

情報



※詳しくは、市ホームページ(アドレスは表紙をご覧ください)。

暮らし

10月21日消防特別点検でサイレンを吹鳴

市消防団は消防特別点検を実施します。次のおりサイレンを鳴らしますので、火災と間違えないようお願いいたします。

▼とき 10月21日(日)午前7時
▼信号方法 サイレン吹鳴(15秒間)→6秒間休み→15秒間)

↓消防本部総務課(☎775-1500・☎775-2230)

75歳以上の人で構成されている高齢者世帯の調査

75歳以上の人で構成されている高齢者世帯の実態を把握し、緊急時の援助活動に活用するため、10月から各地区担当民生委員が家庭訪問による調査を実施します。また災害

時に援助をしてくれる避難支援者の調査を同時に実施します。心配事や介護の相談などを希望する人は民生委員に申し出てください。調査した内容の秘密は厳守し、調査の目的以外には使用しません。

↓高齢介護課(☎775-4190・☎776-8872)、市民安全課(☎775-5140・☎775-9927)

10月は3R(スリーアール)推進月間

できることから始めよう!

3Rとは、資源の無駄遣いをなくし、ごみを減らす(Reduce)リデュース、使えるものを再利用する(Reuse)リユース、そして資源を再生利用する(Recycle)リサイクルの頭文字を取った言葉です。

3Rには順番があります。ごみの減量と資源の有効利用のために、できることから始めましょう。

優先順位

1番 リデュース (Reduce)

- ・食品は食べられる分だけ買い、食べ残しはしない
- ・中身を詰め替えられる商品を買う
- ・包装の少ない物を選ぶ
- ・マイバック、マイボトルを使用する

使用する

・使える物は長く使う

2番 リユース (Reuse)

- ・繰り返しして使えるリターナブル瓶を利用する
- ・詰め替え用の洗剤などを選ぶ
- ・壊れた物を修理して使う

3番 リサイクル (Recycle)

- ・ごみの分別を正しくする
- ・地域やPTAの資源回収に積極的に参加する
- ・リサイクル製品を買う
- ↓西貝塚環境センター(☎781-9141・☎781-9166)

国民健康保険証が更新

現在使用している保険証(灰色)の有効期限は10月31日(水)です。新しい保険証(ピンク)は10月中旬に簡易書留で郵送します。有効期限の切れた保険証は11月1日(木)以降、保険年金課(市役所1階8番窓口)、または各支所・出張所へ返却するか、はさみなどで細かく刻んで処分してください。

高齢受給者証を持っている人は、高齢受給者証と保険証の両方を医療機関などの窓口で提示してください。

↓保険年金課(☎775-1536・☎775-9827)

広告

TOKYO GAS

東京ガスをご利用のお客さま



都市ガスをご検討のお客さま

イトーヨーカドー上尾店会場では
都市ガス相談会を同時開催

【都市ガスをご検討される際のお客さま窓口】
東京ガス株式会社 北部地域計画部
TEL:048-838-0253 (平日 9:00~17:00)

会場：イトーヨーカドー上尾店など。

11/2(金)→11/4(日)

開催時間 10:00~17:00

※一部店舗により異なります。

楽しいイベント盛りだくさん!
是非お近くの会場へ

エネファームや太陽光発電、太陽熱温水システムなど省エネ・節電に関することから、コンロ、暖房機器、床暖房、ミストサウナなど、暮らしを豊かにするガス機器をご用意しております。是非ガス展会場でお確かめください!

※ガス展会場の詳細や都市ガスご検討のご相談など上尾市での東京ガス/パナー広告からもアクセスできます。



市の各施設 ◆ 11月の休館日

- 図書館／毎週月曜日
- ことぶき荘／毎週土・日曜日、23日(祝)
- コミュニティセンター／26日(月)
- イコス上尾／毎週火曜日、12日(月)
- 児童館アップランド／20日(火)
- 児童館こどもの城／8・22日(木)
- 健康プラザわくわくランド／2日(金)～9日(金)、14・21・28日(水)

該当する事業所には、第二期分の納期限の10日前頃に納付書を郵送しますので、最寄りの金融機関で納付してください。納期限を過ぎた場合には延滞金を徴収しますので注意してください。

※口座振替を利用している事業所の口座振替納付日は11月14日(水)ですので、準備をお願いします。

↓埼玉労働局労働保険徴収課(☎60006203・☎6006223)

事業主の皆さんへ
 (労働保険料(労災保険・雇用保険)の納付は10月31日(水)までに)

生ごみをリサイクルして
 家庭菜園などに利用しませんか

⇒西貝塚環境センター ☎781-9141
 ☎781-9166



家庭で生ごみの減量に取り組む人のために、生ごみ処理容器などの購入に掛かる費用の一部を補助しています。この補助金は、生ごみを乾燥させて量を減らしたり肥料にしたりすることで、家庭から排出される生ごみの減量を目的としています。処理物は、肥料として家庭菜園などに利用でき、ごみの減量とリサイクルをまとめて行うことができます。

- 家庭用生ごみ減量化機器(電気式生ごみ処理機)補助金
- ▶補助台数 1世帯当たり5年間で1台(予算の範囲内で先着順)
 - ▶補助額 2万円を上限に、購入金額の2分の1(100円未満切り捨て)
 - ▶申し込み 申請書(西貝塚環境センター、生活環境課(市役所4階)にある)と市内に事業所がある販売業者から取り寄せたカタログ、見積書を添えて、西貝塚環境センターか生活環境課または各支所・出張所へ
- 家庭用生ごみ処理容器(コンポスター)補助金
- ▶補助台数 1世帯当たり年度内に2個まで
 - ▶補助額 各容器の約2分の1(定額)
 - ▶申し込み 市内のJAあだち野農業協同組合各支店へ ※補助額が差し引かれた金額で購入できます。

違反建築なくそう運動
 10月11日(木)～19日(金)

建築基準法や都市計画法を
 理解し、違反建築物に対し必要措置を効果的に取ることで、住み良い街づくりを進めるために「違反建築なくそう運動」を実施します。

▼内容 一斉公開建築パト

ルール/期間中のうち1日だけ実施 法令説明会/10月18日(木)午後2時・上尾公民館 講座室401 ※法令説明会では建築・リフォーム相談、無料木造住宅簡易耐震診断を行います(自宅の平面図や立面図が必要)。

↓建築指導課(☎775-18490・☎775-19872)

悩み事解決のお手伝いをします お気軽にご相談下さい (浦和駅西口徒歩2分) (広告)

◆相談料30分5250円 (事前にご予約下さい)

高橋徹総合法律事務所

弁護士 高橋徹

☎048-815-6077

電話受付：平日午前10時～午後6時
 ☐info@takahashisogo.com
 さいたま市浦和区高砂2-1-2駒崎ビル402

遺産相続	遺言書作成、遺産分割協議、遺留分等
離婚問題	慰謝料、財産分与、養育費、年金分割等
労働問題	解雇、残業代、セクハラ、パワハラ等
借地借家	契約の更新・解除、借地権、立退料等
債権回収	売買代金・請負代金・貸付金の請求等
企業法務	契約書作成、取引トラブル、顧問契約等

入居金不要! 月賃5,000円～ 学研のサービス付き高齢者向け住宅

ココファン東大宮

2012年 8月1日オープン

【特徴】

- ▶入居金不要! 月賃5,000円～
- ▶介護サービス付! 24時間対応! (利用は任意)
- ▶生活支援サービス! 生活相談・生活支援
- ▶健康支援サービス! 健康診断・健康相談
- ▶バリアフリー! 緊急通報装置
- ▶スチールバルコニー

【お問い合わせ】

〒330-0801 さいたま市東大宮区東大宮1-1-1 東大宮駅前ビル101号室
 ☎048-815-6077
 ☐info@kocofan.co.jp

「東大宮駅前」から徒歩10分の場所に低コストで入居出来る。話題のサービス付き高齢者向け住宅「ココファン東大宮」が8月にオープンした。特設なのは、介護施設と売れ残りのケア・アパレルが併設された。入居金不要で、ライフシールドも確保されている。無料の昼食付き内覧会を開催。お問い合わせは直接ココファン東大宮まで。



上尾市介護家族会の利用を
 「介護」介護したらよい分からない」「他の介護者の話を聞いてみたい」「自分の悩みを聞いてほしい」など、介護の悩みや不安を抱える介護者が集まり話しあう会です。
 ▼とき 10月23日(火)、11月13日(火)、12月18日(火)、平成25年1月11日(金)、2月15日(金)、3月6日(水) ※時間はいずれも午後1時30分～3時です。 ▼ところ プラザ22第1会議室 ※車でお越しの場合は、上尾西口大駐車場を利用して下さい。2時間までの無料券が利用できます。 ▼対象 市内に在住で

小学校給食レシピ¹⁰ ひじきコロッケ

⇒学校保健課 ☎775-9683
 ☎775-5633



●材料1人分

材 料	分量 (g)	材 料	分量 (g)
1 炒め油	1	9 ポテトパウダー ※2	3
2 豚ひき肉	20	10 小麦粉	10
3 タマネギ(みじん切り)	20	11 卵	3
4 ニンジン(みじん切り)	5	12 水	適量
5 ヒジキ	0.4	13 パン粉	15
6 塩	0.4	14 揚げ油	適量
7 こしょう	0.01	15 中濃ソース	適量
8 ポテトサラダベース ※1	42		

※1 蒸したジャガイモ(皮なし)を粗くつぶし、冷凍パックしたもの。
 ※2 ジャガイモを粉末状に乾燥したもの(生のジャガイモでも作ることができる)。

●作り方

- ①ヒジキを戻しておく。
- ②ポテトサラダベースをゆでておく。※生のジャガイモの場合は2割角に切ったものを蒸し、粗くつぶす。
- ③鍋に油を熱し、豚ひき肉を炒め、タマネギ、ヒジキ、ニンジンを加え、塩、こしょうで調味する。
- ④③にゆでたポテトサラダベースとポテトパウダーを加え、よく混ぜる。 ※生のジャガイモの場合は③に②で粗くつぶしたジャガイモを加え、よく混ぜる。
- ⑤容器に小麦粉を入れ、水で溶く。
- ⑥別容器で溶いた卵を⑤と合わせ、衣を作る。
- ⑦④を小判型に丸め、衣とパン粉を付けて、170度弱の油で揚げる。
- ⑧中濃ソースをかける。

家族を介護している人、介護経験者 ▼内容 認知症や精神面で心配のある人などを介護する家族の体験談や悩み相談 ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
 ↓高齢介護課(☎775-1490・☎776-8872)
障害者虐待相談窓口を設置
 障害者虐待の早期発見や防止に向け、10月から3力所に障害者虐待相談窓口を設置します。
 ▼設置場所 ①障害者虐待防止センター杜の家(☎778-3531) ②障害者虐待防止センターあらぐさ(☎726-15862) ③障害福祉課(市

役所2階①番窓口、☎775-15122)
 ↓障害福祉課(☎775-122・☎776-8872)
オートムジャンボ宝くじ
 1等・前後賞合わせて3億9千万円の賞金が用意されています。
 収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
 ▼発売期間 9月24日(月)～10月12日(金) ▼価格 1枚300円 ▼抽選日 10月19日(金)
 ↓(財)埼玉県市町村振興協会(☎822-15004・☎833-11492)

無料法律相談 一人で悩まず専門家にご相談を…

つきのみや法律事務所

相続・遺言 不動産 借金 離婚 投資被害 他

TEL 048-815-4900 (平日9:00～12:00, 13:00～17:00)

※土曜・夜間相談は予約の際ご確認ください。
 さいたま市浦和区高砂2-1-16-3F (浦和駅西口徒歩5分)

家の塗装を頼む前に!

「失敗しない塗装工事7つの防衛策」

小冊子(52ページ)を無料配布
 塗装工事のトラブルが多い今、塗装のプロ、屋根診断士、外装劣化診断士の意見も加えて練り上げた実践的な内容を網羅した小冊子。見積りの比較方法、確実な工事をさせるコツ等正しい知識で無用のトラブルが防げます。

小冊子のお申し込みは「低コスト・リフォーム研究会」
 24時間録音テープ案内(0120・924・755) FAX 048・675・1500 お問い合わせはアイプロコンサル(048・699・4388)

院長の全さんと女性スタッフ

腰痛・五十肩に効果的
 口コミで人気 ボキボキしない気功整体

上尾市役所前の「北京ソフト整体院(株)」全日では、中国の漢方医学の内気功と手技を取り入れた気功整体を用いて、身体の痛

み、疲れを改善 紹介や口コミでの来院多数「10数年来の腰痛です。時々痛みが強くなった時、整体をして頂いています。受けた後体が軽くなり、痛みは薄皮をはぐ様な感じで徐々にとれていく感じでした。」(65歳主婦 腰痛、五十肩、老年性狭窄症、ヘルニア、膝関節疾患、肩こ

りなどに効果的。症状により数回の通院が必要予約優先。無理やり回数券の販売はせず、誠心誠意の施術を心がけています。記事見たい方、初回50分コース6千円が3千円に。9時～21時。HPは、上尾北京整体院で検索。☎048-771-9168 ※北京ソフト整体院はここだけ。似たような名称の整体院とは関係ありません。やり方が変わったので前に来られた方たちもよかったです。



今回の税・料の納付期限
10月31日(水)

- ◇市・県民税……………第3期
 - ◇国民健康保険税……………第4期
 - ◇介護保険料……………第4期
 - ◇後期高齢者医療保険料……………第4期
- 便利で確実な口座振替をぜひご利用ください。
金融機関窓口や郵便での申し込みもできます。

口座振替の申し込み・問い合わせは、
納税課(☎775-5135)へ

「交通事故、詐欺、脅迫などの被害に遭ったのに、検察官がその事件を起訴してくれない。どうも納得できない」

検察審査員に選ばれたら

↓埼玉弁護士会法律相談センター(☎048-710-5666)

▼とき 10月6日(土)午後1時～4時(受け付けは3時30分まで) ▼ところ 埼玉弁護士会法律相談センター(さいたま市浦和区高砂4-2-1浦和パークハウス1階) ▼内容 弁護士による無料法律相談 ▼申し込み 当日、直接会場へ

法の日記念無料法律相談会

このような人のために、検察官のした処分が正しかったかどうかを審査する機関として「検察審査会」があります。検察審査会では、11人の審査員がこの審査をします。審査員は、選挙権を持っている人の中から「くじ」で選ばれます。あなたもいつか審査員に選ばれるかもしれません。審査員に選ばれた時には、国民

の代表として審査会議への出席をお願いします。 ↓さいたま第一・第二検察審査会事務局(さいたま地方裁判所内、☎863-8714)、上尾市選挙管理委員会事務局(☎775-9689・☎775-9819)

成年後見無料相談会

▼とき 10月28日(日)午後1

時～4時 ▼ところ 桶川市地域福祉活動センター3階会議室(桶川市末広2-8-8) ▼内容 行政書士による成年後見制度、相続・遺言などの無料相談会 ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ ↓NPO法人埼玉老後安心センター(☎782-1651・☎782-6612)

市内幼稚園の各種手続き

⇨上尾市教育委員会総務課(☎775-9469・☎776-2250)

●市内私立幼稚園の入園手続き

平成25年4月入園の園児の入園手続きが始まります。願書配布・受け付け共に各幼稚園で行います。

▶願書配布 10月15日(月)～ ▶願書受け付け 11月1日(木)～

※入園手続きなどの詳細は、幼稚園(下表参照)に直接問い合わせてください。

幼稚園名	電話番号	幼稚園名	電話番号
上尾幼稚園	771-0703	上尾きたはら幼稚園	725-1470
上尾富士見幼稚園	775-0517	つつみ幼稚園	772-1115
上尾みずほ幼稚園	721-0210	妙巖寺幼稚園	721-0188
つつじが丘幼稚園	725-2622	星野学園幼稚園	725-1302
尾山台幼稚園	721-0468	浅間台幼稚園	774-1046
原市文化幼稚園	721-1465	双葉台幼稚園	781-4502
上尾寿幼稚園	772-2200	上尾寿第二幼稚園	772-1100
花園幼稚園	771-7050	カオル幼稚園	786-8864
上尾みどりが丘幼稚園	772-3727	みやした幼稚園	775-3556
西上尾しらぎく幼稚園	725-2227	ひかわ幼稚園	771-0744
上尾いずみ幼稚園	726-2476		

●私立幼稚園児の保護者に補助金を交付

▶対象 10月1日現在、市内に住民登録があり、私立幼稚園に在園している幼児の保護者 ▶補助金額 第1子/1万8千円 第2子/2万円 第3子以降/2万5千円(第1子、第2子、第3子以降とは、10月1日現在、同一世帯で、複数の幼児を私立幼稚園に通わせている場合の区分) ▶交付時期 平成25年1月(予定)

※10月上旬に幼稚園を通して通知文書を配布します。市外の幼稚園に通っていて通知文書が届かない場合は、10月19日(金)までに教育委員会総務課へ連絡してください。

市立平方幼稚園 園児募集

⇨平方幼稚園(☎・☎725-2008)

▶募集人数 50人(応募者多数の場合は抽選) ▶保育期間 2年 ▶対象 平成20年4月2日～21年4月1日に生まれ、11月1日現在、市内に住民登録があり、平成25年4月以降も引き続き市内に在住予定の幼児 ▶保育料 年額9万円(月額7,500円) ▶申込書配布期間・場所 10月15日(月)～31日(水)午前9時30分～午後5時(土・日曜日を除く)・平方幼稚園(平方1346-1)・上尾市教育委員会総務課(市役所7階) ▶申し込み 11月1日(木)午前9時～10時30分、同幼稚園 ※受け付け後、保護者と子ども同席で簡単な面接があります。 ▶入園説明会と施設見学 10月15日(月)午後2時30分～3時30分 ※駐車場は平方幼稚園または平方スポーツ広場を利用してください。

環境保全のため、
公共施設へのお出掛けは
市内循環バス
をご利用ください。

ぐるっとくん





公開保育を行います

⇒ 保育課 (☎775-5044・☎774-5342)

▶とき・ところ 下表のとおり ▶内容 保育所での子どもたちの様子を見学する ▶対象 市内に在住の人 ▶参加費 無料 ▶申し込み 直接または電話で各保育所へ
※自転車か徒歩でおいでください。

とき	ところ	電話番号	とき	ところ	電話番号
11月6日(火)	上尾保育所	771-1556	8日(木)	原市団地保育所	721-2298
	緑丘保育所	773-9865		上尾西保育所	772-3544
	上平保育所	775-7047		西上尾第二保育所	726-0282
畔吉保育所	725-5400	小敷谷保育所		726-2698	
7日(水)	しらこぼと保育所	774-6310	9日(金)	原市保育所	721-0519
	あたご保育所	774-8079		かわらぶき保育所	721-5858
	西上尾第一保育所	725-1200		大石保育所	775-2553
	原市南保育所	722-3808		大谷保育所	775-2550

※時間はいずれも午前9時30分～11時です。

浄化槽は正しく管理しましょう

浄化槽の機能を十分に発揮させるために、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接続してください。

▼保守点検 処理方式や規模ごとに必要な保守点検作業(点検・調整・修理など)の回数が決められています。県知

事登録を受けた業者に委託してください ▼清掃 浄化槽内の汚泥の引き抜きや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。浄化槽新設後、3カ月～1年以内に受ける必要がある同法第7条検査(適正に施工され機能しているかを確認)、その後、毎年1回受ける必要がある同法第11条検査(保守点検や清掃が適正に行われているかを確認)があります。指定検査機関の(社)埼玉環境検査研究

協会(さいたま市大宮区上小町1450-11 ☎649-15151・☎649-15495)に依頼してください
↓生活環境課(☎775-940・☎775-9927)

被災地復興支援農産物等即売会

上尾市商業近代化協議会では、東日本大震災の被災地の経済復興支援のため、被災地産の農産物などを中心に即売会を開催します。

▼とき 10月28日(日)午前9時～午後3時 ※売り切れ次第終了します。 ▼ところ JR上尾駅自由通路 ▼内容 東日本大震災の被災地産の農産物(青果、精肉、鮮魚、豆腐)などを販売
↓上尾市商業近代化協議会(上尾商工会議所内、☎773-3111・☎775-9090)

県立蓮田特別支援学校の学校公開

▼とき 10月11日(木)午前10時～正午 ▼ところ 県立蓮田特別支援学校(蓮田市黒浜4088-4) ▼対象 本校への就学を考えている児童・生徒の保護者など ▼申し込み 電話か申込用紙(同校の

ホームページ(☎<http://www.husdash.spec.ed.jp/>)からダウンロード可)をファクスで県立蓮田特別支援学校へ
↓埼玉県立蓮田特別支援学校(☎769-3191・☎765-1501)

介護保険料の納め忘れは？

65歳以上の人(第1号被保険者)は、特に次のような場合、保険料の納付を確認してください。

- ①65歳になった年度の保険料を納付通知書で納める場合／年金天引きになるまでの間、納付通知書で納める期間があります。翌年度以降も年金天引きにならない人は納付通知書での納付になります。
- ②転入した年度の保険料を納付通知書で納める場合／前住所地で年金天引きだった人も、転入した年度の保険料は納付通知書で納めます。年金天引きは翌年度からになりますが、翌年度以降も年金天引きにならない人は納付通知書での納付になります。

- ③転出や死亡による資格喪失月の前月までの月割り保険料を納める場合(納め過ぎの場合も還付)
- ④年金の差し止めで天引きが中止になり、保険料を納付通

知書で納めることになった場合
⑤年金天引きになっているが保険料の段階が上がリ、保険料の増額分を納付通知書で納めることになった場合

未納が続くと利用料の支払い方法が変更になる

介護保険制度は、高齢者の介護を社会全体で支える制度です。制度の公平性を保つため、保険料が納められない状態が長期間続く場合は、介護サービスを利用する際の利用料の支払い方法が次のとおり変更になる場合があります。

- ①滞納状態で1年経過した場合、サービス利用料の自己負担額が1割から10割になり、後で市に申請して9割分を受け取るようになります。
- ②滞納状態で1年6カ月経過した場合、利用料の自己負担額が10割になり、9割分の給付が一時停止されます。その中から保険料滞納部分の納付に充てることもあります。
- ③現在介護サービスを利用していないが将来利用する場合、介護認定を決定するとき、以前に時効のため納付することができなくなった滞納保険料があると、その期間に応じたサービス利用料の自己



負担額が、1割から3割になることがあります。また、高額介護サービス費などの支給は受けられなくなります。

●納付が困難な場合は早めに相談を

保険料の納付が時効になると、納付ができなくなり、介護サービスを利用するときの自己負担額が増えてしまいます。納付期限は必ず守るよう

にしましょう。特別な事情により納付が困難なときは、保険料の分割納付、減額(審査あり)を受けられる場合がありますので、早

めに高齢介護課(市役所2階③番窓口)へご相談ください。↓高齢介護課(☎77515127・☎7768872)

県立川島ひばりが丘特別支援学校の学校公開

▼とき 10月19日(金)午前9時10分〜正午 ▼ところ 県立川島ひばりが丘特別支援学校(川島町伊草780) ▼対象 障害のある児童・生徒とその保護者、教育・福祉関係者など ▼内容 学校概要説明、授業参観、施設見学などに申し込み 10月9日(火)までに相談部・学校公開担当会場へ ↓埼玉県立川島ひばりが丘

特別支援学校(☎049129717753・☎049129912915)

行政書士無料相談

「行政書士制度広報月間」(10月1〜31日)に伴い、行政窓口と地域住民をつなぐ行政書士の役割を理解してもらうため、行政書士無料相談を実施します。

▼とき 10月13日(土)午前10時〜午後4時 ▼ところ JR上尾駅自由通路 ▼内容 遺言、相続、成年後見、内容証明、各種許認可、外国人在留(査証)など ▼申し込み当日、直接会場へ ↓埼玉県行政書士会上尾支部(☎7763367)



第4回あっぱーグラウンド・ゴルフ大会

▼とき 11月21日(水)午前8時〜午後3時(予定) ※雨天の場合は22日(木)に延期します。 ▼ところ 上平公園市民球場・多目的広場 ▼競技方法 32ホール(予定) ▼対象 市グラウンド・ゴルフ連盟会員と連盟加入希望者、他に近隣市町村から参加 ▼参

加費 千円 ▼申し込み 10月7日(日)午前10時〜正午に市民体育祭のチャレンジコーナーのグラウンド・ゴルフ受付へ ※新規加入者の参加を受け付けます。参加費と市連盟年会費1、500円を用意してください。 ↓上尾市グラウンド・ゴルフ連盟の荒木(☎78118151)

市民球場 10月の催し

高校野球連盟軟式部秋季大会 ▼とき 10月1日(月)、11日(木) 上尾市中学校体育連盟新人体育大会市予選会 ▼とき 10月2日(火)〜4日(木) ↓(財)上尾市地域振興公社(上平公園内、☎77688986・☎7763322)



統計調査員

▼内容 国や県が実施する各種統計調査の調査(調査対象の「事業所・企業」や「世帯」を訪問して、調査の協力を依頼する。調査票を配布・回収し、点検・整理の後、県や市に提出する) ※事前に調査員説明会を開催します。 ▼対象 次の①②に該当する人①市

内に在住し、責任をもって調査活動に従事できる20歳以上の②税務・警察・選挙に直接関係がない人 ▼調査員の身分 国や県が任命する非常勤の公務員 ※統計法により、調査員には守秘義務が課せられています。 ▼報酬 調査の種類、受け持ち件数に応じて決定 ▼申し込み 申込書(庶務課(市役所4階)にある)に必要事項を記入して、直接庶務課へ ※申し込みは随時受け付けています。 ↓庶務課(☎77514989・☎77519819)

子どもの読書活動支援センター読み聞かせボランティア

市内の図書館、保育所、幼稚園などで、子どもたちに読み聞かせ活動を行うボランティア(いつも笑顔のAYY(あげおむよむ)レンジャー)を募集します。 上尾の全ての子どもを本好きにするために、子どもからお年寄りまで、経験の有無に関わらず登録できます。登録した人には「AYYレンジャー登録証」を発行します。 ▼募集期間 随時 ▼活動場所 市内の図書館、保育所、幼稚園など ▼申し込み 登録申込書(子どもの読書活動

支援センターにある。市ホームページからダウンロード)に必要な事項を記入の上、子どもの読書活動支援センターへ ↓上尾子どもの読書活動支援センター(☎7733711)

2012あげおイルミネーション協賛者

11月17日(土)〜平成25年1月3日(木)、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実施します。 街の活性化にふさわしい事業にするため、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 ▼申し込み 申込書(市観光協会、市役所1階総合案内、各支所・出張所、市内公共施設にある)に必要な事項を記入して、10月19日(金)まで(必着)に直接か郵送またはファクスで上尾市観光協会(〒36210042谷津2-1-50プラザ22内)へ ↓上尾市観光協会(☎77515917・☎77515024)



一歩ふみ出す健康講座受講者 アップー食堂へようこそ ～500*以下のランチを作りましょう～

⇨健康推進課(☎774-1411・☎776-7355)

管理栄養士が考案したヘルシーなレシピで身も心も軽く健やかに！ カフェランチを作り、食べて、栄養バランスも学びましょう。

▶とき・ところ 下表のとおり ▶対象 市内に在住か在勤または在学の人 ▶定員 各20人(先着順) ▶参加費 300円(食材費) ▶メニュー 全粒粉のガレット風、サラダ、ポトフ、ゼリー ▶申し込み 10月1日(月)から電話で健康推進課(保健センター内)へ ※詳細は申込時にお知らせします。

とき	ところ
11月13日(火)	平方公民館
11月20日(火)	原市公民館
11月29日(木)	大石公民館



*時間はいずれも午前10時～午後2時です。メニュー例

くらしフェスタ 第30回上尾消費生活展 フリーマーケット出店者

▼とき 11月23日(祝)午前10時～午後4時・24日(土)午前10時～午後3時(雨天中止)
▼ところ コミュニティセンター前広場 ▼応募条件 ①代表者が20歳以上の個人または団体(販売業の人を除く)②商品は家庭内の不用品、手作り品(食品は除く) ▼募集数 両日とも25区画(応募者多数の場合は抽選) ▼出店料

1日500円 ▼申し込み 往復はがき(1店1枚)に出店希望日(どちらか1日)、代表者の住所・氏名・電話番号を記入して、10月19日(金)まで(必着)に消費生活展実行委員会事務局(〒362-0075 柏座4-2-3 コミュニティセンター2階消費生活センター内)へ ※11月5日(月)に出店者説明会を行います。
⇨消費生活展実行委員会事務局(消費生活センター内、☎775-0800・☎776-4600)

第39回市民音楽祭 邦楽祭、吹奏楽・器楽祭 出演団体

市民の皆さんが企画する邦楽祭、吹奏楽・器楽祭です。

①邦楽祭

▼とき 平成25年2月16日(土)午前11時～午後4時(予定) ▼ところ コミュニティセンターホール ▼参加費 未定

②吹奏楽・器楽祭

▼とき 平成25年2月17日(日)正午～午後4時(予定) ▼ところ 文化センター大ホール ▼参加費 無料

【①②共通】

▼申し込み 所定の応募用紙(生涯学習課(市役所7階)、各支所・出張所、公民館にある。市ホームページからもダウンロード)に必要事項を記入して、10月19日(金)まで(必着)に直接か郵送またはファクスで生涯学習課(〒362-0850 1本町3-1-1)へ
⇨生涯学習課(☎775-19496・☎776-2250)

市勤労者 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、10・11月は加入促進月間のため入会金が無料です。
▼対象 ①市内の中小企業(従業員300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300人以下)で働く勤労者と事業主(個人単位で加入) ▼事業概要 給付金の支給、各種チケットのあっせん、宿泊施設利用補助、遊園地利用補助(東京ディズニーリゾート・東武動物公園など)、講座の開催、生活資金融資のあっせんなど ▼会費 月額500円 ▼申し込み 直接、市勤労者福祉サービスセンター(JR上尾駅東口プラザ館5階)へ
⇨公益財団法人上尾市勤労者福祉サービスセンター(☎771-5700・☎771-5846)

平成25年度 市医師会 上尾看護専門学校学生

▼対象 推薦/高等学校卒業見込みで学習の評定平均3.5以上で出身高等学校長が推薦した人 社会人/①大学が短期大学を卒業した人または平成25年3月に卒業見込みの人②高等学校卒業程度認定試験

講座

おはなしボランティア養成講座～絵本の世界をこどもとわかちあおう～

おはなし会での本選び、手遊び、わらべうたの組み立て方、どのように「おはなし会」を作っていくかなど、初心者向けのボランティア団体企画

験(旧大検)に合格し入学時に23歳に達している人③高等学校を卒業し入学時に23歳に達している人 一般/①高等学校を卒業した人または平成25年3月に卒業見込みの人②高等学校卒業程度認定試験(旧大検)に合格した人③学校教育法第90条の規定により大学に入学できる人 ▼募集人数 全体で40人 ▼申し込み 入学願書(上尾看護専門学校事務室(〒362-0021 原市3-4-94)にある。ホームページ(☎http://www.ageons.jp)からもダウンロード可)に必要事項を記入して、10月15日(月)～19日(金)(必着)に上尾市医師会上尾看護専門学校へ ▼試験日 10月27日(土) ⇨上尾市医師会上尾看護専門学校(☎722-11043・☎722-1302)



あげおふるさと学園

⇨生涯学習課 (☎775-9490・☎776-2250)

上尾公民館 『上尾地域の自然災害事例などを学び、ふるさと上尾の防災を考える』

▶とき・内容・講師 下表のとおり ▶ところ 上尾公民館 講座室402 ▶対象 市内に在住の人 ▶定員 30人(応募者多数の場合は抽選) ▶参加費 無料 ▶申し込み 往復はがき(1人1枚)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して、10月22日(月)まで(必着)に生涯学習課(〒362-8501本町3-1-1)へ

とき	内容・講師
11月2日(金)	「上尾の地勢と地震」 埼玉大学名誉教授 角田 史雄さん
11月9日(金)	「荒川の歴史と明治の大水害」 越谷市立東越谷小学校教諭 中山 正則さん
11月16日(金)	「西埼玉地震」 西埼玉地震体験者 清水 義信さん
11月22日(木)	「東日本大震災と上尾の震災対策」 上尾市市民安全課職員
11月30日(金)	「市民ネットワークの防災取り組み事例」 川口市民防災ボランティアネットワーク 大羽賀 秀夫さん

※時間はいずれも午前10時～11時30分です。

平方公民館

『上尾周辺の歴史を知ろう』

▶とき・内容・講師 下表のとおり ▶ところ 平方公民館 講座室1 ▶対象 市内に在住の人 ▶定員 30人(応募者多数の場合は抽選) ▶参加費 無料 ▶申し込み 往復はがき(1人1枚)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して、10月19日(金)まで(必着)に生涯学習課(〒362-8501本町3-1-1)へ

とき	内容・講師
10月30日(火)	「奈良・平安時代の武蔵の国」 上尾市生涯学習課職員
11月6日(火)	「鎌倉時代の上尾周辺」 上尾市文化財保護審議員 加藤 功さん
11月13日(火)	「江戸時代の上尾周辺の河川改修」 元県立上尾高等学校教諭 倉田 隆さん
11月20日(火)	「江戸時代の原市、上尾、平方」 県立歴史と民俗の博物館 杉山 正司さん

※時間はいずれも午前10時～11時30分です。

▼とき 11月12日(月)・26日(月) 午前10時～11時30分 ▼ところ 図書館(本館2階集会室) ▼内容・講師 12日/絵本の選び方、わらべうた、手遊びの講習 池田美恵子さん(湯河原町立図書館でブックトークや童話の朗読などを務める) 26日/実技演習 ぼけっと(図書館本館の「えほんのじかん」を担当) ▼対象 市内に在住で、読み聞かせボランティアをしている人、またはしたいと思っている人 ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 午後6～10時に電話で保田(☎774-3109)へ
⇨上尾市子どもの読書活動支援センター(☎・☎773-3711)

救命講習会

① 普通救命講習Ⅰ(成人に対する心肺蘇生法)

▼とき 11月17日(土) 午前9時～正午

② 普通救命講習Ⅲ(小児、乳幼児、新生児に対する心肺蘇生法)

▼とき 12月7日(金) 午前9時30分～午後0時30分

①②共通) ▼ところ 上尾市消防本部

講座です。
▼とき 11月12日(月)・26日(月) 午前10時～11時30分 ▼ところ 図書館(本館2階集会室) ▼内容・講師 12日/絵本の選び方、わらべうた、手遊びの講習 池田美恵子さん(湯河原町立図書館でブックトークや童話の朗読などを務める) 26日/実技演習 ぼけっと(図書館本館の「えほんのじかん」を担当) ▼対象 市内に在住で、読み聞かせボランティアをしている人、またはしたいと思っている人 ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 午後6～10時に電話で保田(☎774-3109)へ
⇨上尾市子どもの読書活動支援センター(☎・☎773-3711)

自転車講座

～マナーを守って安全走行～



⇨まちづくり計画課 (☎775-7629・☎775-9872・✉s351000@city.ageo.lg.jp)

▶とき・ところ・内容・講師・定員 下表のとおり ▶参加費 無料 ▶申し込み 電話かメールまたはファクスでまちづくり計画課へ

講座名	とき・ところ	内容・講師	定員
親子自転車教室(小学校低学年生と保護者)	10月27日(土) 午前10時～正午・大石公民館講座室1・2 ※雨天の場合は12月1日(土)です。	「自転車の安全な乗り方」 ブリヂストンサイクル(株)マーケティング2部	各回10組程度
	10月28日(日) 午前10時～正午・上尾公民館501 ※雨天の場合は12月2日(日)です。	松森 好男さん 自転車安全利用指導員 田村 耕一さん	
中高年のための自転車の乗り方・楽しみ方講座	11月12日(月) 午前10時～午後0時50分・ファインモーターズスクール上尾校(平塚596-5)	「自転車での健康づくり」 上尾中央総合病院リハビリテーション技術科理学療法士 「自転車の安全な乗り方・楽しみ方」 自転車安全利用指導員 田村 耕一さん	30人程度

※実技講習も実施しますので、できるだけ自転車で会場してください。

▼内容 応急手当の重要性、心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)の使用方法など
▼対象 市内に在住か通勤または在学の人 ▼定員 30人(応募者多数の場合は抽選)
▼参加費 無料 ▼申し込み 往復はがきにどちらか希望の講習会名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入して、10月15日(月)まで(必着)に消防本部警防課(〒36210013上尾村537)へ
※駐車場がありませんので、車での来場は遠慮ください。
⇨消防本部警防課(☎775-1312・☎775-1223)



初心者ソーシャルダンス
(社交)講習会

▼とき 10月7、28日の毎週日曜日(全4回)午後6時～7時30分 ▼ところ 原市公民館体育室 ▼内容 ソーシャルダンスを基礎から学ぶ ▼定員 30人程度 ▼講師 市連盟指導部 ▼参加費 2千円 ▼申し込み 当日、直接会場へ
↓上尾市ダンススポーツ連盟の柿本(☎・☎77517829)

幼児安全講習会 (子育て講演会)
～ハンカチやストッキングを使った子どものケガの手当～
⇨子育て支援センター(☎778-2008・☎777-5804)
▶とき 11月17日(土)午前10時～正午 ▶ところ 上尾西保育所2階ホール ▶講師 日本赤十字埼玉県支部講習会指導員 ▶定員 30人(先着順) ▶参加費 無料 ▶申し込み 10月15日(月)午前9時から直接または電話で子育て支援センターへ
※託児を希望する人は申込時に予約してください(1～3歳、先着15人)。駐車場は保健センターを利用してください。

市民講座 ～生涯学習を楽しんで学ぼう～

⇨生涯学習課(☎775-9490・☎776-2250)
して、生涯学習課まなびすと係(〒362-8501本町3-1-1)へ ※応募者多数の場合は抽選。応募者が5人未満の場合は中止です。▶主催 上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議(サポートまなびすと上尾)

▶とき・講座名・内容・参加費他 下表のとおり(時間はいずれも午後1時30分～3時30分) ▶ところ 平方東・芝川・富士見小学校特別教室 ▶申し込み 往復はがき(1講座につき1人1枚)に希望講座番号、講座名、住所、氏名、年齢(小・中学生は学年)、電話番号を記入

【平方東市民講座】

とき	講座番号	講座名	内容・講師(敬称略)	対象・定員	参加費・持ち物	申し込み締め切り	
10/27(土)	平-13	いけばなを楽しむ	秋の花材を取り合わせて、季節の風情を表現する 鈴木アサ子	市内に在住の小学5年生以上10人	千円 盛花用花器、剣山(7×9.5センチ以上)、はさみ、雑巾、新聞紙 ※希望者には道具を貸し出します。	10/17(水)	
10/27(土) 11/24(土)	平-14	複音ハーモニカ	優しい音色で心を和ませるハーモニカ。この機会に始めてみませんか 高橋 五郎	市内に在住の小学生以上15人	600円(2回分) 複音ハーモニカC調(21穴)		
	平-15	書道	漢字、仮名、実用書から作品まで。小学生は筆の扱い方から基本を 深澤 笑子	市内に在住の小学生以上20人	1,400円(2回分) 硯、文鎮、下敷き、筆(大・小)		
	平-16	やさしい俳句～秋の草花を詠む～	秋の草花、紅葉などを素材にして、自分の俳句を作る 清水 山彦	市内に在住の20歳以上20人	600円(2回分) 国語辞典、歳時記(持っている人)、ノート、筆記用具		
10/27(土) 11/24(土) 12/22(土)	3回連続	平-17	革工芸	自分で手縫いをして、ななめがけの出来るポシェットを作る 横山 利子	市内に在住の20歳以上10人	4千円(3回分) はさみ(革を裁つのに使います)、物差し	11/14(水)
11/24(土)	平-18	アロマで作る保湿クリームとリップクリーム	好きな香りでお肌しっとりのおアロマコスメを作る 笹嶋こずえ	市内に在住の小学4年生以上7人	千円 筆記用具		
11/24(土) 12/22(土)	2回連続	平-19	楽しい創作折紙	季節の花シクラメンの色紙折り、来る年をことほぐ干支の巳を折る 渡邊 芳恵	市内に在住の中学生以上15人	1,500円(2回分) はさみ、ボンドのり、筆記用具	

【芝川市民講座】

とき	講座番号	講座名	内容・講師(敬称略)	対象・定員	参加費・持ち物	申し込み締め切り
10/27(土)	芝-9	アロマで作る保湿クリームとリップクリーム	好きな香りでお肌しっとりのおアロマコスメを作る 笹嶋こずえ	市内に在住の小学4年生以上7人	千円 筆記用具	10/17(水)
11/24(土)	芝-10	プレ・クリーンのすすめ	かつてのお掃除は大きく変わりました。新しいお掃除しましょう 池中万吏江	市内に在住の20歳以上20人	500円 チラシ、筆記用具、メモ帳	11/14(水)
11/24(土) 12/22(土)	芝-11	絵手紙	自分の周りに目を向け、絵手紙を通して人生を豊かにしよう 小島 光江	市内に在住の小学生以上15人	1,500円(2回分) 描きたい物(自分の周りの旬の物や好きな物をモチーフに)、絵の道具、筆記用具	
		芝-12	籠を編む	籠編みの基本を学び、編む楽しさを味わう 寺澤 七郎	市内に在住の20歳以上8人	600円(2回分) はさみ、ピンセット、クリップ、木工ボンド、雑巾

【富士見市民講座】

とき	講座番号	講座名	内容・講師(敬称略)	対象・定員	参加費・持ち物	申し込み締め切り	
10/27(土) 11/24(土)	2回連続	富-9	不思議で楽しいマジック入門	①新聞に注いだ水が消える手品②ハンカチを使ったいろいろな手品 猪熊 知彦	市内に在住の高校生以上20人	1,500円(2回分) 木綿のハンカチ(45センチ角程度の物)、500円硬貨	10/17(水)
11/24(土) 12/22(土)	富-10	みんなに楽しい大正琴	誰でもやさしく楽しく弾ける大正琴。心も体も健康になる 中村眞佐子	市内に在住の小学生以上15人	600円(2回分) 筆記用具	11/14(水)	



プロジェクト技術講習会

▼とき 11月11日(日)午後1時30分～3時30分 ▼ところ 図書館(本館)2階集会室 ▼内容 プロジェクターや図書館所有の機材の取り扱い方※パソコンを持っている人はお持ちください。▼対象市内に在住か在勤または在学の人 ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 10月16日(火)から、直接または電話で図書館へ
↓図書館(☎773-8521・☎776-7330)

自己表現法講座
～率直に伝えることができているか? 自分の気持ち～

▼とき 11月15日(木)午後1時30分～3時30分 ▼ところ 上尾公民館501 ▼内容 女性の社会参画を促進するため、自分の気持ちを伝えられる自己表現法を学ぶ ▼講師 谷口雅恵さん(シニア産業カウンセラー) ▼対象市内に在住か在勤の女性 ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 無料 ▼託児 1歳以上の未就学児(要予約) ▼申し込み 10月4日(木)から電話で男女共同参画推進センターへ
↓男女共同参画推進セン

ター(☎778-5111・☎778-5112)

あげお産業祭
マイカー点検教室

▼とき 11月11日(日)午後1時～3時 ▼ところ 上尾市民球場内会議室 ▼内容 自動車の仕組みや点検整備の初歩的知識を学ぶ(参加賞あり) ▼定員 30人 ▼参加費 無料 ▼申し込み 10月26日(金)までに電話で県自動車整備振興会上尾支部へ
↓(社)埼玉県自動車整備振興会上尾支部(有)ジャパンモーターサービス内、☎776-8080・☎776-8066)

催し

第32回上尾市ふれあい広場
～思いやり育てよう
このまちに～

▼とき 10月21日(日)午前10時～午後3時 ▼ところ 上尾丸山公園 ▼内容 模擬店、福祉体験コーナー、スタンプラリー、フリーマーケットなど
↓ふれあい広場実行委員会事務局(社会福祉協議会内)かしの木園、☎776-2260・☎772-8647)

第10回北足立郡市町
人権フェスティバル

▼とき 10月19日(金)午前11時～午後4時 ▼ところ 響の森桶川市民ホール(桶川市若宮1-5-9) ▼内容 ミニリサイクル/クラリネット演奏/小坂真紀さん他 講演会/村崎太郎トークライブ&猿まわし「橋はかかる」被差別部落に生まれ育って～ ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ ▼主催 北足立郡市町同和対策推進協議会

※同時に東日本大震災ボランティア活動の被災地レポート、各市町団体による物品展示なども開催します。
↓人権推進課(☎775-117・☎775-9819)

上尾の文化財展
「上尾の昔々あそびくらし」

▼とき 10月4日(木)～23日(火)午前9時30分～午後4時30分 ▼ところ 自然学習館地下1階展示ロビー ▼内容 昭和中心まで使われていた、生活や遊びに関する市収蔵資料の展示、昔の遊び体験コーナー、ワークシヨップ、スタンプラリー(詳細は下表

のとおり) ▼入場料・参加費 無料 ▼申し込み ワークシヨップに参加の場合は左表のとおり ※見学だけの場合は不要です。

内容	とき	時 間	募集人数	申し込み
作業体験種 農(耕まきなど)	期間内の毎週 土・日曜日	午前11時30分～正午	先着5組	開始時間の1時間前から直接会場へ
布ぞうり あみ	10月8日(祝)	午前10時～ 正午	先着10人	10月4日から受け付け
竹ヒコ とんぼ作り	10月7日(日)・13日(土)・21日(日)	午後3時～ 同30分	先着20人	開始時間の1時間前から直接会場へ
こま作り	10月6日(土)・14日(日)	午前11時～ 正午	先着20人	10月4日から受け付け
お手玉作り	10月13日(土)	午前11時～ 正午	先着10人	10月4日から受け付け
スタンプ ラリー	展示期間中		—	直接会場へ(先着200人の小学生には賞品あり)

第31回上尾子どもまつり

↓自然学習館(☎780-0300・☎726-7901)
①西・南合同会場
▼とき 11月3日(祝)午前9時～正午(雨天中止) ▼ところ 上尾丸山公園運動広場
②北会場
▼とき 11月3日(祝)午前9

時～正午(雨天中止) ▼ところ 上尾かしの木特別支援学校グラウンド
③東会場
▼とき 11月23日(祝)午前9時～正午(雨天中止) ▼ところ 原市小学校グラウンド

①～③共通

▼内容 伝承遊び、ダンボール迷路など ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
↓NPO法人あげお学童クラブの会(☎771-6945・☎777-5790)

親子交通安全フェスティバル

▼とき 10月14日(日)午前10時～午後3時 ▼ところ ファインモーターズスクール上尾校(平塚596-5) ▼内容 教育イベント/交通安全クイズ、親子交通安全教室、キッズバイク体験(事前予約が必要)、ジュニアドライビングスクール お楽しみイベント/車両展示、エコカー体験など ※内容は変更になることがあります。 ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
↓ファインモーターズスクール上尾校(☎0120-4517112(フリーダイヤル)・☎776-3976)

人づくり・ものづくりフェ ア埼玉2012

県内の先端産業から伝統工
業まで、さまざまな分野の「も
のづくり」の総合フェスティ
バルが開催されます。作品の
展示や実演、即売に加え、体
験教室も多数実施します。

▼とき 10月20日(土)・21日
(日)午前10時～午後4時 ▼
ところ 埼玉県県民活動総合
センター(伊奈町内宿台6-26)
↓埼玉県産業人材育成課
(☎830-4602・☎83
0-4853)

上尾市主任児童委員連絡 会主催 子育てサロン・ク リスマスin児童館

▼とき・ところ ①12月5日
(水)午前10時～正午・児童館
アップीलランド②12月12日
(水)午前10時～正午・児童館
こどもの城 ▼内容 手遊
び、リズム遊び、ミュージッ
クベル演奏、パネルシアター
など ▼対象 1歳からの幼
児と保護者①JR高崎線の
東側に在住の人②JR高崎
線の西側に在住の人 ▼定
員 各回60組(応募者多数の
場合は抽選) ▼参加費 無
料 ▼申し込み 申込用紙
(保育課へ市役所2階⑤番窓口)

・各児童館にある)に親子の
氏名、子どもの年齢、住所、
電話番号を記入して、ファク
スまたはメールで①は11月5
日(月)～7日(水)に、②は11
月12日(月)～14日(水)に保育
課へ

↓保育課(☎775-51
21・☎774-5342・
ageokosodatesaron@
hotmail.co.jp)

(財)県生態系保護協会 上尾支部の催し

生物多様性維持のための外来
植物抜き作業と自然観察

①サクソウトラスト地(領
家)

▼とき 10月14日～11月4日
の毎週日曜日 ※小雨決行で
す。 ▼集合 午前8時50
分・東武バス西上尾車庫前

②三ツ又沼ビオトープ(平方
)

▼とき 10月26日(金) ※雨
天中止です。 ▼集合 午前
10時・三ツ又沼前クヌギ広場
※詳しくは同協会の小川へ問
い合わせてください。
↓小川(☎781-0887)

元気フェスタ原市2012

▼とき 10月21日(日)午前9
時30分～午後2時30分 ▼と
ころ 原市小学校校庭(小雨
の場合は新幹線高架下で一部

内容を変更して実施) ▼内
容 地元保育所児童・小学
生・中学生、団体による演奏・
演技、エアースッカーゴー
ル、グラウンドゴルフ、けん
玉・ベーゴマなどの昔遊び、
フリーマーケット、模擬店、
各種団体の啓発など

↓元気フェスタ原市201
2実行委員会事務局(原市支
所内、☎721-11604・
☎720-1113)

ポートルース戸田 10月の開催日

▼開催日 10月3日(水)～8
日(祝)、11日(木)～15日(月)
▼場外発売 10月23日(火)～
28日(日) ▼ところ ポート
レース戸田

↓埼玉県都市競艇組合(☎
823-8711・☎823-
8709)

AGA日帰りバスツアー

AGA(上尾市国際交流協
会主催の日帰りバスツアー
です。外国人市民と一緒に、
葛西臨海公園・水族園を見学
します。

バスの中でもゲームをしな
がら楽しく出掛けましょう。

▼とき 10月16日(火) ▼集
合 午前9時・上尾市文化セ
ンター玄関前 ▼内容 葛西

臨海公園・水族園の見学 ▼
参加費 一般/2,500円、
会員/2千円、幼児/無料
▼定員 45人(先着順) ▼申
し込み 10月5日(金)までに
直接か電話、ファクスまたは
メールでAGA事務局(市役
所第三別館1階、月・木・金
曜日午前10時～午後4時)へ
↓AGA事務局(☎780
-2468・☎775-98
19・☎office@aga-world.
com・☎http://www.aga-
world.com)

土曜映画会

▼とき 10月20日(土)第1回
/午前10時～11時55分 第
2回/午後1時30分～3時
25分 ▼ところ 図書館(本
館2階集会室) ▼内容 『鉄道
員』 ▼定員 各60人(先着
順) ▼入場料 無料 ▼申
し込み 当日、直接会場へ
↓図書館(☎773-852
1・☎776-7330)

中学校給食の試食会

▼とき 11月13日(火)午前11
時30分～午後1時30分 ▼と
ころ 中学校給食共同調理場
2階研修室 ▼献立 上尾市
産米ごはん、牛乳、ゼリーフ
ライ、野菜炒め、みそ汁 ▼
対象 市内に在住の人 ▼定

員 25人 ▼参加費 270
円(食料費相当額) ▼申し込
み 11月5日(月)までに電話
で中学校給食共同調理場へ
↓中学校給食共同調理場
(☎777-1552・☎77
7-1553)

ひかわ幼稚園 絵本の会

▼とき 10月25日(木)午前10
時～正午 ▼ところ ひかわ
幼稚園体育館(二ツ宮864)
※駐車場50台あります。 ▼
内容 斉藤惇夫さん(児童文
学者)と一緒に『つきのぼう
や』きつねのホイテイ』を読
む ▼定員 100人(先着
順) ▼申し込み 当日、直
接会場へ
↓ひかわ幼稚園(☎771-
0744)

NPO法人 荒川の自然を守る会の催し

①観察会・草刈りと洪水の後
片付け
▼とき 10月7日(日)午前9
時～正午 ※小雨決行です。

▼集合 午前9時・三ツ又沼
ビオトープ駐車場

②野の花いっぱい、わたしが
つくる里山づくり

▼とき 10月14日(日) 午前
9時～正午 ※小雨決行で
す。 ▼集合 午前9時・上



尾丸山公園南口
※詳しくは、同会の菅間へお問い合わせください。
↓菅間(☎090-9641-5288)

第11回学校紹介パネル展

▼とき 10月16日(火)～11月1日(木) ▼ところ 市役所1階市民ホール ▼内容 「上尾教育月間」(11月)と「彩の国教育の日」(11月1日)・「彩の国教育週間」(11月1～7日)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展で紹介
※11月上旬から、各公民館でも同じ内容を展示します。
↓指導課(☎775-9672・☎77515633)

第20回平方地区環境フェスティバル

▼とき 10月28日(日)午前9時20分～午後3時(雨天中止)
▼ところ 西貝塚環境センター敷地内 ▼内容 環境パネルの展示、ごみ処理施設見学、郷土芸能、模擬店、フリーマーケット、大抽選会他 ※混雑が予想されるため車での来場はご遠慮ください。
↓平方地区環境フェスティバル実行委員会事務局(平方

支所内、☎725-2004・☎780-1112)

第44回上尾市美術展覧会(市展)

ことしも各部門に個性と創造性あふれる力作が出品されます。また21日には作品の講評と説明があります。
▼とき 10月16日(火)～21日(日)午前10時～午後6時(21日はいずれの会場も午後4時まで) ▼ところ コミュニティセンター/日本画、洋画、立体造形、工芸、写真
市民ギャラリー/書 ▼入場料 無料
↓生涯学習課(☎775-9496・☎776-2250)

荒川太郎右衛門地区自然再生協議会の催し

自然再生の取り組み(草取り体験と昆虫観察)

▼とき 10月14日(日)午後1時30分～4時 ※小雨決行(荒天中止)です。 ▼ところ 荒川太郎右衛門地区・自然再生地(川島町) ▼対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)
▼定員 40組 ▼参加費 無料 ▼申し込み 参加者全員の氏名、年齢、住所、当日連絡が取れる電話番号を記入して、10月9日(火)までに、郵

送またはファクスで荒川太郎右衛門地区自然再生協議会事務局(荒川上流河川事務所内、〒350-1124川越市新宿町3-12)へ
↓国土交通省関東地方整備局荒川上流河川事務所(☎049-220-0145・☎049-247-9850)

県総合リハビリテーションセンター センターまつり

▼とき 10月27日(土)午前10時～午後3時30分 ▼ところ 県総合リハビリテーションセンター(西貝塚148-1)
▼内容 福祉用具の展示、コンサート、合唱、アニマルセラピー、入所者の作品展示や訓練成果の発表、県内福祉施設手作り食品・手工芸作品の販売など
↓埼玉県総合リハビリテーションセンター(☎781-2213・☎781-1552)

消費生活セミナー 「LEDを使ってクリスマスランプを作ろう!!」

消費電力が少なく長寿命の明かり「LED」でオリジナルランプを作ってみよう!
▼とき 11月24日(土)①午前10時～②午後1時30分 ※いずれも2時間程度で時間の

聖学院大学の催し



●日本文化学科・秋の講演会2012「清盛が目ざした国づくり」

⇒聖学院大学総務課(☎781-0925)

▶とき 10月3日(水)午前11時～午後0時30分 ▶ところ 聖学院大学チャペル ▶内容 NHK大河ドラマ『平清盛』の時代考証を担当している東京大学の本郷和人教授による平清盛が目ざした国づくりに関する講演 ▶参加費 無料 ▶申し込み 当日、直接会場へ

●映画「happy-しあわせを探すあなたへ」上映とワールドカフェの開催

⇒聖学院大学広報戦略室(☎780-1707)

▶とき 10月6日(土)午後1時(0時30分開場) ▶ところ 聖学院大学教授会室 ▶内容 第1部/映画「happy-しあわせを探すあなたへ」(76分/2012年/アメリカ)の鑑賞 第2部/ワールドカフェ(映画を題材に、学生、市民と一緒に「幸せ」について意見交換をします) ※映画鑑賞だけの参加も可能です。 ▶参加費 900円 ▶申し込み 当日、直接会場へ

希望は受け付けません。 ▼ところ コミュニティセンター第4集会室 ▼内容 LEDについて学習し、円すい形のランプを作る ▼対象 市内に在住の小学4～6年生 ▼定員 各20人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 500円(材料費) ▼申し込み 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、性別、学校名、学年、保護者氏名、電話番号を記入して、10月19日(金)ま



円すい形のランプ

で当日消印有効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2階へ
↓消費生活センター(☎775-0800・☎776-4600)

つどいの広場

わんぱく城

⇒つどいの広場「わんぱく城」
(今泉272、☎783-0888・☎781-4466)



▶利用日 毎週火・水・金曜日午前10時～午後3時 ※24日(水)は臨時休館です。▶対象 0～3歳の乳幼児と子育て中の保護者 ▶利用料 無料 ※利用には受け付けが必要です。▶ところ 児童館こどもの城1階

10月の催し ▶とき・対象・定員・内容 下表のとおり

催し名	とき	対象	定員	内容
①2歳だけの日	10月5日(金)午前10時～午後3時 (10時30分～11時/おたのしみ会)	2歳児と保護者	—	おしゃべりや子育ての情報交換 ※おたのしみ会は定員10組です(先着順)。当日、直接わんぱく城で申し込んでください。
②1歳だけの日	10月12日(金)午前10時～午後3時 (10時30分～11時/おたのしみ会)	1歳児と保護者	—	
③0歳だけの日	10月19日(金)午前10時～午後3時 (10時30分～11時/おたのしみ会)	0歳児と保護者	—	
④離乳食の話	10月31日(水)午前10～11時	0～3歳児と保護者	10組	栄養士による離乳食のお話 ※10月10日(水)から直接わんぱく城へ(先着順・電話での申し込みはできません)
⑤手型をつくろう	10月23日(火)午前10～11時	0～3歳児と保護者	10組	紙ねんどで子どもの手型をとる ※10月9日(火)10時に会場へ(10時に参加者を抽選で決定) ※電話での申し込みはできません。

つどいの広場

あそぼうよ

⇒つどいの広場「あそぼうよ」
(二ツ宮1156-3、☎・☎778-5102・子育て相談専用電話778-5103)

▶利用日 毎週火・水・木曜日(祝日を除く)午前10時～午後3時 ※正午～午後1時は昼食などに和室を開放しています。
▶対象 乳幼児と子育て中の養育者 ▶利用料 無料(託児は1人300円) ※利用初回は登録が必要です。

10月の催し

▶とき・対象・定員・内容 下表のとおり ▶利用料 無料 ▶申し込み ②③④/直接または電話でつどいの広場「あそぼうよ」へ ※④の開催中だけ、一般の利用は午後からです。①⑤/当日、直接会場へ

催し名	とき	対象	定員	内容
①あかちゃんの日	10月2日(火)、10日(水) 18日(木)、24日(水)、30日(火) 午前10時～午後3時	乳幼児と保護者	—	主に赤ちゃんとお母さんが集まって交流したり、情報交換などをしたりする
②子育てサロン	10月16日(火) 午前10時～正午	子育て中の保護者	10組	子育てをされていて感じる嬉しいこと、楽しいこと、つらいことや大変なことなどの思いを話したり、人の話を聞いたりする(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
③マタニティの日 サロン「はぐはぐ」	10月3日(水) 午前10時～正午	妊産婦と子育て中の保護者	10組	お腹で育まれている新しい生命のこと、妊娠中の今の気持ち、お産エピソードなどをみんなで話す(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
④あそべる 学べるセミナー 「べるべる」	10月25日(木) 午前10時～正午	—	10組	子どもや子どものこころについて学ぶセミナー テーマ「食って大変!? ～はやくー!! 全部食べてー!! めんどくさい!! もうどうすればいいの～」(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
⑤お誕生会	10月31日(水) 午前11時～同30分	—	—	みんなで10月生まれの子を祝う

【育児相談】

とーくるーむ 「どんぐり」	「あそぼうよ」利用日 または希望日	—	—	あなたの気持ちを一緒に考えたい談話相談室(託児あり) ※事前に予約が必要です。
------------------	----------------------	---	---	---

第39回上尾市民音楽祭・合唱祭

⇒生涯学習課(☎775-9496・☎776-2250)

市内で活躍中の合唱団や小学校の児童による歌の祭典です。会場に響く美しいハーモニーと歌声に包まれて、すてきな午後のひとときをお過ごしください。

▶とき 11月4日(日)午前11時50分～午後3時55分(11時30分開場) ▶ところ 文化センター大ホール ▶内容 市内21団体(学校を含む)によるコーラスの発表 ▶入場料 無料 ▶申し込み 当日、直接会場へ ※駐車場に限りがありますので、車以外での来場にご協力ください。

子ども映画会

▼とき 10月21日(日)午前10時30分～11時30分 ▼ところ 図書館(本館)2階集会室 ▼内容 『トムとジェリー』『おじゃる丸/満月口』『ド危機一髪』 ▼対象 4歳以上の子どもと保護者 ▼定員 60人(先着順) ▼入場料 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
↓図書館☎773-1852
☎776-17330



市青少年相談員協議会主催

「秋の新企画★秋を彩る冒険の旅2012」

⇒青少年相談員協議会会長の唐澤 (☎090-4060-7147)

▶とき 11月17日(土)午前8時30分～午後4時(予定) ▶ところ 上尾丸山公園 ※集合・解散は自然学習館です。 ▶内容 アドベンチャーゲーム、おやつ作り ▶対象 市内に在住の小学3～6年生 ▶定員 20人(応募者多数の場合は抽選) ▶参加費 300円(材料費、保険料など) ▶申し込み 往復はがき(1家族1枚)に催し名、住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、保護者氏名、電話番号を記入して、10月26日(金)まで(必着)に青少年課(〒362-0037上町2-14-19)へ ※子どもだけの参加です。 ※子どもが好きなスタッフ(18～25歳)も募集しています。申込時に「スタッフ希望」と記入してください。

コミ協フェスタ in 大谷2012

⇒コミ協フェスタ in 大谷2012実行委員会 大谷支所内 (☎781-0121・☎780-1113)

▶とき 10月21日(日)午前9時～午後3時(雨天の場合は輪投げ大会だけ実施) ▶ところ 大谷小学校校庭・体育館 ▶内容 地元幼稚園児による交通安全パレード、バルーン遊戯、交通安全クイズ、フリーマーケット、模擬店、郷土芸能(はやし、民踊)、吹奏楽演奏、輪投げ大会など



昨年のコミ協フェスタ

第10回A I♡犬フェスティバル

～愛犬との快適な暮らしを求めて～

⇒生活環境課(☎775-6940・☎775-9927)

▶とき 10月20日(土)午前9時30分～午後3時 ▶ところ 上平公園 ▶内容 犬のしつけ方教室(愛犬との参加は事前登録者だけ。見学は自由)、動物由来感染症教室(動物から人にうつる病気)、犬法律教室、犬猫健康相談、ふれあい広場、犬の譲渡会、アジリティショー(訓練された犬の競技)、動物防災コーナー、優良飼い主表彰、フードプレゼントコーナー

児童館アッピーランド 10月の催し

⇒児童館アッピーランド(☎779-7030・☎772-7972)

- ①わんぱくひろば
▶とき 10月1日(月)午前11時～同50分 ▶内容 遊びの紹介と友達づくりのひろば ▶対象 3歳児
- ②よちよちひろば
▶とき 10月4日(木)午前10時30分～11時30分 ▶内容 「食事について」 ▶対象 0～1歳6カ月
- ③つくってあそぼう
▶とき 10月6日(土)午後2～3時 ▶内容 作って遊べるおもちゃを作る ▶対象 幼児～小学生
- ④かがくあそび
▶とき 10月7日(日)午後2～3時 ▶内容 科学の博士と科学で遊ぼう! ▶対象 幼児～小学生
- ⑤スポーツ大会
▶とき 10月8日(祝)午後2～4時 ▶内容 体育の日! さまざまな種目で記録を残そう! ▶対象 小学生
- ⑥育児のあれこれおしゃべりほっとタイム
▶とき 10月9日(火)午前10時30分～11時30分 ▶内容 アドバイザーや保護者同士の情報交換 ▶対象 0～1歳児
- ⑦やぎさん一座の手づくり紙芝居
▶とき 10月10日(水)午前11時～同30分 ▶対象 乳幼児～小学生
- ⑧ビデオ上映会
▶とき 10月13日(土)①午前11時～②午後2時～ ▶内容 童話や物語の上映
- ⑨レクゲームの日
▶とき 10月13日(土)午後2～4時 ▶内容 いろいろなゲームを楽しむ ▶対象 小学生
- ⑩にこにこひろば
▶とき 10月15日(月)午前11時10分～同50分 ▶内容 遊びの紹介と友達づくりの広場 ▶対象 2歳児
- ⑪よちよちひろば
▶とき 10月18日(木)午前10時30分～11時30分 ▶内容 遊びの紹介と友達づくりの広場 ▶対象 0歳児
- ⑫おはなし会
▶とき 10月20日(土)午後1時30分～2時 ▶内容 紙芝居やお話しの読み聞かせ ▶対象 乳幼児～小学生
- ⑬シュッポの部屋
▶とき 10月21日(日)午後2～4時 ▶内容 電車のおも

- ちゃで遊ぶ ▶対象 乳幼児～小学生
- ⑭のびのびひろば
▶とき 10月22日(月)午前11時10分～同50分 ▶内容 遊びの紹介と友達づくりの広場 ▶対象 1歳児
- ⑮けん玉であそぼう
▶とき 10月23日(火)午後4～5時 ▶内容 けん玉で遊ぶ ▶対象 幼児～小学生
- ⑯体験トランポリン教室
▶とき 10月27日(土)午前9時20分～正午 ▶内容 トランポリン講師による指導 ▶対象 3歳以上 ▶定員 48人(当日、先着順に整理券を配布) ※動きやすい服装で来てください。
- ⑰おもちゃの病院
▶とき 10月28日(日)午後1～3時 ▶内容 壊れたおもちゃの無料修理(テレビゲームや縫いぐるみなどの繕い物を除く) ▶費用 部品交換が必要な場合は実費
- ⑱アッピーこども委員会
▶とき 10月28日(日)午後2～3時 ▶内容 児童館でやりたいことをみんなで出し合い、話し合おう! ▶対象 小学校高学年以上
- 【①～⑱共通】
▶申し込み 当日、直接児童館へ
- ⑲のびのびアートの日
▶とき 10月9日(火)午前10時30分～11時 ▶内容 画材を使いアートを楽しむ ▶対象 2歳以上
- ⑳造形クラブ
▶とき 10月20日(土)午後2時～ ▶内容 紙粘土でマグネットを飾ろう! ▶対象 小学生 ▶定員 20人
- ㉑折り紙教室
▶とき 10月27日(土)午後2～3時 ▶内容 「小物入れ」を折る ▶対象 市内に在住の幼児以上 ▶定員 30人(先着順)
- 【⑲～㉑共通】
▶申し込み 10月5日(金)午前9時から直接または電話で児童館アッピーランドへ
- 10月の休館日/16日(火) 開館時間/午前9時～午後6時
ご利用ください! 市内循環バス「ぐるっとくん」原市・上平循環で「アッピーランド」下車



子育て支援センター

ももっこルームのご案内 11月



▶とき・講座名(ところ)・対象・定員 下表のとおり(時間/午前10~11時) ※講座内容は問い合わせてください。 ▶申し込み 10月9日(火)から電話で子育て支援センターへ ※電話が混み合うため、10月9日だけは右表の時間帯に電話してください。 ※定員の組数は原則です。

⇒子育て支援センター(☎778-2008・☎777-5804)

	受付時間	対象者・講座名
午前	9~10時	2歳以上(「おそとであそぼう」だけ)
	10~11時	1歳
	11時~正午	0歳
午後	1時~	保育所であそぼう、園庭開放、ももっこ広場

とき	講座名(ところ)	対象者	定員	
11月	1日(木)	はいはい(子育て支援センター)	9カ月~1歳3カ月 12組	
	6日(火)	ももっこ広場(かわらぶき保育所)	1歳以上	20組
		保育所であそぼう(上尾保育所)	2~3歳	10組
		園庭開放(しらこぼと保育所)	1歳以上	10組
	7日(水)	赤ちゃんの日(子育て支援センター) 午前9~11時	0歳	自由参加
		園庭開放(上平保育所)	1~3歳	7組
	8日(木)	よちよち(子育て支援センター)	1歳4カ月~1歳11カ月	12組
		保育所であそぼう(原市保育所)	1歳6カ月以上	3組
	9日(金)	保育所であそぼう(小敷谷保育所)	1~5歳	5組
	13日(火)	おそとであそぼう(平塚公園)	2歳以上	20組
保育所であそぼう(あたご保育所)		8カ月~1歳6カ月	6組	
保育所であそぼう(上尾保育所)		2~3歳	10組	

とき	講座名(ところ)	対象者	定員	
11月	14日(水)	みんなのおはなし(子育て支援センター) 午前9時30分~10時	制限なし	自由参加
		保育所であそぼう(かわらぶき保育所)	2歳以上	10組
		園庭開放(上尾西保育所)	1歳6カ月以上	15組
15日(木)	はじめまして(子育て支援センター)	3~8カ月	15組	
	園庭開放(大谷保育所)	1歳6カ月~3歳	10組	
16日(金)	園庭開放(原市団地保育所)	1歳6カ月以上	5組	
	園庭開放(緑丘保育所)	1歳以上	10組	
21日(水)	赤ちゃんの日(子育て支援センター) 午前9~11時	0歳	自由参加	
22日(木)	園庭開放(原市南保育所)	2~3歳	5組	
	保育所であそぼう(原市団地保育所)	1歳6カ月以上	5組	
28日(水)	みんなのおはなし(子育て支援センター) 午前9時30分~10時	制限なし	自由参加	
29日(木)	保育所であそぼう(西上尾第二保育所)	1歳以上	10組	

健康プラザわくわくランド 10月の催し

⇒健康プラザわくわくランド(☎783-1126・☎726-7657)

①ヨガ&ピラティス

▶とき 10月1~29日(8日を除く)の毎週月曜日午前10時30分~11時30分 ▶内容 体の中心を意識しながら、やさしい筋力トレーニングを行ない、しなやかなボディーを目指す ▶定員 20人 ▶申し込み 当日、午前10時からフロント前で受け付け

②やさしいヨガ

▶とき 10月1~29日(8日を除く)の毎週月曜日正午~午後1時 ▶内容 呼吸法を使い癒やされながら体を優しくストレッチする ※ヨガを始めたい人にお勧めのプログラムです。 ▶定員 20人 ▶申し込み 当日、午前11時30分からフロント前で受け付け

③アクアビクス

▶とき 10月2~30日の毎週火曜日午前11時~同50分 ▶内容 水の抵抗でしっかり動いて、脂肪燃焼や体力アップを目指す ▶定員 20人 ▶申し込み 当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け

④水泳教室~クロール編~

▶とき 10月2~30日の毎週火曜日午後1時~同50分 ▶内容 パタ足~クロール泳法の簡単なアドバイス ※水に慣れていない人も参加できます。 ▶定員 15人 ▶申し込み 当日、午後0時30分からプール監視員室前で受け付け

⑤フンポイントスイム

▶とき 10月5~26日の毎週金曜日午前11時~同50分 ▶内容 各種泳法の簡単なアドバイス ※水に慣れていない人も参加できます。 ▶定員 15人 ▶申し込み 当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け

⑥水中運動

▶とき 10月5~26日の毎週金曜日午後2時~同50分 ▶内容 水の特性を活用し、各関節に負担の少ない全身運動を行う ▶定員 15人 ▶申し込み 当日、午後0時30分から

プール監視員室前で受け付け

⑦健康相談

▶とき 10月16日(火)午後1時15分~2時15分 ▶ところ すこやかルーム ▶内容 保健師・栄養士・看護師による健康相談、血圧測定、検尿、栄養相談などを行う ▶定員 20人(先着順) ▶申し込み 当日、午後1時から2階ホールで受け付け

【①~⑦共通】

▶参加費 入館料だけ

⑧ボディサーキット教室

▶とき 10月4~25日の毎週木曜日午前10時30分~11時30分 ▶内容 今話題のサーキットトレーニングで、楽しく脂肪燃焼や体力アップを目指す ▶対象 ボディサーキット体験会に参加した人 ▶定員 10人 ▶参加費 300円 ※別途入館料が必要です。 ▶申し込み 当日、午前10時からフロント前で受け付け

⑨ボディサーキット体験会

▶とき 開館日の午前11時~、午後2時~、5時~、7時~ ※木曜日は午前11時の部はありません。 ▶内容 初めてボディサーキットを利用する人の体験会。有酸素運動(ウォーキング、ステップ)と筋力運動(マシン)を30秒ずつ交互に行う ※所要時間は30~45分程度です。 ▶対象 高校生以上 ▶持ち物 トレーニングウェア、室内用シューズ、タオル、飲み物 ※トレーニングウェア、室内用シューズを持っていない人は利用できません。 ▶参加費 300円 ※別途入館料が必要です。 ▶申し込み 直接または電話で健康プラザわくわくランドへ

10月の休館日/毎週水曜日 開館時間/午前10時~午後9時
ご利用ください! 市内循環バス「ぐるっとくん」平方循環・東西循環で「わくわくランド」下車



自然学習館 10月の催し

⇒自然学習館(☎780-1030・☎726-7901)

①自然学習教室

～プランクトンを顕微鏡で調べてみよう～

▶とき 10月14日(日)午前9時30分～正午(雨天決行) ▶ところ 工作実験室 ▶内容 自然界の食物連鎖について知り、池で採取した水の中のプランクトンを顕微鏡で調べる ▶対象 小学生以上 ▶定員 6組(先着順) ▶参加費 無料 ▶服装 野外での活動に適した服装 ▶申し込み 10月1日(月)から直接または電話で自然学習館へ

②自然学習教室

～どんぐりを観察しよう～

▶とき 10月28日(日)午前9時30分～正午(雨天決行) ▶ところ 工作実験室 ▶内容 上尾丸山公園内のいろいろな種類のどんぐりを拾い、形や大きさなどを調べる ▶対象 4歳児～小学生 ▶定員 36人(先着順) ▶参加費 無料 ▶服装 野外での活動に適した服装 ▶申し込み 10月1日(月)から直接または電話で自然学習館へ

③体験もの作り教室

～ぱたぱた(変わりびょうぶ)～

▶とき 10月20日(土)午前10時～正午 ▶ところ 工作実験

室 ▶内容 ぱたぱたと絵が変わる昔ながらのおもちゃを作る ▶定員 12組(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。 ▶参加費 350円 ▶持ち物 油性マーカー(持っている人) ▶申し込み 10月1日(月)から参加費を用意して、直接自然学習館へ

④天文・科学教室

～日時計を作ろう～

▶とき 10月21日(日)午後2時～3時30分 ▶ところ 工作実験室 ▶内容 太陽とその動きを勉強し、画用紙を切り貼りして日時計を作る ▶対象 小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴です。 ▶定員 20人(先着順) ▶参加費 無料 ▶持ち物 筆記用具 ▶申し込み 10月1日(月)から直接または電話で自然学習館へ

※自然観察会・太陽の観察会(毎週土・日曜日開催)、天体観望会(毎週土曜日開催)について詳しくは、自然学習館へお問い合わせください。

ご利用ください! 市内循環バス“ぐるっとくん”平方循環で「自然学習館」下車

児童館こどもの城 10月の催し

⇒児童館こどもの城(☎783-0888・☎781-4466)

①おしゃべりサロン

▶とき 10月2日(火)午前11時～同30分 ▶内容 友達づくりや子育ての情報交換 ▶対象 1歳未満児と保護者

②バドミントンで遊ぼう

▶とき 10月4・18日(木)午後4～5時 ▶内容 体育遊戯室でバドミントンをして遊ぶ ▶対象 市内に在住の小学3年生以上

③おはなし会

▶とき 10月6日(土)午後1時30分～2時 ▶内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

④にこにこタッチ

▶とき 10月9日(火)午前11時～同30分 ▶内容 友達づくりや親子遊び ▶対象 市内に在住の1歳児と保護者 ▶定員 30組(先着順)

⑤折り紙教室

▶とき 10月13日(土)午後2時～3時30分 ▶内容 「かばちのハロウィンバッグ」を折る ▶対象 市内に在住の人(小学2年生以下は保護者同伴) ▶定員 30人(先着順)

⑥おもちゃの病院

▶とき 10月14日(日)午後1～3時 ▶内容 壊れたおもちゃの修理(テレビゲーム類や縫いぐるみなどの繕い物を除く) ▶費用 部品交換などが必要な場合は実費

⑦にこにこピョン

▶とき 10月16日(火)午前11時～同30分 ▶内容 親子遊び ▶対象 市内に在住の2歳児と保護者 ▶定員 30組(先着順)

⑧やぎさん一座の手づくり紙芝居

▶とき 10月17日(水)午後2時～同30分

⑨体験トランポリン教室

▶とき 10月20日(土)午前9時20分～正午(午前9時5分から整理券を配布) ▶内容 トランポリン講師による指導、7人ずつ20分交代 ▶対象 3歳児以上小学生以下(小学2

年生以下は保護者同伴) ▶定員 56人(先着順)

⑩わくわく工作

▶とき 10月21日(日)①午前11時～正午②午後2時30分～3時30分 ▶内容 段ボールでタヌキの「ポンポコだいこ」を作る ▶対象 市内に在住の4歳児以上(小学2年生以下は保護者同伴) ▶定員 各回24人(先着順)

⑪にこにこジャンプ

▶とき 10月22日(月)午前11時～同30分 ▶内容 親子運動遊び ▶対象 市内に在住の3・4歳の未就園児と保護者 ▶定員 30組(先着順)

⑫おはなしの城

▶とき 10月23日(火)午前11時～同30分 ▶内容 紙芝居やパネルシアター

【①～⑫共通】

▶ところ 当日、直接児童館こどもの城で確認を ▶申し込み 当日、直接会場へ

にこにこバースデー

▶とき 11月1日(木)午前11時～同30分 ▶内容 親子で一緒に誕生日カードを作成(手形、身長・体重測定)して誕生会を楽しむ ▶対象 市内に在住で11月に3・4歳になる未就園児と保護者 ▶定員 10組(先着順) ▶ところ 美術工芸室 ▶申し込み 10月1日(月)～23日(火)に直接または電話で児童館こどもの城へ

休館日/10月11・25日(木) ※館内消毒のため24日(水)は臨時休館します。 開館時間/午前9時～午後6時

ご利用ください! 市内循環バス“ぐるっとくん”平方循環で「こどもの城」下車