う／容器のふたを開ける際は、漏れたりあふれたりしないように注意を払う／エンジン稼働中の発電機などへは給油しない

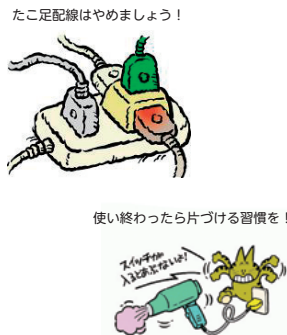
314・☎7512230
☎7512230

電気による火災を起さないために

近年、電気が原因となる火災は全国で約5千件も発生しています。火災を起さないために次のことに注意しま

しょう。たこ足配線をしない／プラグにほりこりためない／傷んだコードを使用しない／コードを束ねない／重い物を乗せない

また、電気器具は、取扱説明書をよく読み、器具の機能を十分に理解した上で正しく使用しましょう。※詳しくは、市ホームページをご覧ください。☎7512230



チャイルドシート・シートベルト着用促進運動

県では、8月1日(月)～31日

(水)の間、交通死亡・重傷事故防止のため、自動車乗車中のチャイルドシート・シートベルトの着用促進運動を実施します。

交通事故時における、チャイルドシート不使用者の致死率は、適正使用者の約5.3倍、後

次回の税などの納付期限 8月31日(水)

- ◇市・県民税 …………… 第2期
 - ◇国民健康保険税 …………… 第2期
 - ◇介護保険料 …………… 第2期
 - ◇後期高齢者医療保険料 …………… 第2期
- 便利で確実な口座振替をご利用ください。

納税課 ☎775-5135

自転車盗難を防ぐ！ 毎日の心掛け

上尾警察署管内の自転車盗

難被害が、昨年の3月末より25%増えています。盗難被害にあったうちの55%が、施錠をしていませんでした。いつでもどこでも鍵を掛けることを習慣にしましょう。また、

自転車の鍵の中には、外しや

部座席シートベルト非着用時の致死率は、一般道で約3.5倍、高速道路で約19.4倍になります。自動車乗車中は、必ず全ての席でチャイルドシート・シートベルトを正しく着用しましょう。☎交通防犯課 ☎7515138・☎7519927

12万人の主婦が選んだ (おにわや) **Oh!庭ya!** (おにわや) 日本中の当たり前 上尾店

庭木1本でも大歓迎！草刈り、芝刈り、剪定、伐採、空家管理 年間管理などお庭のことなら、なんでもお任せください！

庭木剪定 1本/1,000円～ 庭木伐採 1本/1,000円～ 〒362-0064 埼玉県上尾市小敷谷729
生垣刈り込み 1m/1,000円～ 草取り 1時間/3,000円 TEL 048-776-9230
ご相談・お見積のご依頼はお気軽にこちらまで！ FAX 048-611-7571
E-mail: ageoten@oh2ya.com

0120-28-4141 万が一の作業事故に備え、総合賠償責任保険に加入しています。

受付時間: 9:00～18:00 (土日祝も受付中！)

1級空き家管理士による **空き家と相続の無料個別相談会**

誰も住んでいないご実家や放置されている空き地のことなどお気軽にご相談ください。

令和4年 **8月27日(土)**
[時間] 13:30～16:00
[会場] 上尾市文化センター
〒362-0017 上尾市ニッ宮750番地

《要事前予約》
先着15組 (1組30分)

株式会社 樹 正直不動産
埼玉県知事(1)第24756号
埼玉県さいたま市中央区新中里5-20-19 ☎ 048-789-7147

公益財団法人 **青葉園** 埼玉・東京に200式場以上のネットワーク

〒331-0052 さいたま市西区三橋5-1505

「墓地」購入は **048-623-2111** まで

宗旨・宗派: 宗教不問です
開園: 1952年(昭和27年) 墓地経営許可: 埼玉県・32指令公衛収第1043号

緑豊かな公園墓地に お墓を 持ちませんか

株式会社 **青葉ライフサポート**

青葉メモリアルホール
〒331-0052 さいたま市西区三橋5-790-10 ☎ **0120-048-999**

安置室完備
家族葬対応
24時間365日受付

※「広報あげお」掲載の広告は、あくまでも営業広告であり、市として推薦、公認、販売促進などを行っているものではなく、内容について市が責任を負うものではありません。

すいもの、壊しやすいものがあります。ワイヤー錠などで二重ロックをして防犯効果を上げましょう。 岡上尾警察署 岡73-0110

女性の安全対策
自分の身は自分で守る

犯罪が起こりやすい場所や状況、環境を避けることで被害に遭う確率を減らすことができます。卑劣な犯人から身を守るため、次の点を意識をすることが有効です。暗い場所・道・人が少ない環境を避ける／スマートフォン操作やイヤホンで音楽を聴くなどのながら歩行をしない

なお、緊急時はためらわず110番通報してください。 岡上尾警察署 岡73-0110

ひとり親のための
お仕事相談

岡8月5日(金)・25日(木)、9月7日(水)・27日(火)10〜12時、13〜15時(1回50分) 所子ども支援課 岡キャリアプラン、ライフプラン、就職、転職など仕事に関する個別相談 対ひとり親家庭の親・寡婦 申相

談日までに直接または電話で子ども支援課へ 岡子ども支援課 岡75-6819・岡774-5342

女性のための女性司法書士による無料電話相談会

岡9月10日(土)10〜16時 岡遺産分割、相続登記、成年後見制度、遺言書、キャッシングの返済など 【相談方法】電話相談(岡872-8055・当日だけ通話可) ※通話料は相談者負担です。 岡埼玉司法書士会事務局 岡863-7861



募集

下水道排水設備工事責任
技術者資格認定共通試験

岡11月27日(日) 所聖学院大学(戸崎1-1) 費1万円 申込書(受験案内に添付)に必要事項を記入して、8月22日(月)〜9月30日(金)(必着)に郵送で東京都下水道サービス(株)〒100-0004東京都千代田区大手町2-6-3 銭瓶町ビルディング内へ ※詳しくは、8月22日から業務課(上尾村

1157)で配布する受験案内をご覧ください。 岡業務課 岡75-9302・岡775-9041

納税通知書用封筒の広告

令和5年度に発送する納税通知書の封筒に掲載する広告を募集します。掲載は審査の上、決定します。 【掲載場所】封筒裏面 【募集枚数】各封筒4枚以内 【規格】縦3.5×横9.5、単色刷り(市の指定色) 【掲載料】5万円(1枠当たり) 申込書(市民税課にある。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、8月1日(月)〜10月31日(月)に直接、市民税課へ

税目	広告掲載期間	発送予定数
軽自動車税(種別割)	令和5年5月 〜 令和6年4月	約36,000通
市民税・県民税	令和5年6月 〜 令和6年5月	約42,000通

岡市民税課 岡75-5131・岡75-9846

広告



お部屋探しはURである。

2022 5/31(火)〜9/30(金) お部屋探しキャンペーン

フリーレント キャンペーン家賃 キャンペーン割引制度は対象団地・住戸・期間限定です! 詳しくは営業窓口へお問い合わせください。 キャンペーンについて詳しくはこちら▶ UR 埼玉 検索

8/1(月)〜9/30(金)に関東エリアのUR賃貸住宅にお申込みからご契約までしていただくと 3万円分×15名様・5万円分×15名様 JCBギフトカード 抽選でプレゼント!

※家賃額5万円未満のお部屋のご契約は3万円分のギフトカード、家賃額5万円以上のお部屋のご契約は5万円分のギフトカードの抽選対象となります。※一部対象外の契約があります。

埼玉の営業窓口で住宅相談いただいた方に 先着4,000名様 埼玉エリア限定 UR埼玉オリジナルデザインのお菓子プレゼント!

※プレゼントはキャンペーン期間内にご相談いただいた方限定となります。 ※商品がなくなり次第終了となります。 ※お1人さまお1つ限りとなります。

UR賃貸ショップ上尾 ☎048-871-7574

上尾市谷津2-1-50 上尾協和ビル3階 【営業時間】9:30〜18:00 【休業日】水曜日 【交通】JR高崎線・湘南新宿ライン「上尾」駅西口徒歩1分

時とき 所ところ 内容 対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定員 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

市スポーツ協会体育賞 候補者の推薦

【選考基準】市内に在住・在勤・在学で、次の要件に該当する人 体育優秀児童賞／体育を愛好し、活動が顕著で他の児童の模範になり、学校長が認めた小学生(各学校1人) 優秀選手賞／令和3年9月1日～令和4年8月31日(水)に行われた大会で、特に優秀な技能を発揮し、他の人の模範と認められ、次の①～④のいずれかに該当する個人または団体 ①県大会で優勝した ②関東大会規模以上の大会に県の代表として出場した ③国際大会に出場した ④市スポーツ協会会長が認めた 功労賞／市スポーツ協会加盟団体が認めた 【推薦方法】小・中学生、高校生／各学校長または市スポーツ協会加盟団体が推薦 一般／市スポーツ協会加盟団体が推薦 ※市外の学校へ通学している人や市スポーツ協会加盟団体などに所属していない人で、優秀選手賞に該当する人は、8月31日までに市スポーツ協

会事務局へ連絡してください。 ※受賞者は市ホームページに掲載します。 関市スポーツ協会事務局 ☎・FAX 71-00083



生活困窮者相談窓口相談員(会計年度任用職員)

【期間】9月1日(水)～令和5年3月31日(金) 【勤務日・時間】(月)～(金)のうち週4日・9～17時(日)7時間(休憩1時間) 【勤務地】生活支援課 困生活困窮者相談窓口の相談など 当する人 ①福祉相談業務の実務経験がある ②社会福祉士または精神保健福祉士資格がある ③ファイナンシャルプランナーの資格がある ④福祉相談業務に興味がある 【月給】12万2,600円(別途期末手当などあり) 定1人 【面接日】8月23日(火) 申指定の履歴書、自己紹介書、生活支援課にある、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、8月18日(木)まで(必着)に直接または郵送で生活支援課(〒362-8501本町3-1-1)へ 関生活支援課 ☎79-4835・FAX 76-8872

中央高等技術専門学校

オープンキャンパス

正社員就職を目指した専門技術教育(2年間)を行っています。ものづくりに興味がある人の参加をお待ちしています。 時 8月27日(土)10～12時 所 中央高等技術専門学校(戸崎975) 関 入試情報などの概要説明と施設見学 関 高校生など入校を希望する人 申 8月26日(金)までに氏名、電話番号を電話かファクスまたはメールで同校へ

スキルアップ講習

働いている人のスキルアップを支援しています。 時 9月10・17・24日のいずれも(土)9～16時 所 中央高等技術専門学校 関 ①第一種電気工事士筆記試験準備講習 ②第三種冷凍機械責任者試験準備講習 対働している人 費 各3千円

広告

親同士のお見合い交流会

主催:結婚相談所ムスベル



同じ想いの親御様同士の「お見合い交流会です」

日時:8月27日(土) 友引 14:00～

対象:未婚のお子様を持つ親御様(女性30～40歳位 男性35～45歳位)

参加費:おひとり 6,500円

開催場所:大宮ソニックシティ(さいたま市大宮区桜木町1丁目7-5)

まずはお気軽にご相談下さい

☎048-640-1001

広告

草刈り お庭と庭木のお手入れ、人工芝

お庭のトミー

— Oniwa no Tommy —

お庭の何でもご相談ください ご連絡は携帯まで ☎090-2493-1865 担当:富田

- 大変な草刈り致します ¥550～ 事業所
- 庭木のお手入れ致します ¥1,000～ 埼玉県白岡市西8-7-15
- 防草対策も致します ¥3,000～ 03-6206-0630

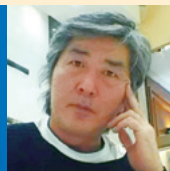
便利屋の仕事します!

草刈りや遺品整理、掃除、片付け、浮気調査など 同時に定期的訪問募集(片付け、買物など)

便利屋よりそい

☎0120-212-226

http://benriya-yorisoi.com 便利屋よりそい 検索



※「広報あげお」掲載の広告は、あくまでも営業広告であり、市として推薦、公認、販売促進などを行っているものではなく、内容について市が責任を負うものではありません。

定①30人 ②20人 ※応募者多数の場合は抽選ひら。申8月1日(月)～10日(水) ※申し込み方法などは、同校ホームページ(<https://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0804/>)をご覧ください。問中央高等技術専門学校 03241・0781-8990・07813241@pref.saitama.lg.jp



緑のボランティアセミナー

さいたま緑のトラスト協会は、埼玉の優れた自然や貴重な歴史的環境のトラスト保全地の保全活動に取り組んでいます。保全活動にボランティアとして参加するためのセミナーを開催します。9月4日(日)～11月12日(土)の期間で全6回 所県内トラスト地や埼玉会館など 費6千円(非会員は別途1,500円の年会費が必要) 申8月26日(金)までに、電話または同会ホー

ホームページ(<http://saitama-greenertrust.com/>) 問さいたま緑のトラスト協会 024-3661

SAITAMA出会うサポートセンター(恋たま) 会員

県の結婚支援センターが出会いの機会の提供から交際、結婚までをAアプリを活用し、サポートします。 ①結婚を希望し、自ら婚活する意思のある20歳以上で独身 ②県内に在住・在勤または近い将来埼玉県への移住を考えている ③スマートフォンを所持している 市内に在住・在勤または勤務先が会員の人/1万1千円(2年間有効) ※詳しい内容や会員登録は、恋たまホームページをご覧ください。 期間限定無料体験 12月31日(土)まで 1週間 1回お見合い相手を紹介、20代限定婚活イベントへの参加 20代独身男女 定10人(先着順) ※モニター協力が必要です。 問SAITAMA

A出会うサポートセンター 075-5024 info@koitama.jp



恋たま ホームページ

2022あげおイルミネーション協賛者

上尾の冬の風物詩として親しまれている「あげおイルミネーション」を11月19日(土)～令和5年1月31日(火)に実施します。街の活性化にふさわしい事業にするために、協賛金を各企業や団体をはじめ、市民の皆さんから募集します。 ※協賛者の氏名はJR上尾駅・北上尾駅に設置する看板に掲示します。 協賛金額 101万円 申込書(市観光協会、市役所1階総合案内、各支所・出張所、市内各公共施設にある)に必要事項を記入して、10月7日(金)まで(必着)に直接か郵送またはファクスで市観光協会(〒362-0004 谷津2-1-50)へ 問市観光協会 075-5917・075-5024

イベント・講座

市民活動体験教室 「はじめの1歩」

親子でマジック体験教室

8月27日(土)13時30分～15時30分 所市民活動支援センター 内マジックのやり方を学び、披露する面白さを体験

講師 上尾マジッククラブ

市内に在住の小学生と保護者 費1人200円 定5組15人(先着順) 問筆記用具 申8月2日(火)から住所、氏名、年齢、学年、電話番号、このイベントをどこで知ったかを、電話で市民活動支援センターへ 問市民活動支援センター 078-1810



あげお郷土こどもかるた大会

上尾の文化や歴史をテーマにした、かるたを使って、子どもから大人まで世代を越え

た交流をしませんか。 時10月2日(日)10時～12時30分 所市民体育館 市内に在住・在勤・在学の人で3人1組 定12チーム(先着順) 申9月24日(土)までに参加者全員住所、氏名、年齢、電話番号を直接か電話またはファクス、メールで青少年課へ 問青少年課 078-2488・078-2117・05106000@city.ageo.lg.jp

スタインウェイを弾いてみよう

8月14日(日)・20日(土)のいずれも10時～17時45分 ※1枠45分です。 所文化センター 文化センター大ホールにあるコンサートピアノの最高峰、スタインウェイピアノを弾く 市内に在住・在勤・在学の人(中学生以下は保護者同伴) 費1人500円以上 ※収益金は障害者支援のための募金とします。 定各8枠(先着順) 申8月5日(金)10時から直接、文化センターへ ※教室での申し込みはできません。 問文化センター 074-2951・074-2955

8月14日(日)・20日(土)のいずれも10時～17時45分 ※1枠45分です。 所文化センター 文化センター大ホールにあるコンサートピアノの最高峰、スタインウェイピアノを弾く 市内に在住・在勤・在学の人(中学生以下は保護者同伴) 費1人500円以上 ※収益金は障害者支援のための募金とします。 定各8枠(先着順) 申8月5日(金)10時から直接、文化センターへ ※教室での申し込みはできません。 問文化センター 074-2951・074-2955

時とき 所ところ 内内容 対対象 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

AGA日本人・外国人市民のための生活勉強会
「介護保険って何？」

市高齢介護課の職員と介護体験者の話をやさしい日本語で聞いて、日本の介護保険制度を学びます。**時**8月21日(日)14～16時 **所**上尾公民館

費100円 **定**20人(先着順) **申**氏名、電話番号、メールアドレスを記入して、8月18日(休)まで(必着)にファクスまたはメールでAGA事務局へ **問**AGA事務局 780-2468・75-0007・office@ga-world.com

ホームベーカリーを活用
「気軽にパン作り教室」

ホームベーカリーを使ってパン作りにチャレンジしてみませんか。**時**9月2日・16日のいずれも(金)9時30分～13時30分(全2回) **所**コミュニティセンター **対**20歳以上

費3千円 **定**8人(応募者多数の場合は抽選) **申**往復はがきまたはメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を記入して、

8月12日(金)まで(必着)にコミュニティセンター(〒362-0075 柏座4-2-3)へ **問**コミュニティセンター 75-0866・75-0868・ageo.comisen.event@gmail.com



救命講習会
「普通救命講習Ⅰ」

時①9月3日 ②9月17日のいずれも(土)9～12時 **所**市消防本部 **対**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 **対**市内に在住・在勤・在学の中学生以上 **定**各12人(応募者多数の場合は抽選) **申**市電子申請・届出サービス(HP) **ホ**ps://s-kantan.jp/city-age-osaitama-nu)から電子申請

または、往復はがきに講習口、住所、氏名(ふりがな)、年齢、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①8月16日(火)～22日(月)(必着) ②8月30日(火)～9月

5日(月)(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 75-1310・770-1902



埼玉県生態系保護協会
「上尾支部の催し」

あげおの秘境サクラソウ咲く里山で楽しい作業 **時**8月6日～9月3日の毎週(土)8時30分～12時(小雨決行) **所**サクラソウトラスト地(領家) **対**外来種除草など **費**200円 **持**飲み物、長靴、軍手、観察用具(ある人だけ) **申**各開催日の前日までに電話で上尾支部の小川へ **問**小川 781-0887



ボートレース戸田
「8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**8月1日(月)、4日(木)～8日(月)、11日(祝)～16日(火)、19日(金)～23



市ホームページ

簡易トイレを作ってみよう!

～防災・自助力を高めよう～

男女共同参画推進センター **問**778-5111・778-5112

近年、台風や地震など甚大な被害をもたらす自然災害が多発しています。起こりうる災害を慌てず対処できるよう、体験を通して自助・共助の力を高め、学び、備えます。※プチ防災グッズのプレゼントもあります。**時**9月10日(土)10～12時 **所**上尾公民館 **【講師】**小澤勇さん(防災士・消防設備士) **対**市内に在住・在勤・在学の人 **定**20人(先着順) **持**筆記用具 **申**8月1日(月)から市ホームページの応募フォームへ必要事項を入力

【プロフィール】おざわ・いさむ

応急手当普及員、元有明・防災体験学習施設そなエリア東京インストラクター、ユニバーサルデザイン・ステップ代表。男女共同参画の視点から考える防災に力を入れている。



日(火) **【場外発売】**8月1～8

日、11～16日(火)、19～28日(日)

問埼玉県都市ボートレース企業団 823-8711・823-8709

求人企業合同面接会

時8月30日(火)13～16時(受け付け/12時～15時30分) **所**大宮ソニックシティビル(さいたま市大宮区桜木町1-7-

5) **対**企業の採用担当者とは

面接 **対**令和5年3月大学・短大・専門学校卒業予定者

または3年以内の既卒者 **持**履歴書(複数枚) ※参加企業名

は8月16日(火)から県雇用対策協議会ホームページ(HP) **ホ**p://www.kotaikyou-saita

ma.ne.jp)に掲載します。

問県雇用対策協議会 647-4

185・647-6150

まなびすと市民講座

生涯学習課
☎775-9490・☎776-2250

☑成人 ☑往復はがき(1人1枚)に講座番号、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、各締め切り日まで(必着)に生涯学習課まなびすと市民講座係(〒362-8501本町3-1-1)へ ※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。講師はいずれもまなびすと指導者バンク活動推進会議に加入するボランティア指導者です。

講座番号	講座名・講師・講座内容	とき・費用・定員・持ち物・申し込み	ところ
1	認知症の予防(小牟田健治) 介護になる原因で一番多い認知症。介護や支援に頼らない、自立した生活の方法を学ぶ	☎8月20日(土)13:30~15:30 費100円 定30人 持筆記用具 申8月12日(金)までに	コミュニティセンター
2	俳句を始めませんか(清水山彦) 初心者を対象に分かりやすく解説する。楽しみながら日記のように俳句を作る	☎8月27日~9月17日の毎週(土)10:00~12:00(全4回) 費100円 定20人 持筆記用具、歳時記(ある人だけ) 申8月18日(木)までに	文化センター
3	認知症・介護生活を避ける暮らし(千木良素之) 自分だけは大丈夫、と思いがちな現代病。簡単な気配りで無縁な生活を学ぶ	☎8月27日、9月17日のいずれも(土)13:30~15:30(全2回) 定20人 持筆記用具 申8月18日(木)までに	イコス上尾

中小企業向けセミナー ~専門家が教える企業経営のヒント~

中小企業サポートセンター(平日9~17時)
☎779-2520・☎779-2521

所 上尾商工会議所(ニツ宮750) ※オンライン受講もできます。☑市内で事業を営んでいる中小・小規模事業者など 定各20人(先着順) ※詳しくは、上尾商工会議所ホームページをご覧ください。



上尾商工会議所
ホームページ

とき	講師	内容
8/8(月) 15:00~16:00	長戸美樹さん (中小企業診断士・ITコーディネーター)	知って得する! 補助金で、資金調達 &新規事業に取り組もう
9/2(金)	しおはらたけひと 塩原健仁さん (ITコーディネーター)	DXに備えあれ! キャッシュレス決済 のイロハ

アップピー★医療と介護のプロジェクト
人生会議〜私のこと・大切な人のこれからのことについて考える〜
☎9月3日(土)14~16時(開場/13時) 所文化センター ☑医療と介護の支援を安心して受けるための講演 講師長谷川剛さん(上尾中央総合病院 特任副院長) ☑市内に在

住・在勤の人 定20人(先着順) 申8月5日(金)~26日(金)に氏名、電話番号を電話で高齢介護課へ 関高齢介護課☎775-4190・☎776-8872



高齢者向け料理教室

管理栄養士が考案した、電子レンジなどで簡単に作れるバランスの取れた料理を紹介いたします。宅配される材料を自宅で調理してください。料理初心者も大歓迎です。時・所・定・申左表のとおり 所参加者自宅 ☑市内に在住の65歳以上の人(①は男性優先) ※応募者多数の場合は抽選です。

とき	内容	定員	申し込み
① (1)10/12(水) (2)11/16(水) (3)12/14(水)	レシピを見ながら各自調理	各16人	8/9(火)~9/6(火)に①は電話で、②はメールに参加希望日、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入して、高齢介護課へ
② 令和5年 (4)1/18(水) (5)2/15(水) ※いずれも11~13時です。	オンラインを通してみんなで調理	各5人	

関高齢介護課☎775-4190・☎776-8872・☎51767000
city.ageo.lg.jp

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」 関問い合わせ

ワールドミュージックコンサート in 上尾

イコス上尾 ☎772-1611・FAX772-1614

ワールドミュージックラボ ☎050-6867-1631

観て聴いて参加して! 上尾de世界の音旅コンサート!

時10月30日(日)14時~(開場/13時30分) **所**イコス上尾 **【出演】**あれぐりあ大陸 **【チケット販売】**8月6日(土)9時からイコス上尾またはコミュニティセンターで ※売り切れ次第終了です。 **【費】**一般/2,500円、高校生以下/500円(全席指定、3歳以下は無料。ただし、座席が必要な場合は有料)



【プロフィール】あれぐりあたいりく

世界各地の民族楽器とクラシックの楽器を合わせた類を見ない楽器編成のバンド。アフリカ、カリブ、クラシック、ラテン、アンデス、ジャズまで、各ジャンルのプロが集まり音楽を融合させ変幻自在に演奏していく。数十もの楽器を駆使し演奏するステージはまさに世界の“大陸”の音楽を「アレグリア」=「陽気」にお届けする。上尾市在住・小針彩菜さんが在籍。



子育て講演会

日々の子育てが楽になる
ちょっとしたコツ〜イライラ

解消テクニック

時9月3日(土)10時~11時15分

所東保健センター **【対】**未就学

児の母親 **【定】**10人(先着順)

持筆記用具、飲み物 **【申】**8月

4日(休)13時から直接または電話で子育て支援センターへ
【子育て支援センター】☎778-2008・FAX771-5804



オータムクラシックコンサート2022

コミュニティセンター ☎775-0866・FAX775-0868

時11月27日(日)14時~(開場/13時30分) **所**コミュニティセンター **【内】**なじみのあるクラシックや世界の名曲に華やかな合唱を交え、芸術の秋を旅する楽しいコンサート **【出演】**高梨智子(ピアノ)、篠崎智(打楽器)、森淳一(クラシックギター)、永井基生(合唱指揮)、白百合コーラス with オータムクラシックコンサート合唱団(合唱) **【プログラム】**『よるこびの歌』/ベートーベン、『愛の夢 第3番』/リスト、『禁じられた遊び(愛のロマンス)』/スペイン民謡、『リベルタンゴ』/ピアソラ、『エーデルワイス』/ロジャースなど **【入場料】**2,000円(全席指定) **【チケット販売】**8月20日(土)9時から直接または電話でコミュニティセンターへ ※売り切れ次第終了です。

【プロフィール】

たかなし・ともこ

武蔵野音楽大学卒業。カール・ニールセン音楽院ディプロマクラス、ソリストクラス修了。音楽家として11年間をデンマークで暮らす。近年はアンデルセン童話にちなんだコンサートや、地元の人材を生かした地域密着の公演企画に取り組んでいる。上尾市在住。



しのぎき・さとる

東京学芸大学教育学部打楽器専修卒業。トッパンホールでのデビューリサイタル以来フリーの打楽器奏者として作曲家の新作初演、マリンバ、ティンパニ、ドラム演奏など幅広い演奏活動を行う。東京家政大学児童学科非常勤講師。



もり・じゅんいち

1990年からパリに留学。エコール・ノルマル・ド・ミュージクを経てパリ・ショパン音楽院に入学。1994年同音楽院ギター科、室内楽科第1位で卒業。帰国後は各地でコンサート活動を始め、後進の指導にもあたっている。森淳一ギターウクレレ教室主宰。



ながい・もとき

埼玉大学教育学部卒業。平成14年度から小学校教諭として勤務。平成29年度文部科学大臣優秀教職員表彰を受ける。上尾市立東・上尾・東町小学校の各合唱団を指導し、多くの成果をあげ、現在は、白百合コーラス、上尾少年少女合唱団を指導している。



いきいき脳健康教室

時8月11日(祝)10~11時、11~12時、13~14時、14~15時

所文化センター **【内】**脳の健康

チェック、脳の活性化トレー

ニング、認知機能を理解する

ための講話 **【講師】**大上哲也

さん(日本薬科大学教授、薬

剤師) **【対】**市内に在住・在勤

の40歳以上の人 **【定】**各4人

(先着順) **【申】**直接または電話

で文化センターへ **【問】**文化セ

ンター☎774-2951・FAX774-

2955

スポーツ情報

健康スポレクひろば スポーツ推進委員連絡協議会事務局(スポーツ振興課内) ☎781-8112・☎775-6608
 時9月～令和5年1月の第4(火)9時30分～11時30分(全5回) 所上平公民館 内高齢の人も楽しめるレクリエーション形式の運動 内市内に在住・在勤の60歳以上で、継続して参加できる人 費500円 定30人(先着順) 申9月2日(金)までに申込書(スポーツ振興課、各支所・出張所・公民館にある)に必要な事項を記入して、直接スポーツ振興課へ

スポーツダンス(社交)教室 イコス上尾 ☎772-1611・☎772-1614
 時9月1日～11月10日(11月3日(祝)を除く)の毎週木(全10回) 初心者コース/18時30分～、経験者コース/19時50分～ ※新規申し込みの人は、初回だけ初心者コースに参加してください。所イコス上尾 費9,000円 定各25人(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがき(1人1枚)にコース名、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、8月20日(土)まで(必着)にイコス上尾(〒362-0011平塚951-2)へ

フォークダンス・レクダンス教室 市民体育館 ☎781-8111・☎781-8113・✉shimintaiiku.kyoshitu@gmail.com
 時9月6日～10月4日の毎週(火)9時30分～11時(全5回) 所市民体育館 内市フォークダンス連盟による楽しく踊る教室 内市内に在住・在勤の初心者 費1,500円 定20人(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがきまたはメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入して、8月22日(月)まで(必着)に市民体育館(〒362-0045向山4-3-10)へ

パパ・ママさんバレーボール大会 市バレーボール連盟事務局の大塚 ☎090-8963-1875・☎781-8158・✉hotsuka@agate.plala.or.jp
 時9月19日(祝)9時40分～(受け付け/9時～) 所市民体育館 内市内に在住・在勤または上尾市近郊のパパ・ママで編成のチーム 【試合方法】前衛ママ3人、中衛ママ2人・パパ1人、後衛パパ3人 ※9人制バレーボールのルールに特別ルールを加えます。 費1チーム3,000円 申チーム名、代表者の住所・氏名・電話番号、選手全員の氏名・年齢を記入して、9月4日(日)まで(必着)にファクスかメールで市バレーボール連盟事務局の大塚または郵送で泉田実(〒362-0047今泉4-8-7)へ ※代表者会議を9月10日(土)14時から市民体育館で行います。 ※スポーツ傷害保険は各チームの責任で加入してください。

アッピー・ジョギングライフ～ジョギングの基礎を学ぼう～ 市民体育館 ☎781-8111・☎781-8113・✉shimintaiiku.kyoshitu@gmail.com
 時9月24日～10月8日の毎週(土)9時30分～11時30分(全3回) 所市民体育館、ゆりが丘公園 内箱根駅伝経験者のランニングアドバイザーから、ジョギングの基礎、体幹トレーニングなどを学ぶ 内市内に在住・在勤・在学の人 費1人300円 定30人(応募者多数の場合は抽選) 申運動できる服装、運動靴、タオル、飲み物 申往復はがきまたはメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を記入して、8月31日(水)まで(必着)に市民体育館(〒362-0045向山4-3-10)へ

市民ゴルフ大会 市ゴルフ協会事務局(上尾商工会議所内) ☎773-3111
 時10月5日(水) 所リバーサイドフェニックスゴルフクラブ(平方2606-1) 【競技方法】前半9時スタートクレー(新ペリア方式) 内市内に在住・在勤の人 費2,000円(チャリティーを含む) ※プレー費は個人負担です。 定200人(先着順) 申8月11日(祝)～9月4日(日)に申込書(市内のゴルフ練習場、スポーツ用品店で8月11日から配布)に必要な事項を記入し、参加費を添えて直接、申込場所(申込書に記載)へ ※組み合わせ・スタート時間は9月28日(水)から申込場所に掲示します。各自で確認の上、当日はスタート時間の40分前に集合してください。

市民バドミントン大会 市バドミントン連盟の小暮 ☎772-3528
 時10月10日(祝)9時～16時30分 所市民体育館 内市内に在住・在勤・在学の中学生以上で、令和4年度に市バドミントン連盟に登録している人(年会費/団体5,000円、個人1,000円で当日加入も可) 【種目】男女個人戦ダブルス、A(上級者)、B(中級者)、C(初級者)、男女シニア40歳以上、男子シニア60歳以上、女子シニア55歳以上 ※1人1種目だけ参加できます。前回大会B・Cクラス1・2位の人は、上のクラスにエントリーしてください。中学生の参加種目はBランク以上とし、参加資格は男子は市内大会ベスト4以上、女子はベスト8以上とします。 費1人1,000円(中学生500円) ※当日、団体ごとに取りまとめ、当日棄権者の分も支払ってください。 申個人登録者はパートナーの分も含め、団体登録者は強い順に、住所、氏名、生年月日、勤務先(学校名)、種目を記入して、郵送で9月9日(金)まで(必着)に市バドミントン連盟の小暮由美子(〒362-0001上1497-18)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」 問問い合わせ

上平公民館 〒362-0008 上平中央3-31-5 TEL775-9308・FAX770-1102・E:s723100@city.ageo.lg.jp

夏休み子ども体験

～おしゃれなグラスサンドアートを作ろう～

グラスに色砂を積み重ねて模様を描き、世界に一つだけの作品を作る

時8月19日(金)10:00～11:30 対市内に在住の4歳児クラス～小学生(3年生以下は保護者同伴) 費500円 定10人 申8月10日(水)までに往復はがきまたはメールで

神秘の国ベトナム～青年海外協力隊員が見た伝統と経済発展の国のいま～

近年市内に在住者が増えているベトナムの魅力と実情を、青年海外協力隊として現地で活動していた経験者から学ぶ

時8月30日(火)13:30～15:00 対市内に在住・在勤・在学 定20人(先着順) 申8月1日(月)から直接か電話またはメールで

上尾市スポーツ健康都市宣言記念 膝の痛みと運動

高齢者に多い変形性膝関節症由来の膝の痛みについて、県立大学の理学療法学科のおがやしんや小栢進也准教授から、解説や簡単な運動の体験を通して、体づくりのポイント・日頃の運動・心掛けについて学ぶ

時9月8日(木)10:00～11:30 対市内に在住・在勤・在学 定20人(先着順) 申8月8日(月)から電話またはメールで

上尾市スポーツ健康都市宣言記念

パラリンピックとアダプティックスポーツ

パラリンピックを通して、一人一人の体の状態に合わせ、ルールや道具を工夫して、誰もが平等に楽しめるアダプティックスポーツについて学ぶ。当日は「ボッチャ」を体験する

時9月13日(火)10:00～11:30 対市内に在住・在勤 定20人(先着順) 申8月8日(月)から電話またはメールで

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 TEL781-0892・FAX780-1113・E:s723500@city.ageo.lg.jp

はじめての水引講座

彩りのひもをいろいろな形に結び、水引細工を生活の一部に取り入れ、季節を感じる 1回目/のし袋とポチ袋を作る 2回目/コサージュを作る

時8月22・29日のいずれも(月)10:00～12:00(全2回) 対市内に在住・在勤の初心者 費800円 定12人 申8月15日(月)までにメールで

上尾市スポーツ健康都市宣言記念 学んで 気づいて 始めよう！フレイル予防講座

年齢とともに心身の活力が低下する「フレイル」状態をチェック。「運動」「栄養」「歯科」に関するフレイル予防について、理学療法士や管理栄養士、歯科衛生士などから学び、健康な体の維持につなげる

時8月30日、9月27日、10月25日のいずれも(火)9:30～11:30(全3回) 対市内に在住の65歳以上 定20人(初めての人を優先) 持運動のできる服装、室内シューズ、筆記用具、飲み物 申8月15日(月)までに往復はがきまたはメールで

上尾市スポーツ健康都市宣言記念 大谷はつらつ学級「パークゴルフで心も体もはつらつに」

パークゴルフのルールを学び、戸崎公園でパークゴルフを体験する

時9月8～22日の毎週(木)10:00～11:40(全3回) 所1回目/大谷公民館 2・3回目/戸崎公園 対市内に在住・在勤の60歳以上 費500円 定20人 持室内シューズ(1回目)、飲み物 申8月15日(月)までに往復はがきまたはメールで ※会場までの送迎はありません。

コロナ疲れを癒やす講座～伝統文化や絵を学んで、おうち時間に彩りを！～

1回目/「絵手紙」あの人に届けよう 2回目/「筆ペン習字」楽しく上達しよう 3回目/「お茶と盛り物」テーブルで楽しむ煎茶道

時9月5・12・26日のいずれも(月)13:30～15:30(全3回) 対市内に在住・在勤・在学 費1,300円 定10人 申8月22日(月)までにメールで

暮らし・彩り・公民館

8▶9月

申し込み
方法

応募者多数の場合は抽選です。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 ※往復はがきの場合は、1人(組)1枚に記入してください。 ※直接または電話は平日9:00~17:00だけ受け付けます。

上尾公民館 〒362-0017 ニツ宮750 TEL775-0185・FAX776-7366・E723000@city.ageo.lg.jp

ボタニカルアート～はじめての植物画～

植物学の立場から植物の特徴が精密に描かれたボタニカルアートの制作を基礎から学ぶ

時9月7~21日の毎週(水)14:00~16:00(全3回) 対市内に在住・在勤・在学 費1,000円 定20人(先着順) 申8月4日(水)から電話またはメールで

上尾市スポーツ健康都市宣言記念 アロマストレッチ教室
～心と体を元気に保つために～

アロマの香りで心身をリラックスさせ、正しい骨格の位置や呼吸法を意識してストレッチをする

時9月8・15日のいずれも(木)10:00~11:30(全2回) 対市内に在住・在勤・在学 定15人 申8月25日(木)までに往復はがきまたはメールで

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 TEL726-3446・FAX726-3991・E723200@city.ageo.lg.jp

上尾市スポーツ健康都市宣言記念
初心者空手(健康体術)教室

初心者が気軽に空手の基本動作を学び、体幹を鍛えながら健康増進を図る

時8月29日~9月12日の毎週(月)10:30~12:00(全3回) 対市内に在住・在勤・在学 定15人(先着順) 申8月1日(月)から直接または電話で

たちばな学級

健康で、より豊かに楽しい生活を送るための連続講座
①出張オンライン工場見学とおなか体操 ②ディスコンに挑戦!
③「睡眠」と「健康」の知恵袋講座 ④映画鑑賞「サクラサク」 ⑤アンデスの民族楽器による演奏会

時9月22日~10月20日の毎週(木)10:00~11:30(全5回) 対市内に在住・在勤のおおむね60歳以上 定20人(先着順) 申8月8日(月)から直接か電話またはファクスで

原市公民館 〒362-0021 原市3499 TEL721-4948・FAX721-4946・E723300@city.ageo.lg.jp

夏休み子ども体験教室
～警察官になってみよう～

警察官がどんな仕事をしているのか、見て・聞いて・体験する

時8月23日(火)9:30~11:30 所上尾警察署(本町5-1-1) 対市内に在住の小学4~6年生と保護者 定12組(2人1組) 申8月12日(金)までに往復はがきまたはメールで

大石公民館 〒362-0063 小泉9-28-1 TEL726-6615・FAX726-6616・E723400@city.ageo.lg.jp

夏休み子ども紙すき教室

「楮」を原料にした手すき和紙を体験する。押し花や葉などを挟み込み自分だけの和紙を作る

時8月19日(金)13:00~15:00 所アリオ上尾(杏丁目367) 対市内に在住の小学生 費500円 定18人(先着順) 申8月1日(月)から電話またはメールで

上尾市スポーツ健康都市宣言記念 ミニバレーに挑戦
～子どもも大人もみんな楽しく～

軽く軟らかい専用のボールを使い1チーム4人で行う、子どもから大人まで楽しめるミニバレーを体験する

時8月28日、9月4日のいずれも(日)9:30~11:30(全2回) 対市内に在住の小学3年生以上(小学生は保護者と参加) 定30人 申8月16日(火)までに往復はがきまたはメールで

シニアのピアノで楽しく脳トレ

脳と心の健康を目指して音楽で脳トレ。音符が読めなくても大丈夫。貸し出しの鍵盤で楽しく合奏する

時9月7・14日のいずれも(水)10:30~12:00(全2回) 対市内に在住・在勤で60歳以上のピアノ初心者 費600円 定10人 申8月25日(木)までに往復はがきまたはメールで

時とき 所ところ 内容 対象 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

おいでよ!
健康プラザわくわくランド




〒西貝塚17-1 ☎783-1126・☎726-7657

【開館時間】10:00～21:00

【8月の休館日】毎週(休)

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

施設からのお知らせ

施設内や入館人数を一部制限しています。プールの教室は、当面の間中止します。詳しくは、電話またはホームページをご覧ください。

●教室参加の人へ

全ての教室は日程と時間に変更になることがあります。入館人数を制限するため、教室前後の館内利用ができない場合があります。

8月1日～9月15日

スタジオ ①運動する服装、室内靴など ②教室実施当日に参加費を用意して直接 ※先着順です。予約・キャンセルはできません。

- ①からだ整えバレエ体操 時 毎週(月) 10:30～11:10 定15人
- ②サルセッション 時 毎週(月) 11:20～12:20 定15人
- ③エアロッチ 時 毎週(月) 12:30～13:30 定15人
- ④すっきりヨガ 時 毎週(火) 10:30～11:30(8/16を除く) 定20人
- ⑤ベリーダンス 時 毎週(火) 11:45～12:45(8/16を除く) 定15人
- ⑥ストレッチバレエ 時 毎週(火) 13:00～14:00(8/16を除く) 定15人
- ⑦ピラティス 時 毎週(木) 10:30～11:30(8/4・11を除く) 定15人
- ⑧ストレッチ&骨盤メンテナンス 時 毎週(木) 12:00～13:00(8/4・11を除く) 定15人
- ⑨癒しのヨガ 時 毎週(木) 15:30～16:30(8/11を除く) 定20人
- ⑩ザ・サーキット 時 毎週(木) 18:00～19:00 定15人
- ⑪スロートレーニング 時 毎週(金) 10:30～11:10(8/12を除く) 定15人
- ⑫ストレッチヨガ 時 毎週(金) 11:10～12:10(8/12を除く) 定20人
- ⑬アロマリラクソスヨガ 時 毎週(金) 12:20～13:20(8/12を除く) 定20人
- ⑭セルフコンディショニング 時 毎週(金) 17:30～18:30 定15人

共通 ①高校生以上 費①①/300円、①①以外/500円

学べる・遊べる
自然学習館




〒西吉178 ☎780-1030・☎726-7901
【開館時間】9:00～17:00

体験もの作り教室

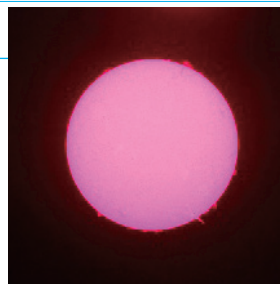
- カテキンたっぷり緑茶染
時 9月16日(金)9:30～12:00
①ウールのストールを緑茶で染める 費2,500円
定8人(先着順) ②エプロン、厚手のゴム手袋、使用済みタオル 【服装】汚れてもよい服装 ③8月1日(月)から電話で



PICK UP 天文台

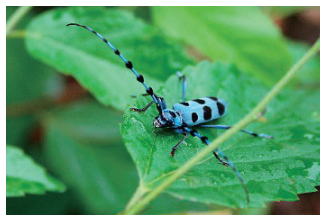
●夏休み太陽特別観望会

時 7月30日～8月14日(日)13:00～16:30(曇天、雨天は中止) ①太陽の黒点やプロミネンス、昼でも見える一等星を観望 ②当日上尾天文台へ ※この期間以外も(土)(祝)の午後に実施しています。



●昆虫写真展

【展示期間】8月21日(日)まで ①自然学習館展示ロビー ②上尾丸山公園に生息する昆虫写真と標本の展示



※自然観望会(自然学習教室開催日を除く(土)(日)開催)、太陽の観望会(毎週(土)(日)、(祝)、天体観望会(当面の間、中止)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



は除く、29日は14時まで)
(金)～29日(月)10～16時(28日(日)は除く、29日は14時まで)
写真・書・工芸) 8月26日
ブ連合会創作展示会(絵画・
■第38回上尾市いきいきクラ
20日は15時まで)
10～18時(18日は13時から、
画展 8月18日(木)～20日(土)
■被爆体験者が描いた原爆絵
ら)
日(金)10～17時(5日は13時か
实物資料) 8月5日(金)～12
まで)

市役所ギャラリー

■上尾の摘田・畑作用具 8月25日(木)～31日(水)10～16時(28日(日)は除く、31日は12時まで)

市民ギャラリー

☎776-2250
☎775-9496

園生涯学習課

ギャラリーガイド

8月5日～31日