

情報



暮らし



子ども・子育て支援調査
アンケートにご協力を

子ども・子育て支援事業計画の策定に向けて、保育ニーズや子育て支援、生活状況などに関するアンケート調査を実施します。対象者には調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。

▼実施期間 2月5日(水)～19日(水) ▼調査対象 保育所入所を待っている児童がいる全世帯と市内の13～18歳の人がいる世帯(600世帯)、19～49歳の人がいる世帯(1,000世帯)を無作為抽出
↓子ども支援課(☎7751-5120・☎7745342)

大学等卒業予定者 就職面接会

▼とき 2月27日(木)午後1～4時午後0時10分から受け付け) ▼ところ 大宮ソニックシティ地下展示場
▼対象 平成26年3月大学

(院)・短大・高専・専門学校等卒業予定者(既卒3年以内の人も可) ▼参加費 無料
▼持ち物 履歴書、自己PR書または職務経歴書 ▼申し込み 当日、直接会場へ ※ハローワークに登録がある人は、ハローワークカードをお持ちください。

※参加企業など詳しい情報は、埼玉労働局のホームページ(<http://saitama-roudoukyokujiste.mhlw.go.jp>)をご覧ください。
↓埼玉新卒心援ハローワーク(☎65012234・☎6501144)

国民年金保険料は 便利でお得な口座振替で

保険料の納付は、支払いの手間が省ける口座振替が便利です。「前納」すると割引もあります。

①口座振替の前納

保険料の納付を口座振替で前納すると割引額が増えます。保険料を現金払いで1年分を前納すると3,200円の割引ですが、口座振替で前納すると3,780円の割引になります(平成25年度額)。6カ月分の前納も口座振替がおすすめです。また4月からは、2年度分を口座振替で前納す

ることが可能になり、1万4千円程度の割引になります。*1・2年度分と上期6カ月(4～9月)分の口座振替の前納は2月28日(金)までに申し込みが必要です。

②口座振替の当月「早割」

月々の納付も口座振替の「早割」(当月保険料の当月末日振り替え)がお得です。口座振替による毎月納付の場合、通常の振替日は翌月末日ですが、申請により当月末日振り替えの「早割」に変更すると、保険料が月額50円引きになります。

▼申し込み 年金手帳または納付書、預(貯)金通帳、通帳届け出印を用意して、金融機関か郵便局または大宮年金事務所へ
↓大宮年金事務所(☎65213399)

里親制度を知っていますか 里親を必要としている 子どもがいます

里親とは病気や家庭の事情など何らかの理由で、親が子どもを育てられない場合に、一時的または継続的に子どもを家庭に迎え入れ養育する人のことです。里親になるには、一定の要件を満たす必要がありますが、原則として特

<p>送迎 草津温泉リゾート 冬の御世界へ! スノーシュー、スキー、スノーボード、雪見酒 10名以上のグループに最適! 1名様以上で総額1万円～1.5万円(税別) ●各種健康保険適用ホテル http://www.kusatsu-gpp.com 〒377-1211 群馬県吾妻郡草津町草津温泉464-528 Tel: 0279-1881-3960 Fax: 0279-1881-3960 ☎0279 (88) 3960 E-mail: otolawase@kusatsu-gpp.com 草津グリーンパークパレス</p>	<p>送迎 湖畔のホテルリゾート 美しい汗ばむわれる! 温泉・スノー・スキー 軽井沢・高城・北本・湖東・北湖黒沢までの送迎可 お食事・法事・宴会承ります ●東船山・高城駅より車で15分 ●バスまで直結 http://www.friend-yoshimi.co.jp 〒355-0106 埼玉県北本郡長井町大字東船山602 Tel: 0493-54-1000 Fax: 0493-54-1000 ☎0493 (54) 2030 E-mail: otolawase@friend-yoshimi.co.jp フレンドシップ ハイツよしみ</p>
---	---


結婚しましょう!! ☎048-786-1412

親身になり、無料で相談をし、料金も納得できます。

女性会員と公務員の登録者多数!!

元警察官の結婚相談室
あいだ結婚相談室
室長 会田和夫
〒363-0028 桶川市下日出谷西2-13-1

大手仲人会加盟



親類同学会実施中 転編入・不登校 ご相談下さい 必要時院予約

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・個別相談随時受付!

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
①ハイペース 全日型スタイルで充実の高校生活	①学習 中学復習から大学受験まで
②マイペースで選ぶ週3日の通学	②生活 選べる登校で できることから!
③まずは週1回からの通学でトライ	③進路 キャリア教育で希望進路実現!

精華学園高等学校 上尾学習センター
〒362-0071 埼玉県上尾市井戸大2-22 研修部 電話 048-856-9800



市の各施設 ◆ 3月の休館日

- 図書館／毎週月曜日
- ことぶき荘／毎週土・日曜日、21日(祝)
- コミュニティセンター／24日(月)
- イコス上尾／毎週月曜日
- 児童館アッピーランド／18日(火)
- 児童館こどもの城／13・27日(木)
- 健康プラザわくわくランド／毎週水曜日

▼とき 2月23日(日)午前10時～午後4時

遺言・相続無料相談会

▽埼玉県中央児童相談所
 (☎7754152)

別な資格は必要ありません。
 ●里親入門講座を開催
 里親になって子どもを育ててみたい、里親に興味がある人のために講座を開催します。
 ▼とき 2月22日(土)午後1時30分～4時 ▼ところ 県中央児童相談所(上尾村1242-1) ▼内容 里親制度・児童養護施設の概要説明、里親による養育体験談、情報交換など ▼申し込み 2月20日(木)までに電話で県中央児童相談所へ
 ↓埼玉県中央児童相談所(☎7754152)

●面談相談(1組30分)
 ▼ところ 大宮ソニックシティ8階 ▼申し込み 2月21日(金)午後5時までに電話で埼玉司法書士会へ
 ●電話相談
 ☎87218055(当日だけ通話可・予約不要)
 ↓埼玉県司法書士会(☎86317861)

図書館の臨時休館

図書館本館と上尾駅前・大石・瓦葺・平方・たちばなの各分館、上平・原市・大谷の各公民館図書室は蔵書点検のため、2月17日(月)～24日(月)は臨時休館します。休館中の図書は返却は、ブックポストにお願いします。
 ↓図書館(☎7731852)
 ↓図書館(☎77617330)

群馬県片品村のレジャー施設の優待券が利用できます

今シーズンのスキー場の1日フリーパス券を優待料金で購入できます。
 ▼利用施設 かたしな高原スキー場・スノーパーク尾瀬戸倉・武尊牧場スキー場・オグナほかかスキー場・サエラスキーリゾート尾瀬・丸沼高原スキー場 ▼利用期間 今シーズンのスキー場営業終了日まで ▼対象 市内に在住か通勤の人 ▼利用方法 市観光協会窓口で「レジャー施設優待券」を受け取り、利用当日に各施設に提示
 ※割引で利用できる宿泊施設などもありますので、詳しくは市観光協会に問い合わせるか、ホームページ(☎http://www.geo-kankou.com/)をご覧ください。
 ↓上尾市観光協会(☎7755917・☎7755024)

交通遺児手当の申請を

市内に住所がある義務教育終了前の児童の両親またはそのどちらかが、交通事故によって死亡または重度の障害を負った場合に、生活を共にし、その児童を養育している保護者に交通遺児手当を支給します。
 ▼支給額 遺児1人につき月額3千円 ▼申請方法 交通事故を証明する書類、死亡診断書または障害を負っていることを証明する書類(コピー可)、印鑑、保護者名義の預(貯)金通帳を用意して、こども支援課(市役所2階⑤番窓口)へ
 ↓こども支援課(☎77515120・☎77415342)

2月無料体験学習スタート! 広告

好奇心を、まがひの意欲につなげます

たしかな学力を身につけるために、小さいうちから、KUMONでまがひの体験をスタートさせませんか。まがひの純粋な感覚で身近な「ことば」、「かず」とふれ合いながら、将来まで役立つまがひの力をぐんぐん伸ばします。

2/15(土)～2/28(金) 講座中4回授業できます!

●費用/無料 ●対象/幼児、小学生～高校生
 ●教科/算数・数学、国語、英語

無料お試しキャンペーン

「Baby Kumon」は、ご家庭で「楽しく」「楽しく」教わり、学習の効果がでます。「Baby Kumon」でお子さまの学びが楽しくなることを目指しています。この期間、無料でお試しできるキャンペーンを実施します。どうぞお気軽にご参加ください。

2/1(土)～2/28(金)

期間中「Baby Kumon」お試しパック(無料)で2週間、ご家庭で楽しく学習の効果がでます。

●対象/0～6歳の幼児とお子さまと保護者さま
 ●参加費/無料

KUMON ★お申込・お問い合わせは★
 0120-372-100

学研のサービス付き高齢者向け住宅 広告

学研ココファン東大宮

入居一時金 0円

サ高住の住まい方をミナー & 昼食付き肉見合い開催

日程: 2/7(金) 2/17(月) 2/27(木) ※イメージ

時間: 10:30～12:30
 場所: ココファン東大宮現地 (詳しくは内覧会にて)

上尾市瓦葺1902-1 ※JR東大宮駅西口下車徒歩12分

株式会社 学研ココファン 内覧会申し込み先 ☎0120-681-558

整体なんて、どこへ行っても同じではない! 広告

上尾市役所前 口コミで人気 ポキポキしない気功整体 (健全日本京ソフト整体院)

あれ程辛かっためまいが治っている事が不思議な気持ちです。(女性・71歳) 腰痛、膝変形症、頸椎病、五十肩等。テレビやマスコミなどに取り上げられた有名な所に半年くらい通っても良くなかった中年女性(坐骨神経痛)が、改善された実績もあります。無理やり回数券を販売せず、誠心誠意の施術を心がけています。

土、日、祝日も施術します。 定休日: 水曜日
 初回50分コース6千円が3千円に。HPは「上尾北京整体」で検索。
 ☎048・771・9168



▼とき 3月9日(日)受け付け／午前9時～、開会式／午前9時30分、試合開始／午前9時45分、▼ところ 上尾市民体育館 ▼対象 市内に在住か在勤または在学の人で編成されたチーム ▼種目 ①ファミリーの部(30歳以上の男女各2人と小学生4人の計8人)②トリムA(18歳以上の男女各4人の計8人)③トリムB(18歳以上の女子8人)④トリムC(50歳以上の

大会 上尾市ソフトバレーボール



小学校給食レシピ¹⁸ 豆腐のそぼろ丼

⇨学校保健課(☎775-9683・FAX775-5633)



●材料1人分

材 料	分量(?)	材 料	分量(?)
1 麦ごはん	72	9 砂糖	1.3
2 炒め油	1.3	10 塩	0.1
3 根しょうが(みじん切り)	0.5	11 みりん	2.4
4 鶏ひき肉	35	12 粉末昆布	0.5
5 にんじん(千切り)	12	13 絞豆腐(豆腐を水切りしたもの)さいの目切り	60
6 干しいたけ(スライス)	1	14 小松菜(3?)	30
7 しょうゆ	5	15 片栗粉	2
8 酒	2	16 水	4

※分量は、給食(大量調理)で作る量です。家庭で調理する際は、調整してください。

●作り方

- ①干しいたけは水で戻しておく。
- ②小松菜をゆでて切る。
- ③7～12の調味料は合わせておく。
- ④鍋に油を熱し、根しょうがを入れ香りを出し、鶏ひき肉を加え炒める。
- ⑤鶏ひき肉に火が通ったら、にんじん、干しいたけの順に加え、よく炒める。
- ⑥材料に火が通ったら③で合わせた調味料を入れる。
- ⑦鍋にお湯を沸かし、さいの目に切った豆腐をゆでる。
- ⑧⑥に豆腐、小松菜を加え、ゆっくりかき混ぜながら1～2分煮る。
- ⑨水溶き片栗粉でとろみをつける。

男女各4人計8人)⑤トリムD(50歳以上の女子8人) ▼参加費 1チーム2千円 ▼申し込み 郵送またはファクスで種目、チーム名、代表者の住所、氏名、電話番号、選手全員の氏名と年齢を記入して、3月1日(土)までに上尾市バレーボール連盟の泉田実(〒362-0047今泉22-1-18)へ ▼泉田(☎781-8158)

上平公園ジョギング教室

▼とき 2月19・26日、3月5・12日のいずれも水曜日(全4回)午前10時～正午 ▼ところ 上平公園多目的広場、

市民球場会議室他 ▼対象 初級者 ▼定員 25人(先着順) ▼参加費 500円(保険料など) ▼申し込み 2月3日(月)～13日(木)午前8時30分～午後5時に上平公園管理事務所へ ▼(公財)上尾市地域振興公社(上平公園内、☎776-8986・FAX776-1332)

市民スキー・スノーボード大会とバジニアスト

①市民スキー・スノーボード大会 ▼とき 3月2日(日) ▼内容 各クラス(小学生男女の部、中学生男女の部、成年女子の部、成年1部(29歳以下)、成

韓国語市民講座

韓国ドラマ・K-POPが
もっと楽しくなる!

8,000円

—春日部・大宮・浦和・越谷— 入門クラス全12回 受講料

内容：ハングルの読み書き・自己紹介・簡単な会話を学習します
会場：春日部 3/4 (火)、大宮 3/5 (水) & 3/8 (土)、浦和 3/6 (木)、越谷 3/7 (金)
受講料：全12回8,000円(1回75分/週1回) 別途教材費2,000円
時間：①18:00～②19:30～※大宮 3/8 (土)は③13:30～④15:00～のみ実施
※最少催行人数14名、在籍生徒数1,358名

0120-870-530

一般財団法人 八才韓国語講座
受付時間：月～金曜 10:00～18:00
大阪府東大阪市下条町18-15 F A X 0725-23-1268

申込・問合せ

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)

◆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
時間外相談は予約時にご相談ください
さいたま市浦和区高砂2-1-2駒崎ビル402



次回の納付期限
2月28日(金)

- ◇国民健康保険税……………第8期
- ◇介護保険料……………第8期
- ◇後期高齢者医療保険料……………第8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

年2部(30歳以上)、成年3部(40歳以上)、成年4部(50歳以上)、成年5部(60歳以上)、スノーボードの部に分かれて競技 ▼定員 1000人(先着順) ▼参加費 小・中学生/千円 一般/2千円
②スキー・スノーボードバツジテスト
▼とき 3月1日(土) ▼内容 講習会・バツジテスト
▼参加費 2千円
【①②共通】
▼ところ 鹿沢スノーエリア(群馬県嬬恋村) ▼集合 午前8時~同30分に直接、スキー場内のレストハウスへ
▼申し込み 2月17日(月)までに参加費を用意して直接、ベストスキーサービス(西宮下2-318)へ

第113回上尾市野球大会

※電話での申し込みはできません。保険は各自で加入してください。
▽上尾市スキー連盟の内田(☎090-803218516)
▼とき 4月6日(日)から毎週日曜日 ▼ところ 上尾市民球場他 ▼参加費 1チーム7千円(登録料1万円) ▼申し込み 申込用紙(野球連盟事務局にある。前回大会参加チームには郵送)に必要事項を記入して2月28日(金)まで(必着)に郵送で市野球連盟事務局の遠山洋司(〒362-0031東町1-7-11)へ
※総会・主将会議を3月9日(日)に上尾市文化センター小ホールで開催します。
▽遠山(☎774-0660・☎774-1330)



アッピー元气体操リーダー

▼対象 次の①~③に該当する人
①おおむね50歳以上70歳以下で健康である(血圧159/94、脈拍99以下)
②養成講座に8回以上出席できる
③養成講座修了後、週1回程

度公民館、集会所などでアッピー元气体操のリーダー活動ができる

●養成講座

▼とき・ところ 左表のとおり(10日間コース。時間はいずれも午前9時30分~11時30分) ▼内容 高齢者の介護予防、アッピー元气体操、アツピーせらばん体操、救急法など ▼定員 60人(先着順)
▼申し込み 2月3日(月)~4月18日(金)に直接か電話またはファクスで住所、氏名、生年月日、性別、電話番号を高齡介護課(市役所2階③番窓口)へ

回	とき	ところ
1	5月21日(水)	市民体育館卓球室
2	30日(金)	
3	6月5日(木)	
4	12日(木)	大石公民館体育室
5	18日(水)	
6	26日(木)	
7	7月3日(木)	上平公民館体育室
8	9日(水)	
9	15日(火)	
10	24日(木)	

※とき・ところは変更する場合があります。

190・☎77618872
▽高齡介護課(☎77514)

地域の皆さまに、感謝の気持ちで心優しいサービスを

プラザオノ上尾店 メモリアルホール

30名様以内の
心あたたまるお葬式

かぞく

誕生

自社式場だからできる
2つのメリット+1

- 式場使用料 ¥0です
 - 祭壇使用料 ¥0です
 - 香典返し 20% offです
- (メーカー希望小売価格より)



「もしものときに…」まず、お電話ください。
フリーダイヤル

365日
24時間
受付

0120-33-7475

3つの地域密着型メモリアルホール
プラザオノ上尾店 上尾市緑丘 2-5-2
プラザオノ福川店 福川市若宮 1-1-19
プラザオノ北本店 北本市山中 1-115

「県央みずほ斎場」「つつじ苑」での式場葬も承ります。
プラザオオノ(有)

屋根・外壁塗装、リフォーム全般

「外壁・屋根の塗装を考えたら」

施工実績相談件数 20年で4,793件

<http://proreform.net/gaina>

塗装工事に役立つノウハウと小冊子をプレゼントします。

お申し込みは「低コスト・リフォーム研究会」

フリーダイヤル(0120-924-753)FAX048-675-1500

上尾商工会議所会員 上尾市本町5-17-13

清水光枝と仲間達のパッチワークキルト展

場所 北本市文化センター第一・第二会議室 入場無料
日時 3月2日(日)~3月5日(水) Am9:30~Pm7:30
(最終日Pm1:00まで)

パッチワーク作品大作・小物・
つるしびな展示

1階ロビー日本一のおひなさま展示
先着 200名様 人形プレゼント

問い合わせ先 090-2333-6328 (清水)



登録手話通訳者選考試験

▼試験日 2月23日(日)午前9時～正午 ▼会場 上尾市総合福祉センター ▼内容 筆記試験、手話読み取り、手話表現、面接 ▼募集人数 若干名 ▼対象 市内に在住か在勤の20歳以上で、聴覚障害者福祉に理解があり、次の①②に該当する人/①手話通訳者養成講習会を受講、またはおおむね同等の技術がある
②手話通訳活動の経験が2年以上ある ▼申し込み 申請書(障害福祉課(市役所2階)①番窓口)、上尾市社会福祉協議会(市総合福祉センター内)にある)に必要事項を記入して、2月10日(月)まで(必着)に直接または郵送で障害福祉課(T36278501本町3-1-1)へ ※土・日曜日、祝日は受け付けできません。
↓障害福祉課(☎77515122・☎77618872)

上尾市生徒指導支援員(上尾市臨時職員)

▼期間 4月7日(月)～平成27年3月26日(木) ▼募集人数 4人程度 ▼対象 学校教育に関心が強く、青少年健全育成に意欲がある20歳以上の人 ▼内容 市内中学校での校内巡回を中心とした生徒指導の支援 ▼勤務日・時間 週4日(月・火・木・金曜日)または週5日(月～金曜日)午前9時～午後4時の範囲で、実働5.5時間 ▼時給 820円(予定) ▼通勤費 1日150円(予定) ▼申し込み 申請書(指導課(市役所7階)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、2月14日(金)までに直接指導課へ
↓指導課(☎77519672・☎77515633)

平成26年度公立保育所で働く臨時保育士等の名簿登録者

公立保育所では、保育所職員の代替保育士、日常保育補助を行う短時間保育士、時間外に勤務する時間外パート職員を「臨時職員名簿登録者」の中から採用しています。この名簿に登録する人を募集します。

①代替保育士

▼勤務時間 月～土曜日の午前8時30分～午後5時(うち休憩時間60分、週5日勤務)
▼日給 7,875円(時給1,050円) ▼対象 保育士資格がある60歳までの人 ※社会保険に加入します。

②短時間保育士

▼勤務時間 月～土曜日の午前7時～午後7時(土曜日は午後6時)のうち、1日4時間30分(週4日勤務) ▼時給 980円(延長保育時間は1,050円) ▼対象 保育士資格がある60歳までの人

③時間外パート職員

▼勤務時間 月～金曜日/午前7時～8時30分、午後5～7時、土曜日/午前7時～8時30分、正午～午後6時(ローション勤務のため、部分勤務が可能) ▼時給 1,050円 ▼対象 63歳までの人(保育士資格がある人を優先)

【①～③共通】

▼勤務場所 市内公立保育所16カ所のうち、勤務可能な保育所 ▼交通費 2～4千円未満/100円、4千円以上/150円(代替保育士は公共交通機関利用の場合実費支給)

▼登録方法 履歴書と臨時職員登録申請書(保育課(市役所2階)にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入の上、写真、資格証明書の写し(③時間外パート職員を除く)を用意して保育課へ ※登録受け付けは随時行っています。採用は、登録後必要になった保育所で面接

長野県上田市の「稲倉棚田」オーナー

市と防災協定を結んでいる長野県上田市内にある「稲倉棚田(日本の棚田百選のオーナー)を募集します。

▼内容 100平方メートルの区画で田植えと稲刈りを体験(白米コース/3万5千円、玄米コース/3万円、もち米コース/3万5千円)

※詳しくは募集要項(農政課(市役所5階)にある)または上田市ホームページ(☎http://www.city.ueda.nagano.jp)をご覧ください。

↓農政課(☎77517384・☎77519872)

BBS会員

BBS会(ビッグ・ブラザーズ・アンド・シスターズの頭文字を取った青年ボランティア団体)では「非行防止活動」や、非行の恐れのある少年の良好な友達になって兄や姉の立場で相談に応じる「ともだち活動」を行っています。

▼活動目的 非行少年の立ち直りとその成長過程を側面か

広告

設立35年の実績とノウハウ

13名の弁護士が、あなたの問題解決を力強くサポートします



- 相続・遺言
- 交通事故
- 離婚
- 労働事件
- 債金問題
- 消費者被害

その他にも広く様々な法律に関するご相談に対応しております
ご予約はお気軽にお電話下さい

048-645-2026

平日9:00～18:00(土日・祝日定休)



埼玉中央法律事務所
〒350-0001 埼玉県東区高野2-28 高野ビル4階(受付)



「上尾市まなびすと指導者バンク」では、さまざまなる技術・技能・経験を持つ指導者を登録し、指導者を必要としている人にその情報を提供しています。

上尾市まなびすと指導者バンク登録者

▼申し込み 往復はがきに住所、氏名、電話番号を記入して、2月24日(月)まで(必着)に農政課(T36218501本町3-1-1)へ
 ↓農政課(☎77517384・☎77519872)

市民農園「アグリプラザ平塚」の平成26年度新規利用者(空き区画)

▼対象 18〜30歳くらいで、青少年の友達になつて活動する他、月1回以上会議に出席できる人 ▼申し込み 電話で保護司の田端へ
 ↓田端(☎77312410)

▼ところ 上尾市民農園「アグリプラザ平塚」(平塚1516) ▼対象 市内に在住の人 ▼募集区画数 10区画前後(抽選) ▼使用料 30平方メートル/年額1万2千円、50平方メートル/年額2万円、6平方メートル/年額2,400円(福祉区画)

講座

生涯学習ボランティア指導者養成講座

生涯学習ボランティア指導者として活動するために必要なスキルなどを身に付ける講座を開催します。

▼とき・内容・講師 下表のとおり ▼ところ 上尾公民館402 ▼対象 市内に住居の人で3回とも参加でき、Wordで文字入力ができる人 ▼定員 30人(応募者多数の場合は抽選) ▼持ち物 Word2010がインストールされたパソコン(2

▼登録要件 次の①〜④の全てに該当する人/①指導者バンクの目的に理解・賛同する②各学習分野で優れた資質や能力を持った人、または得意な技術・知識・経験がある③市内で指導者として活動している④指導者として政治・宗教・営利活動を目的としない ▼申し込み 申請書(生涯学習課(市役所7階)にある)に必要事項を記入の上、指導資格の免状の写しなどを用意して直接、生涯学習課へ
 ↓生涯学習課(☎7751490・☎77612250)

▼登録要件 次の①〜④の全てに該当する人/①指導者バンクの目的に理解・賛同する②各学習分野で優れた資質や能力を持った人、または得意な技術・知識・経験がある③市内で指導者として活動している④指導者として政治・宗教・営利活動を目的としない ▼申し込み 申請書(生涯学習課(市役所7階)にある)に必要事項を記入の上、指導資格の免状の写しなどを用意して直接、生涯学習課へ

セルラーの講師が、心も体も健康的に働くためにストレスとうまく付き合う方法を講義します。

就職セミナー

↓生涯学習課(☎7751490・☎77612250)

	とき	内容	講師
第1回	3月12日(水)	「市民が集まる・魅力ある講座の秘訣おしえます」～企画・立案の仕方、キャッチコピーの考え方～	坂田静香さん (エセナおおた理事長)
第2回	3月19日(水)	「行列のできるチラシづくり」～ワードで作ろう魅力的なチラシ～	
第3回	3月26日(水)	「初対面で相手の心をつかもう」～コミュニケーション力UP大作戦～	大成達夫さん (まなびすと指導者)

※時間はいずれも午後2～4時です。

日目)、筆記用具 ▼申し込み 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して、2月25日(火)まで(必着)に生涯学習課(T36218501本町3-1-1)へ

得する街のゼミナール

上尾まちゼミ

↓商工課(☎77714441・☎77515024)

▼とき 2月10日(月)〜3月10日(月)で店舗ごとに決められた日時 ▼内容 市内の商店街のお店が講師となり、専門知識やプロならではのこつを店舗内で1時間程度提供する少人数のゼミ ▼参加費 無料(材料費は自己負担) ※詳しくは上尾商工会議所発行の広報紙「あびお」2月号または上尾商工会議所ホームページ(<http://www.ageocci.or.jp>)をご覧ください。

▼とき 3月4日(火)午前9時30分〜正午(9時〜受け付け) ▼ところ 上尾市プラザ22 ▼内容 ストレス対応・働く人のメンタルヘルス ▼定員 30人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月4日(火)午前9時から電話で商工課へ ※雇用保険受給者には受講証明書を発行します。

経験豊かなキャリアカウンセラーの講師が、心も体も健康的に働くためにストレスとうまく付き合う方法を講義します。

就職セミナー

↓上尾商工会議所(☎77313111・☎77519060)

上平公園剪定講座

バラの冬季剪定編

▼とき 2月20日(木)午前10時〜正午 ▼ところ 上平公園芝生広場・市民球場会議室 ▼内容 1級造園技能士によるバラの基礎知識講習と剪定実技指導 ▼対象 初心者 ▼定員 15人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月3日(月)午前8時30分から直接または電話で上平公園事務所へ

↓(公財)上尾市地域振興公社(上平公園内、☎77618986・☎77613322)

環境問題学習会

▼とき 2月14日(金)午後6時15分〜8時 ▼ところ 上尾市プラザ22 ▼内容 埼玉県子ども動物自然公園園長・日橋一昭さんによる講演「変わりゆく動物園」 ▼定員 50人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月12日(水)までに直接か電話、ファクスまたはメールで環境政策課(市役所4階)へ

※手話通訳が必要な人は、申込時にお知らせください。

↓環境政策課(☎77519255・☎77519927・F251000@city.ageo.lg.jp)

平成26年度

上尾市身体障害者福祉センター

ふれあいハウス デイサービス教室

⇨社会福祉協議会「ふれあいハウス」(☎776-2235・☎772-8647)

▶ところ 上尾市総合福祉センター ▶対象 市内に在住で身体障害者手帳と市発行の「上尾市特定地域生活支援事業サービス受給者証」を支給されている人 ▶利用料 「受給者証」に記載されている障害区分負担額(生活保護受給世

帯、非課税世帯を除く)、創作活動の材料費 ※昼食代は実費です。 ▶申し込み 2月24日(月)までに直接または電話で上尾市身体障害者福祉センターふれあいハウスへ ※送迎サービスはありますが、入浴サービスはありません。

教室名	と き	内 容	
料理教室(ライシイ会)	毎月第1金曜日	午前10時～午後1時	和食や洋食など、さまざまな料理の作り方を学ぶ
パン教室①(くるみ会)	毎月第2金曜日	午前10時～午後1時15分	菓子パンや調理パンなど、さまざまなパンやデザートを作る
パン教室②(オリーブ会)	毎月第3金曜日		
歌声教室	毎月第3木曜日	午前10時～正午	いろいろな曲を楽しく歌い、心身をリフレッシュする
絵手紙教室	毎月第3木曜日		絵手紙の描き方、配色、文章の入れ方などを学ぶ
パステル画教室	毎月第2月曜日		画題を基にパステル(クレヨンのようなもの)を使って絵を描く
陶芸教室	毎月第4月曜日		お茶碗や箸置きなどを作る
革工芸教室	毎月第1月曜日		キーホルダーやカードケースなどを作る
ガーデニング教室	第5木曜日(年4回)		花の特性やガーデニングの基本を学ぶ
失語訓練教室	毎月第1木曜日		言語聴覚士による機能訓練(発声練習等)を通して社会復帰を目指す
パソコン教室①	毎月第2・4木曜日		パソコンの基本的な操作を学ぶ
パソコン教室②	毎月第4金曜日		エクセルを使った表計算、メール活用などの操作を学ぶ
リハビリ訓練教室	毎月第1・2・3水曜日		理学療法士による機能回復訓練を行い、スポーツやレクリエーションで体を動かす
スポーツ・レクリエーション教室	①毎月第1火曜日	午前10時～午後2時	作業療法士による体操後、歩行訓練やレクリエーションを行う
	②毎月第2火曜日		
	③毎月第3火曜日		
	④毎月第4水曜日		
気功教室	毎月第4火曜日	午前10時～正午	誰でもできる呼吸法やリラクゼーションなど、基本的な気功を学ぶ
視覚障がい者対象料理教室	第5火曜日(年2回)	午前10時～午後1時	和食や洋食など、さまざまな料理の作り方を学ぶ
健康吹矢教室	第5金曜日(年4回)	午前10時～正午	健康を目的に基本的な吹き矢を学ぶ

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)

▶ところ 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 ▶申し込み 往復はがき(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)、電話番号を記入して、生涯学習課まなびすと【平方東市民講座】

係(〒362-8501本町3-1-1)へ ※応募者多数の場合は抽選です。応募者が5人未満の場合は中止になります。 ※持ち物などは返信されたはがきをご覧ください。

と き	講座番号	講座名	対象・定員	参加費	締切	
2/22(土)	平-17	作って楽しい! 見て楽しい! スクラップブックで素敵なアルバム作り	小学生以上 12人	700円	2/12(水)	
	平-18	大切な人に「おめでとう」の気持ちを込めて! 誕生日に贈るフラワーアレンジメント講座	20歳以上 20人	1,500円		
2/22(土) 3/1(土)	連続	平-19	日記俳句とは～小林一茶の作品に触れる～	20歳以上 20人		600円 (2回分)
		平-20	心も体もリフレッシュ! 笑顔いっぱいヨーガ	20歳以上 15人		1,000円 (2回分)
3/1(土)	平-21	文化箏のすすめ～唱歌・わらべ唄を演奏してみませんか?～	20歳以上 10人	300円	2/19(水)	

【芝川市民講座】

と き	講座番号	講座名	対象・定員	参加費	締切
3/1(土)	芝-16	無理せず楽しく気持ちよく! ストレッチ健康体操	20歳以上 15人	300円	2/19(水)

【富士見市民講座】

と き	講座番号	講座名	対象・定員	参加費	締切	
2/22(土) 3/1(土)	連続	富-19	パソコン音楽とは? 楽器、音楽のワープロ、カラオケ工場としてのパソコンの魅力を紹介	中学生以上 10人	2,000円 (2回分)	2/12(水)
3/1(土)		富-20	雛祭りのいけばな～上巳の節句に桃の花を生ける～	小学5年生以上 10人	1,200円	2/19(水)



催し



農業体験教室(ジャガイモ)

▼とき 3月15日(土)午前9時～ ▼ところ 市民農園アグリプラザ平塚(平塚1516) ▼内容 親子でジャガイモの種芋を植え付け、夏に収穫する ▼対象 市内に在住の小学生と家族

▼定員 20家族(応募家族多数の場合は抽選) ▼参加費 1人20円(保険料) ▼申し込み 往復はがきに教室名、住所、氏名、学校名、学年、電話番号、参加人数を記入して、2月17日(月)まで(必着)に農政課(〒362-8501本町3-1-1)へ

4・農政課(☎775-7384・☎775-9872)

RevA(復興ボランティアチーム・上尾)活動報告会

▼とき 2月15日(土)午後1時30分～4時 ▼ところ イコス上尾ホール ▼内容 「陸前高田、今までとこれから」被災地から復興地へ」と題し、東日本大震災での経験や教訓と、これからの被災地支援のあり方などを、陸前高田市の民生児童委員副会

長、仮設住宅支援NPO法人事務局長、難民支援協会震災支援コーディネーターがそれぞれの立場から話す ▼定員 286人 ▼参加費 無料

▼申し込み 住所、氏名、性別、年齢、登壇者への質問を2月14日(金)まで(必着)にファクスでRevAへ

↓RevA(☎080-6781-0311・☎772-9709)

障がい者作品展示即売会

▼とき 2月15日(土)～18日(火)午前10時～午後7時30分(15日は午前11時から、18日は午後4時まで) ▼ところ 丸広百貨店上尾店6階特設会場 ▼内容 市内の障がい者施設・団体によるパン・クッキー・まんじゅうなどの手作り食品や、陶器・布製品などの展示・販売

↓障害福祉課(☎775-5122・☎776-8872)

大人のためのおはなし会(春)

▼とき 3月5日(水)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 『おすだんなど、おすおくさん』『三つめの願い』他

▼申し込み 住所、氏名、性別、年齢、登壇者への質問を2月14日(金)まで(必着)にファクスでRevAへ

語り手 上尾おはなしの会 ▼定員 60人(先着順) ▼入場料 無料 ▼申し込み 直接か電話またはファクスで図書館(本館)へ

※小さな子ども連れは、ご遠慮ください。

↓図書館(☎773-8521・☎776-7330)

One dayユニバーサル・カフェ

「だれもがその人らしく、ほっとする場所」ホットなライブで暖ったかカフェ」を開催します。

▼とき 2月8日(土)午前10時30分～午後3時30分 ▼ところ 上尾東武ホテル3階コミュニティホール ▼内容 橘光顕さん(東日本大震災被災者の会)ひまわり代表の歌とお話、早川真理子さん(市内在住のシンガーソングライター)のミニライブ、マッサージ、相談コーナー他 ▼入場料 無料

↓ユニバーサル・カフェ・プロジェクトチームの陣内(☎726-6431)

上尾伊奈斎場つつじ苑施設見学会

▼とき 2月25日(火)午前10時～11時 ▼ところ 上尾伊奈斎

場つつじ苑(瓦葺150) ▼内容 基本的な葬儀の流れの説明を受けながら、施設を見学する ▼対象 上尾市・伊奈町に在住の人(未就学児を除く) ▼定員 30人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月3日(月)～14日(金)午前10時～午後5時7日(金)、13日(木)を除く)に電話またはファクス(住所、氏名、年齢、日中に連絡のつく電話番号を記入)で上尾伊奈斎場つつじ苑へ

↓上尾伊奈斎場つつじ苑(☎720-7870・☎723-8321)

第4回こご輪セミナー

▼とき 2月8日(土)午後2時～4時30分 ▼ところ 上尾公民館401 ▼内容 精神障害当事者の体験発表、シ

ンポジウムなど ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ

↓聖学院大学相川研究室(☎780-1863・☎780-1804)

(公財)県生態系保護協会 上尾支部の催し

身近な自然の保全再生作業と自然観察

▼とき ①2月9日～3月2日の毎週日曜日(小雨決行) ②2月28日(金)(雨天中止) ▼ところ ①サクラソウトラスト地(領家)②三ツ又沼ピオトープ(平方) ▼集合 ①午前8時50分・東武バス西上尾車庫前②午前10時・三ツ又沼前(フ又ギ広場)

※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)

上尾国際交流会創立25周年記念

姜尚中さん講演会

→AIFA上尾国際交流会(☎772-1217)



《プロフィール》

かん・さんじゅん 1950年熊本県熊本市生まれ。東京大学大学院情報学環・学際情報学府教授を経て、現在聖学院大学全学教授。専攻は政治学、政治思想史。2014年4月より聖学院大学学長就任予定。主な著作として『マックス・ウェーバー近代』『在日』など。

▶とき 3月29日(土)午後6時45分～8時45分(開場6時30分) ▶ところ 上尾市コミュニティセンターホール ▶内容 姜尚中さんの講演「異なるものの共生～地域から『地域』へ 第2編」 ▶定員 350人(先着順) ▶参加費 1,000円 ▶申し込み 2月1日(土)からメール(☎aifa1988ageo@yahoo.co.jp)でAIFA上尾国際交流会へ



防犯講演会 「防犯は想像力だ!!」

▼とき 2月22日(土)午前10時～11時30分 ▼ところ 上尾市コミュニティセンターホール ▼内容 犯罪被害者にならないための手段などを古屋義博さん(防犯エバンジェリスト(伝道師))が実際の犯罪の山口・対策の実演を交えながら講演する ▼定員 350人(先着順) ▼参加費 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、公共の交通機関を利用してください。

↓市民安全課(☎77515140・☎77519927)

図書リサイクル

図書館で所有・保管して不要になった本や雑誌を無料で頒布します。

▼とき 3月1日(土)・2日(日)午前9時30分～午後4時 ※30分ごとに40人の入れ替え制です。 ▼ところ 図書館(本館2階集会室) ▼対象 小学生以上 ▼定員 各日560人(先着順、1人10冊まで) ▼申し込み 各日とも、午前8時45分～9時に入口で整理券を配布(その後は会場前で整理券を配布)

※駐車台数に限りがありますので、車での来館はご遠慮ください。

↓図書館(☎77338521・☎7767330)

NPO法人 荒川の自然を守る会の催し

①野の花いっぱい、里山再生プロジェクト
▼とき 2月9日(日)午前9時30分～正午 ※小雨決行です。 ▼集合 午前9時30分・上尾丸山公園南口

②草原の観察と外来植物抜き
▼とき 2月23日(日)午前9時30分～正午 ※小雨決行です。 ▼集合 午前9時30分・三ツ又沼ビオトープ駐車場(平方)

※詳しくは同会の菅間へ問い合わせてください。

↓菅間(☎09096415288)

自然のおもてなし♡ ～春と出会おう～

▼とき 3月15日(土)午前8時30分集合、午後4時解散予定 ▼ところ 埼玉県自然学習センター(北本市荒井5-200) ※集合・解散はJR上尾駅です(電車で移動します)。 ▼内容 ネイチャーゲーム、レクリエーション

▼対象 市内に在住の小学3～6年生 ※子どもだけの参加です。 ▼定員 20人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 100円(保険料など) ※交通費は別途かかります。

▼申し込み 往復はがき(1家族1枚)に催し名、参加者氏名(ふりがな)、学年、性別、保護者氏名、電話番号を記入して、2月28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(18～25歳も募集しています。申し込み時に「スタッフ希望」と記入してください。

↓青少年相談員協議会の門馬(☎0800656812493)

ボートレース戸田 2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。

▼開催日 1月30日(木)～2月4日(火)、14日(金)～17日(月)、20日(木)～25日(火) ▼場外発売 1月30日(木)～2月2日(日)、8日(土)～16日(日) ▼ところ ボートレース戸田

↓埼玉県都市競艇組合(☎82318711・☎82318709)

自然学習館 2・3月の催し

⇨自然学習館(☎780-1030・☎726-7901)

- ①自然学習教室 ～野鳥観察入門～
▶とき 2月16日(日)午前9時30分～正午(雨天決行) ▶ところ 上尾丸山公園 ▶集合 工作実験室 ▶内容 ツグミやジョウビタキなど冬鳥を観察する ▶対象 小学生以上 ※小学4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 双眼鏡(貸し出しあり) ▶服装 活動しやすい服装 ▶申し込み 2月1日(土)から直接または電話で自然学習館へ
- ②体験もの作り教室 ～刺身コンニャク～
▶とき 2月15日(土)午前9時30分～午後0時30分 ▶ところ 多目的室 ▶内容 生のイモをすりおろし、刺身コンニャクを作り試食する ▶定員 16人(先着順) ▶参加費 500円 ▶持ち物 エプロン、三角巾、厚手のゴム手袋、おろし金、持ち帰り用の容器 ▶申し込み 2月1日(土)から参加費を用意して、直接自然学習館へ
- ③体験もの作り教室 ～手打ちそば～
▶とき 2月23日(日)午前9時30分～正午 ▶ところ 多目的室 ▶内容 地粉を使ってそばを打ち、試食する ▶定員 16人(先着順) ▶参加費 700円 ▶持ち物 エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器 ▶申し込み 2月1日(土)から参加費を用意して、直接自然学習館へ

- て、直接自然学習館へ
- ④体験もの作り教室 ～食文化・桃の節供「菱餅で祝おう」～
▶とき 3月2日(日)午後1時～3時30分 ▶ところ 多目的室 ▶内容 桃の節供に菱餅と甘酒を作って祝う(1家族1組分) ▶定員 12組(先着順) ※小学4年生以下は保護者同伴です。 ▶参加費 1組600円 ▶持ち物 エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器 ▶申し込み 2月1日(土)から参加費を用意して、直接自然学習館へ
- ⑤天文・科学教室 ～ボイジャー号の旅と春のお星さま～
▶とき 2月22日(土)午後2時30分～4時 ▶ところ 多目的室 ▶内容 無人宇宙探査機「ボイジャー1号」の地球出発から太陽系の果てまでの旅の話と、春の星座の話 ▶定員 20人(先着順) ▶参加費 無料 ▶申し込み 2月1日(土)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



つどいの広場 わんぱく城

⇒つどいの広場「わんぱく城」

(児童館こどもの城1階、☎783-0888・☎781-4466)

▶利用日 毎週火・水・金曜日午前10時～午後3時 ▶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。 ※室内が混雑しているときは、入場制限をする場合があります。

2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	2月7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 ▶申し込み 当日、直接わんぱく城へ ※おたのしみ会は定員10組です(先着順)。
②1歳だけの日	2月14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	2月21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ベビーマッサージ	2月25日(火)午前10～11時	2～6カ月児と保護者	6組	助産師による赤ちゃんのベビーマッサージ ▶申し込み 2月12日(水)から直接わんぱく城へ ※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」

(ニツ宮1156-3、☎・☎778-5102・子育て相談専用電話778-5103)

▶利用日 毎週月～土曜日(祝日・10日を除く)午前10時～午後3時 ※2月3日(月)は休館し、9日(日)に開館します。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保護者 ▶利用料 無料 ※利用初回は登録が必要です。

2月の催し ▶とき・対象・定員・内容 下表のとおり ▶利用料 無料(託児は1人300円) ▶申し込み ②③④⑦/直接または電話でつどいの広場「あそぼうよ」へ ①⑤⑥/当日、直接会場へ ※④の開催中だけ一般の利用は午後からです。

催し名	とき	対象	定員	内容
①あかちゃんの日	2月4日(火)、8日(土)、12日(水)、17日(月)、20日(木)、25日(火)、28日(金) 午前10時～午後3時	乳幼児と保護者	—	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	2月18日(火) 午前10時～正午	子育て中の保護者	10組	子育てをし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」	2月5日(水) 午前10時～正午	妊産婦と子育て中の保護者	10組	おなか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」	2月27日(木) 午前10時～正午	—	15組	子どもや子どものころについて学ぶセミナー テーマ「お友達とうまく遊べない!?～子ども同士の関わりについて考えてみよう～」(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
⑤お誕生会	2月26日(水) 受け付け/午前11時15分～	—	—	みんなで2月生まれの子を祝う
⑥日曜開館	2月9日(日) 午前10時～午後3時	—	—	コマで遊ぼう! 午前10時30分～正午 講師/行川一久さん(遊援隊)
⑦学習会	2月14日(金) 午前10時～正午	—	15組	子どものことや子育てを一緒に考える 講師/清水玲子さん(帝京大学教育学部教授) ※参加には事前申し込みが必要です。

【育児相談】

とーくるーむ 「どんぐり」	「あそぼうよ」開館日 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。
------------------	----------------------	---	---	---

土曜映画会

▼とき 2月1日(土) 第1回/午前10時～11時50分、第2回/午後1時30分～3時20分 ▼ところ 図書館本館2階集会室 ▼内容 『晩春』 ▼定員 各60人(先着順) ▼入場料 無
料 ▼申し込み 当日、直接会場へ

映画会

☎☎773-1852
1
776-7330



▼とき

2月2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 『アリとキリギリス』鬼の子とゆきうさぎ『ピッケと大あざらし』 ▼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

子ども映画会

▼とき 2月2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 『アリとキリギリス』鬼の子とゆきうさぎ『ピッケと大あざらし』 ▼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



児童館アッピーランド 2月の催し

⇒児童館アッピーランド(☎779-7030・☎772-7972)

▶催し名・とき・内容・対象・定員 下表のとおり ▶申し込み ①～⑱/当日、直接会場へ ⑳～㉒/2月5日(水)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

催し名	とき	内容	対象・定員
①つくってあそぼう	2月1日(土)午後2～3時	「おにの的あて」を作って遊ぶ	幼児～小学生
②かがくあそび	2月2日(日)午後2～4時	科学の博士と科学で遊ぼう	—
③節分豆まき	2月3日(月)午後4時～	季節の伝承行事を楽しむ	—
④すくすくひろば	2月6日(木)午前10時30分～11時30分	アレルギー対策について、保健師や保護者同士で話す	0～1歳6カ月児
⑤ビデオ上映会	2月8日(土)①午前11時～②午後2時～	童話や物語の上映	乳幼児～小学生
⑥レクゲームの日	2月8日(土)午後2～4時	「フットベース」を楽しむ	小学生以上
⑦すごろく大会	2月9日(日)午後2～3時	手づくりすごろくを楽しむ	—
⑧いろいろシアター	2月11日(祝)午後3～4時	歌や手遊び、お話を楽しむ	乳幼児～小学生
⑨やぎさん一座の手づくり紙芝居	2月12日(水)午前11時～同30分	手づくり紙芝居の読み聞かせ	—
⑩にこにこひろば	2月13日(木)午前11時10分～同50分	遊びの紹介と友達づくりのひろば	2歳児
⑪おはなし会	2月15日(土)午後1時30分～2時	紙芝居やお話の読み聞かせ	幼児～小学生
⑫シュッポの部屋	2月16日(日)午後2～4時	電車のおもちゃで遊ぶ	乳幼児～小学生
⑬わんぱくひろば	2月17日(月)午前11時10分～同50分	遊びの紹介と友達づくりのひろば	3歳児
⑭よちよちひろば	2月20日(木)午前10時30分～11時30分	遊びの紹介と友達づくりのひろば	0歳児
⑮体験トランポリン教室	2月22日(土)午前9時20分～正午	トランポリン講師による指導 ※動きやすい服装で来てください。	3歳児以上・48人 (当日、先着順に整理券を配布)
⑯おもちゃの病院	2月23日(日)午後1～3時	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) ※部品交換が必要な場合は実費が掛かります。	—
⑰のびのびひろば	2月24日(月)午前11時10分～同50分	遊びの紹介と友達づくりのひろば	1歳児
⑱けん玉であそぼう	2月25日(火)午後4～5時	けん玉で遊び、技も磨く	乳幼児以上
⑲育児のあれこれおしゃべりほっとタイム	2月27日(木)午前10時30分～11時30分	アドバイザーや保護者同士の情報交換	0～1歳児
⑳造形クラブ	2月15日(土)午後2～4時	「ぶにぶに・風船人形」を作る	小学生・15人(先着順)
㉑おりがみ教室	2月22日(土)午後2～3時	「おひなさま」を折る	市内に在住の幼児～小学生・30人
㉒のびのびアートの日	2月25日(火)午前10時30分～11時15分	画材を使い、アートを楽しむ	2歳児以上

2月の休館日/18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

ギャラリーガイド

市民ギャラリー

2.6
↓
3.5

■第35回野美展(絵画・切り絵・彫材アート・陶芸など) 2月7日(金)～12日(水)午前10時～午後5時30分(12日は午後5時まで)

■第30回上尾市いけばな協会展 2月14日(金)～19日(水)午前10時30分～午後6時(16・19日は午後5時まで)

■第17回公益社団法人上尾法人会美術展覧会(選抜展)(書・絵画) 2月20日(木)～26日(水)午前10時～午後6時(20日は午後1時から、26日は午後3時まで)

■第3回金曜アトリエ展(洋画) 2月27日(木)～3月5日(水)午前10時～午後5時(27日は午後1時から、5日は午後3時まで)

市役所ギャラリー

■2014第12回ひだまりの小さな書作展(知的に障害のある子どもたちの珠玉作品集) 2月6日(木)～11日(祝)午前10時～午後5時(11日は午後3時30分まで)

■片手でおり紙を折る 佐藤泰助 2月12日(水)～18日(火)午前10時～午後5時(12日は午後1時から、18日は正午まで)

■彩の国動物愛護推進委員 犬猫の殺処分ゼロをめざして(いのちのパネル展) 2月20日(木)～24日(月)午前10時～午後5時(22日は午後1時まで ※23日は閉展します)

■スペシャルオリンピックス日本埼玉上尾ブロック第2回「楽しいで書展」 2月26日(水)～3月4日(火)午前10時～午後4時30分(26日は午後1時から、4日は午後1時まで)



子育て支援センター

ももっころーむのご案内 3月

⇒子育て支援センター(☎778-2008・☎777-5804)

▶申し込み 2月7日(金)から電話で子育て支援センターへ ※電話が混み合うため、2月7日だけは右表の時間帯に電話してください。

受付時間		対象者・講座名
午前	9~10時	2歳児以上
	10~11時	1歳児
	11時~正午	0歳児

※定員の組数は原則です。

とき	講座名(ところ)	対象者	定員
4日(火)	ももっこ広場(平方公民館)	1歳以上	35組
5日(水)	6カ月までの赤ちゃんの日(子育て支援センター) 午前10時~正午	6カ月まで	自由参加
6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
11日(火)	ももっこ広場(上平公民館)	1歳以上	35組
12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

とき	講座名(ところ)	対象者	定員
13日(木)	はじめまして(子育て支援センター)	3~8カ月	15組
19日(水)	7カ月からの赤ちゃんの日(子育て支援センター) 午前10時~正午	7~11カ月	自由参加
20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
26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

※時間指定のない講座は全て午前10~11時です。

健康プラザわくわくランド 2月の催し

⇒健康プラザわくわくランド(☎783-1126・☎726-7657)

催し名	とき	内容	定員(人)	持ち物	申し込み
①ヨガ&ピラティス	2月3~24日の毎週月曜日 午前10時30分~11時30分	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い、しなやかな体を目指す	20	運動しやすい服装、タオル、飲み物	当日、午前10時からフロント前で受け付け
②かんたんヨガ	2月4・18・25日(火) 午前11時~正午	呼吸法を使い癒やされながら体をやさしくストレッチする ※ヨガを始めた人にお勧めのプログラムです。	20	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午前10時30分からフロント前で受け付け
③はじめてアクア	2月4・18・25日(火) 午前11時~同50分	音楽に合わせて全身運動を行う ※初めてアクアビクスをやる人にお勧めです。	20	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け
④アクアビクス	2月4・18・25日(火) 午後2時~同50分	水の抵抗でしっかり動いて、脂肪燃焼や体力向上を目指す	20	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午後1時30分からプール監視員室前で受け付け
⑤健康体操	2月6・20日(木) 午前10時30分~11時	セラバンドやガンバルーンなどを使い、楽しく体操する	15	運動しやすい服装、室内靴、タオル、飲み物	当日、午前10時からフロント前で受け付け
⑥ファンポイント 水中ウォーキング	2月13・27日(木) 午前11時~同30分	水中ウォーキング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。	15	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け
⑦水泳教室(フロール)	2月6~27日の毎週木曜日 午後2時~同50分	バタ足や呼吸法の習得を目指す	15	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午後1時30分からプール監視員室前で受け付け
⑧ファンポイント スイム	2月7~28日の毎週金曜日 午前11時~同50分	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。	15	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け
⑨水中運動	2月7~28日の毎週金曜日 午後2時~同50分	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	15	水着、スイムキャップ、タオル	当日、午後1時30分からプール監視員室前で受け付け
⑩かんたんセルフケア教室	2月8日(土) 午前11時~同30分	慢性的な疲労や凝りの解消方法などの紹介や実演を行う	10	—	当日、午前10時30分からフロント前で受け付け
⑪健康相談	2月18日(火) 午後1時15分~2時15分	保健師・栄養士による血圧測定・検尿・栄養相談など	—	—	当日、午後1時から2階ホールで受け付け

※対象は高校生以上(⑩は誰でも可)。参加費は入館料だけです。

●ラウンドフィットネス体験会

1月からラウンドフィットネスは、体験会もフリータイムも無料になりました!

初めてラウンドフィットネスをする人が対象です。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秒ずつ交互に行います。 ※所要時間は30~45分程度です。

▶とき 開館日の午前11時~、午後2時~ ※木曜日は午前11時の部はありません。 ▶定員 10人 ▶参加費 無料 ※別途入館料が必要です。 ▶持ち物 運動しやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 ▶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 ※当日は開始10分前までに受付にお越しください。

●マジックショー

▶とき 2月9日(日) 午後2時30分~3時15分 ▶出演 上尾マジッククラブ ▶参加費 無料 ※別途入館料が必要です。

開館時間/午前10時~午後9時

2月の休館日/毎週水曜日

☎ http://www.saispo.jp/wakuwaku/

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



児童館こどもの城 2・3月の催し ⇨ 児童館こどもの城 (TEL783-0888・FAX781-4466)

▶催し名・とき・内容・対象・定員 下表のとおり ▶対象 下表に記載のないものは、直接会場で確認してください。
▶申し込み 当日、直接会場へ

催し名	とき	内容	対象・定員
①おはなし会	2月1日(土)午後1時30分～2時	絵本の読み聞かせや手遊びなど	—
②おしゃべりサロン	2月4日(火)午前11時～同30分	友達づくりや子育ての情報交換	0歳児と保護者
③バドミントンで遊ぼう	2月6・20日(木)午後4～5時	体育遊戯室でバドミントンをして遊ぶ	市内に在住の小学3年生以上
④折り紙教室	2月8日(土)午後2時～3時30分	「おひなさま」を折る	市内に在住の人(小学2年生以下は保護者同伴)・30人(先着順)
⑤おもちゃの病院	2月9日(日)午後1～3時	壊れたおもちゃの無料修理(テレビゲーム類や縫いぐるみなどの繕い物を除く) ※部品交換などが必要な場合は実費がかかります。	—
⑥カプラの日	2月9日(日)午前10時30分～正午 2月10・24日(月)午後4～5時	フランス生まれの積み木・カプラを積み上げていろいろな物を作る	小学3年生以上
⑦にこにこタッチ	2月11日(祝)午前11時～同30分	友達づくりや親子遊び	市内に在住の1歳児と保護者・30組(先着順)
⑧体験トランポリン教室	2月15日(土)午前9時20分～正午 (午前9時5分から整理券を配布)	トランポリン講師による指導、7人ずつ20分交代	3歳児以上小学生以下(小学2年生以下は保護者同伴)・56人(先着順)
⑨わくわく工作	2月16日(日)①午前11時～正午② 午後2時30分～3時30分	けん玉を作って遊ぶ	市内に在住の4歳児以上(小学2年生以下は保護者同伴)・各回20人(先着順)
⑩にこにこピョン	2月18日(火)午前11時～同30分	親子遊び	市内に在住の2歳児と保護者・30組(先着順)
⑪でんしゃで遊ぼう	2月18日(火)午後2時30分～3時30分	青いレールの上に電車を走らせて遊ぶ	未就学児
⑫やぎさん一座の手づくり紙芝居	2月19日(水)午後2時～同30分	手づくり紙芝居の上演	—
⑬がっきで遊ぼう	2月20日(木)午前11時～同30分	自由に楽器に触れ合いながら楽しむ	未就園児
⑭昔遊び	2月22日(土)午後2時15分～3時15分	お手玉やあやとりなどで遊ぶ	—
⑮こどもの城名作劇場	2月23日(日)午後1時30分～2時30分	映画などの上映	—
⑯将棋教室	2月23日(日)午後2～4時	公益社団法人日本将棋連盟公認の棋道指導員、深澤國昭先生に基礎から将棋を習う	市内に在住の小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴)・20人(先着順) ▶申し込み 2月1日(土)から直接または電話で児童館こどもの城へ
⑰にこにこジャンプ	2月24日(月)午前11時～同30分	親子運動遊び	市内に在住の3・4歳の未就園児と保護者・30組(先着順)
⑱おはなしの城	2月25日(火)午前11時～同30分	紙芝居やパネルシアター	—

特別企画 2・3月の催し

催し名	とき	内容	対象・定員など
①バドミントンで遊ぼう	2月9日(日)午後2時30分～4時	専門の指導員とバドミントンをして遊ぶ	小学3年生以上
②来館者150万人達成をアッピーと一緒に祝いしよう	2月22日(土)午前10時45分～11時45分	アッピーと一緒に、和太鼓グループとの太鼓演奏や親子でダンスなどをして楽しむ(達成記念式典もあり)	—
③おでかけ児童館こどもの城～みんなであつたおうち～	2月26日(水)午前11時～同45分	児童館こどもの城の事業を瓦葺ふれあい広場に出張して行う。歌や親子遊び、パネルシアターなどを楽しむ	▶ところ 瓦葺ふれあい広場集会室兼体育室 ▶対象 原市・瓦葺地区に在住の未就学児と保護者 ▶定員 20組(先着順) ▶申し込み 2月3日(月)から電話または直接児童館こどもの城へ
④にこにこバースデー	3月6日(木)午前11時～同30分	親子と一緒に誕生日カードを作製(手形、身長・体重測定)して誕生会を楽しむ	市内に在住で3月に3・4歳になる未就園児と保護者・10組(先着順) ▶申し込み 2月1日(土)～25日(火)に直接または電話で児童館こどもの城へ

2月の休館日/13・27日(木) 開館時間/午前9時～午後6時
お知らせ/館内の混雑緩和のため、土・日曜日、祝日と春休み(3月27日(木)～4月7日(月))などの長期休業期間は、館内での食事ができません(午後3～4時のおやつ時間を除く)。ご協力お願いします。

※毎週定期的に行う事業は、直接会場でご確認ください。
※駐車台数に限りがありますので、来館はなるべく市内循環バスなどをご利用ください。

▶ご利用ください! 市内循環バス“ぐるっとくん”平方循環で「こどもの城」下車