

暮らし

労働保険料(労災保険・雇用保険)の第3期分の納期限は2月2日(月)

納期限の10日前ごろに、該当する事業所に納付書を郵送します。最寄りの金融機関で納付してください。保険料納付は口座振替が便利です。申し込み手続きについては厚生労働省ホームページ(<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/hokenyou>)をご覧ください。 岡崎玉労働局 岡60-6203・岡60-6223

アナログテレビで視聴している人は地デジ対応の準備を

ケーブルテレビで、アナログテレビ(ブラウン管テレビなど)でも地上デジタル放送が見られるサービス(デジアナ変換サービス)が3月に終了します。テレビ画面右上に「デジアナ変換」と表示されているテレビは視聴ができなく

なりますので、地デジ対応の準備をお急ぎください。

「地デジ受信の3つの方法」

①ご覧のケーブルテレビ会社と契約する②デジタルテレビに買い替える ※不要になったテレビは、家電リサイクル法に基づき適正に処理してください。③地デジ対応の録画機器またはチューナーを購入する 岡総務省地デジコールセンター 岡0570-070101、生活環境課 岡71-6940・岡71-9872

高齢者・障害者のための成年後見無料相談会・講演会

●相談会 岡1月18日(日)11～16時 岡司法書士による成年後見無料相談①面談相談/岡浦和コミュニケーションセンター(浦和コムナール) 岡1月16日(金)17時までに電話で岡玉司法書士会へ②電話相談/当日、直接電話(岡71-8055) ※当日だけ通話できます。

●講演会 岡1月18日9時30分～10時45分 岡浦和コミュニケーションセンター(浦和コムナール) 岡成年後見と相続について 岡1月16日17時までに電

話で岡玉司法書士会へ 岡玉司法書士会 岡83-7861

マンション管理無料相談会

岡1月22日(水)13～16時 岡市民相談室(市役所第三別館1階) 岡マンション管理士による相談(騒音・管理費滞納・ペット・駐車場・コミュニケーション)問題、役員高齢化対策、大規模改修、管理規約改正など 岡電話で平日10～16時(12～13時を除く)に岡玉県マンション管理士会(岡048-250-6316・岡048-250-6317)へ 岡建築安全課 岡71-8490・岡71-9906

地元企業による若者就職面接会

大宮公共職業安定所と上尾・桶川・伊奈地域雇用対策協議会主催の若者就職面接会を開催します。 ※参加企業については市ホームページをご覧ください。 岡1月21日(水)13～16時(受付開始12時30分、受付終了15時30分) 岡上尾市文化センター 岡企業ブースで採用担当者個別面接する(見学だけでも可)

広告

<p>送 草津温泉リゾートホテル</p> <p>10名以上のグループに最適!</p> <p>0279 (88) 3960</p> <p>草津グリーンパークパレス</p>	<p>送 湖畔のホテルリゾート</p> <p>東松山・高坂・北本・鴻巣・北鴻巣駅までの送迎可</p> <p>0493 (54) 2030</p> <p>フレンドシップ ハイツよしみ</p>
---	---

広告

葬儀事前相談は

プラザオオノ(有) へ

2つのメリット+1

式場使用料	¥0
祭壇使用料	¥0
葬典返し	20%Off

「もしもの時に…」まず、お電話ください。

365日 24時間 受付

0120-33-7475

プラザオオノ上尾店	上尾市緑丘 2-5-2
プラザオオノ桶川店	桶川市若宮 1-1-19
プラザオオノ北本店	北本市山中 1-115

【おわびと訂正】「広報あげお」12月号24ページ「入学準備金の貸し付け」の記事中、表2の大学入学下段の世帯構成に誤りがありました。お詫びして訂正します。【誤】両親と中学生(対象)、中学生の4人世帯 【正】両親と高校生(対象)、中学生の4人世帯

**次回の税などの納付期限
2月2日(月)**

市・県民税……………第4期
国民健康保険税……………第7期
介護保険料……………第7期
後期高齢者医療保険料…第7期
し尿汲取手数料…第5期(10～11月使用分)

納税課 ☎775-5135

④平成27年3月高校・大学などの新規卒業予定者②若年者(おおむね44歳以下) 国協議会議事事務局(商工課内)☎771-4441・☎775-5024

所得税と市・県民税の控除

所定の基準を満たす人は、税の申告時に次の必要書類を提出することで所得税と市・県民税の控除を受けられます。**寝たきりや認知症の高齢者の障害者・特別障害者控除**

市が交付する「障害者控除対象者認定書」が必要です。認定書は申請から約10日後に郵送します。 ※身体障害者手帳などを持っている人は、手帳を提示することで控除を受けられます。 ④の全てに該当する人/①市

●2年目以降の人

市が発行する「おむつに係る費用の医療費控除に用いる証明の確認書」が必要です。確認書は申請から約10日後に郵送します。

介護保険主治医意見書の内容で、次の①②の全てに該当する人/①寝たきり状態である②尿失禁の可能性がある

内に住所がある②認定基準日(対象年の12月31日)現在で満65歳以上③寝たきりや準寝たきり(屋内での生活はおおむね自立しているが介助なしでは外出できない)、認知症(日常生活に支障をきたすような症状、行動や意思疎通の困難さが多少見られる)である④本人またはその家族の扶養者で税の控除が必要 ④直接、高齢介護課へ

寝たきりの高齢者が使用するおむつ代の医療費控除

●初めておむつ代の医療費控除を受ける人

医師が発行する「おむつ使用証明書(高齢介護課にある)が必要。 ※「おむつ使用証明書」は、医療機関に用意してある場合があります。

※2年目以降の人で条件に該当しない場合は、医療機関で再度「おむつ使用証明書」を取得してください。 ④直接、高齢介護課へ ☎高年齢介護課 ☎775-5126・☎776-8872

事業系ごみの出し方

会社や商店、事務所などから事業活動に伴って出た「事業系ごみ」は集積所には出せません。事業系ごみは一般廃棄物と産業廃棄物に大別されます。生ごみなどの一般廃棄物は西貝塚環境センターに搬入するか、市の収集運搬業許可業者に委託してください。

がれき類、陶磁器くず、金属くず、ゴムくず、廃プラスチック類などは産業廃棄物です。これらは西貝塚環境センターには搬入できません。産業廃棄物処理業者などに委託して適正な処理をお願いします。詳しくは市ホームページをご覧ください。 ※紙類、飲料用ビン・缶・ペットボトルなどの資源物はリサイクルしてください。 ☎西貝塚環境センター ☎781-9141・☎781-9166

※2年目以降の人で条件に該当しない場合は、医療機関で再度「おむつ使用証明書」を取得してください。 ④直接、高齢介護課へ ☎高年齢介護課 ☎775-5126・☎776-8872

事業系ごみの出し方

会社や商店、事務所などから事業活動に伴って出た「事業系ごみ」は集積所には出せません。事業系ごみは一般廃棄物と産業廃棄物に大別されます。生ごみなどの一般廃棄物は西貝塚環境センターに搬入するか、市の収集運搬業許可業者に委託してください。

がれき類、陶磁器くず、金属くず、ゴムくず、廃プラスチック類などは産業廃棄物です。これらは西貝塚環境センターには搬入できません。産業廃棄物処理業者などに委託して適正な処理をお願いします。詳しくは市ホームページをご覧ください。 ※紙類、飲料用ビン・缶・ペットボトルなどの資源物はリサイクルしてください。 ☎西貝塚環境センター ☎781-9141・☎781-9166

不用品の回収 家のおそうじ

上尾市のハウスクリーニング おまかせください!!

家電製品無料回収致します。 電話1本で無料回収にうかがいます!!

商品テレビ、ノートパソコン、オーディオ、バッテリーなど

ハウスクリーニング 価格表

- ・ガスコンロ・レンジフード
- ・シンク・洗面台・トイレ
- ・エアコンクリーニング
- ・キッチン・トイレ+浴室セット

¥5,000 ¥8,000 ¥20,000

KCS 関東クリーンサービス ☎048-726-3705

お困りのパソコントラブル解決

使用しているパソコンが、画面が出ず起動しない・インターネットに接続出来ない・パソコンの操作方法がわからない等お困りごとはありませんか?

弊社はお客様の大切なデータを守りながら修理します。そして、地域密着型のパソコン修理会社なので

出張・見積り無料です!

お気軽にご連絡ください!お待ちしております。

デジタル・パソコンクリニック

【TEL】048-673-4900 【受付時間】午前9時～午後10時

個別塾「わかる。できる。やったー!」

MyWay だから、塾に通うのが楽しい!!

マイウェイは「自ら進んでやる勉強=日文字習」型の個別学習塾。授業がわかるからやる気になりやすい。成績がUP!無料体験授業実施中。お気軽にお問い合わせください。

個別指導塾マイウェイ ☎048-856-9426

上尾駅前3-2-2 2F (コジマビルディング上尾駅前店さん内3F)

月～土16:30～22:00 詳細は 上尾 マイウェイ

市役所ギャラリー 2月の抽選

選挙管理委員会で使用するため、市役所ギャラリーの2月2日(月)の抽選は11月の第1週(5日(木)～11日(水))・第2週(12日(木)～18日(水))分だけ行います。**国生涯学習課**☎771-9496・☎771-2250

年金受給者に源泉徴収票を郵送

年金受給者に、1月下旬に日本年金機構から源泉徴収票が郵送されます(障害・遺族年金は非課税のため郵送されません)。

源泉徴収票には、昨年の年金支払総額、源泉徴収税額、扶養控除などの内容が記載されていて、確定申告や市・県民税の申告をする時に必要になりますので大切に保管してください。

源泉徴収票を紛失して再交付を希望する場合や、2月になっても届かない場合は、大宮年金事務所またはねんきんダイヤル☎0570-051116(5)へ問い合わせてください。

い。また、申告をする時に「国民年金保険料控除証明書」が必要な場合も、大宮年金事務所へ問い合わせてください。

国保険年金課☎771-5137・☎771-9827、**大宮年金事務所**☎621-3399

交通遺児等援護一時金の給付

県内に在住する交通遺児(陸・海・空の交通機関により死亡または重い障害を負った保護者に養育されている人)などを対象に、援護一時金を給付しています。**国平**

成25年4月1日以降、交通遺児などになった県内在住の18歳以下の人で、下表の世帯に属する人 **国**2月末日までに、申請書(交通防犯課、各学校にある)に必要な事項を記入し、必要書類を添付して、直接(土)☎を除くまたは郵送で、みずほ信託銀行浦和支店〒330-0063さいたま市浦和区高砂2-6-18へ **必要書類**「交通事故証明書または医師の診断書、世帯全員の住民票の写し **【給付額】**子ども1人につき10万円(1事故

につき1回だけ) **【給付時期】**4月下旬

給付対象の子ども人数	同居世帯の総所得額
1人	274万円以下
2人	312万円以下
3人	350万円以下
4人	388万円以下
5人以上	426万円以下

交通安全課☎830-2958・☎830-4757

2015年農林業センサスにご協力ください

2月1日を基準日として、全国一斉に農林業の国勢調査といわれる「2015年農林業センサス」を実施します。この調査は、わが国の農林業・農村地域の実態を明らかにする最も基本的な調査です。

1月中旬から埼玉県知事に任命された調査員が、農林業関係者を訪問し、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いいたします。調査票に記入された事項は、統計以外の目的には使用されませんので、ご協力をお願いします。**国総務課**☎771-4989・☎771-9819

・相続
・遺言
・建設業許可
・各種許認可申請

<当事務所の特徴>
優秀な司法書士、税理士、弁護士等との連携によるワンストップサービスでスムーズな手続きを実現!

<主な取扱い業務>

- ・相続手続き・遺言書作成支援
- ・離婚協議書作成支援・建設業許可
- ・建築業執業簿許可・法人設立
- ・墓地転用許可・古物商許可・酒造業許可・他多数

ご相談スペースあり **お気軽にご相談ください**

受付時間: 9:00～19:00
定休日: 日曜・祝日
〇伊奈町小堂 664-5-201号室
(パチンコマイビル斜向ビル裏)

生活支援 ● エンディングノート

武蔵橋行政書士事務所
☎048-671-7700
【武蔵行政書士】橋本

自由設計キッチン
新品35～62%OFF

アウトレットキッチン
展示品65～85%OFF

ガスコンロ、レンジフード、洗濯機、水栓 交換工事

〒300-0001 水戸市大宮 大宮駅前ビル1F
048-781-3232 <http://www.daiyaku.com/>

**キッチンリフォームを
お考えですか?**

結婚 経済産業大臣認定の相談所
会員数6万人

真剣に結婚を考えている方の会員制です。
「蘭に相談してよかった」と、評判の相談所
ご両親の相談可。 上尾市緑丘5-2-14

結婚相談 蘭 マリッジセラピスト 斉藤
TEL.048-771-0751
<http://ran8.net/> FAX.048-771-0731

1月10日は「11番の日」

11番は事故・事件に遭ったときや、これらを目撃したときなど、警察官に一刻も早く現場に来てほしい場合に利用する「緊急通報の専用電話」です。平成25年中は約67万件の11番通報が寄せられました。このうち約3割は緊急性のない照会や間違い・いたずらなどの通報でした。これらの通報は、緊急を要する11番通報への対応を遅らせる原因にもなっています。

緊急を要さない要望・相談・苦情・照会は、けいさつ総合相談センター(☎#9110)または822-91110(月～金)8時30分～17時15分)または最寄りの警察署に連絡してください。 上尾警察署 ☎・☎73-0110

1月26日は「文化財防火デー」

文化財防火デーは、昭和24年1月26日に現存する世界最古の木造建造物である法隆寺の金堂が炎上し、壁画が損傷したことを契機に制定されま

した。火災の発生しやすいこの時期、大切な文化財を火災などから守るため文化財防火活動が全国で行われます。

地域の宝である先人たちが残した文化財を大切に伝えていきましょう。 園生涯学習課 ☎75-9496・☎76-2250

糖尿病重症化を予防しましょう

糖尿病は血液中の血糖の値を調節する仕組みがうまく働かなくなり、高血糖状態が続く病気です。糖尿病になって

ないほとんど症状を感じることはありませんが、放置しておくと、やがて全身のさまざまな臓器に合併症が起

てきます。糖尿病の3大合併症としては「網膜症」「腎症」「神経障害」があり、これらは重症化すると失明、透析が必要

な腎不全、足を切断する場合もある壊疽などにつながります。しかし血糖を食事・運動療法や薬によってきちんとコントロールすると、こうした合併症を予防できることが

多くの研究で分かっています。市では、国民健康保険の被保険者を対象に特定健診結果

や医療機関受診状況を確認して、糖尿病の治療が必要な人や治療を中断している人に対して、1月末までに医療機

関受診についてお知らせします。お知らせの送付や電話連絡があった場合は、速やかに受診しましょう。 園保険年金課 ☎72-6494・☎73-9827

スポーツ・レクリエーション

スポーツ吹矢教室

☎2月4～25日の毎週(水)12時30分～14時30分(全4回) 所

上尾市民体育館 市内に住・在勤・在学の人 費千円(初日に集金) 定40人(先着順) 持上履き 申往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して、1月21日(水)まで(必着)に市民体育館(〒362-0045向山4-3-10)へ ※身体の不自由な人も参加できますのでご相談ください。 園上尾市民体育館 ☎781-8111・☎781-8113



動物健康応援団 ペットの高齢化

生活環境課 ☎775-6940・☎775-9872

飼い主の予防意識の向上や、ペットフードの変化、食事管理などにより、ペットたちは長生きする傾向にあります。飼育環境にもよりますが、猫や小型犬・中型犬では7歳ぐらいから、大型犬では6歳ぐらいから高齢といわれています。

元気がなくなってきた、疲れやすくなった、毛づやが悪くなったなど、これらは老化現象だけとは言い切れません。年のせいだと思っていたことが、実は病気が原因だったということが多いのです。年を取ると心臓病・腎臓病・関節疾患が増えてきます。心臓病では疲れやすくなった、咳が多くなったといった症状が見られます。腎臓病は、水を飲む量やおしっこの量が増え、次第に体重が落ちていきます。疲れやすくなった、痩せてきたといった変化だけでも病気の可能性が潜んでいます。病気が発見されて治療することで若返ったといわれることも多いのです。

それでは高齢のペットの健康チェックはどんなところに気を付ければいいのか?健康な老化は、白髪が増えたり、ちょっと太ったりする程度です。基礎代謝が落ちるため体重の緩やかな増加は見られますが、急激な増加・減少は要注意です。そのため日々の体重チェックはとても大事です。また、これまでジャンプできていた所が飛び越えられなくなった、立ち姿がなんとなく変わったなど、日ごろの行動観察も大切です。犬の場合は散歩中の体調チェックが非常に有効です。おしっこの回数が増えた、減った、散歩の途中で歩くのを嫌がるなどの不調のサインが分かりやすいからです。

ペットの衰えが、老いからくるものなのか、病気のサインなのかは簡単には判断できません。飼い主の観察次第で病気を早期に発見し、ペットの健康年齢を高めることができます。

～一般社団法人 上尾伊奈獣医師協会～

げんきチャレンジ スタンプラリー

子どもの体力向上を目的とした、平方地区内を徒歩で巡るスタンプラリーです。

1月24日(土)9時30分～【集
合】平方公民館 市内に在
住の小中学生(保護者同伴可)
定50人(先着順) 申1月15日
(休)までに電話でスポーツ振興
課へ 固スポーツ振興課固781
-8112・固781-2250

小・中学生のための ランニング講座

箱根駅伝出場経験者と健康
運動指導士から、部活動など
で活動する子どものサポート
方法や効率のよいトレーニング
方法などを学び、日頃感じ
る悩みや疑問を解決します。

固2月7日(土)9時30分～11時
30分 所上尾市民体育館 固
市内に在住の小・中学生の保
護者 固200円 定60人 固上
履き、筆記用具 申往復はが
きに住所、氏名(ふりがな)、
性別、電話番号を記入して、
1月21日(水)まで(必着)に市民
体育館(〒362-0045向山4



募 集

13-10)へ 固上尾市民体育
館固781-8111・固781-81
13

外国籍市民の「日本語教室」 3学期受講生・日本語ボランティア

①火曜教室(日本語ボラン
ティアによるマンツーマン
形式) 固1月13日～3月10
日の毎週(火)10時～11時30分
(全9回) 所上尾市コミュニ
ティセンター ※託児があり
ます(生後6カ月以上)。

②水曜教室(日本語ボラン
ティアによるマンツーマン形
式) 固1月14日～3月11日
の毎週(水)(2月11日を除く)19
時～20時30分(全8回) 所
上尾公民館(上尾市文化セン
ター内)
③基礎日本語コース後期(日
本語教師によるクラス形式)
固1月15日～3月12日の毎
週(木)10時～11時30分(10月開
講全18回のうち後半の9回)
所上尾市文化センター【教
材費】千円 ※託児がありま
す(生後6カ月以上)。

シルバー人材センター会員

①～③共通【受講料】千円
(上尾市国際交流協会へA G
A)会員は無料) 固受講生と
日本語ボランティア希望者は
直接か電話、ファクスまたは
メールでA G A事務局(市役
所第三別館1階、(月)休(金)10
16時)へ ※ボランティアは
A G A会員になることが条
件です(年会費2千円) 固A
G A事務局固780-2468・
固781-9819・固036e@
aga-world.com

「定年退職したが、今までの豊富な経験や能力を活かして社会の役に立ちたい」「健康や生きがいのために積極的に社会参加したい」「臨時的・短期的で軽易な仕事がしたい」。このような意欲があり、就業を通じて自己の能力を活かし生きがいを高めるために、社会参加を希望する高齢者が増えています。こうした人に臨時的・短期的(月10日間、週20時間程度)な仕事を提供するのがシルバー人材センターです。センターと会員とは雇用関係はなく、仕事は

請負・委任となります。 固
市内に在住の60歳以上で、健
康で働く意欲のある人 固
(公社)上尾市シルバー人材セ
ンター固781-8011・固781-
3018

明るい選挙推進員

明るい選挙推進員は、イベ
ントなどで投票への参加や選
挙についての啓発活動を行
う市民ボランティア団体で
す。 固市内に在住の20歳以
上で、政治や選挙に関心があ
り、中立公正な活動ができる
人 【任期】4月1日～平成29
年3月31日 固2月27日(金)ま
でに直接または電話で、選挙
管理委員会事務局へ 固選挙
管理委員会事務局固781-96
89・固781-9819

あげお子ども大学受講生

大学で学ぶ専門的な学問や
研究を、実際のキャンパスで
教授などから学びます。詳し
くは市ホームページや学校で
配られるチラシをご覧ください。
固2月14日(土)・22日(日)・
28日(土) 所聖学院大学、埼玉
大学、芝浦工業大学大宮キャ

ンパス 固市内に在住の小
5～6年生 固30人(応募者
多数の場合は抽選) 申往復
はがきに学校名、学年、住所、
児童氏名(ふりがな)、生年月
日、性別、保護者氏名、電話
番号(緊急連絡先)、メールアドレス、参加者の応募動機を
記入して、1月23日(金)まで(必
着)に生涯学習課(〒362-85
01本町3-1-1)へ 固生
涯学習課固781-9490・固
781-2250

学校給食調理員 (臨時的任用職員)

【任期】3月16日～9月15日
※最長6カ月の期間で任期
を更新する場合があります。
【勤務日・時間】(月)～(金)(祝を
除く)・1日7時間45分 固栄
養士または調理師の資格があ
る人 固1人 【給与】給料、

その他手当(退職手当、社会
保険加入) 【選考方法】面接
【面接日】1月26日(月) ※時間
と会場は申込時にお知らせし
ます。 申申込書(教育総務
課にある。市ホームページか
らダウンロードも可)に写真
(縦4×横3センチ)1枚を貼り付

s351000@city.ageo.lg.jp

サイクルイベント「自転車
のまちあげお」スマート・サイ
クル☆フェスタ」を開催す
るにあたり、グルメ出店者を
募集します。 ④ 3月28日
(出) 所 上尾丸山公園多目的広
場 ④ 市内で営業している店
か市内に在住・在勤・在学
の人で構成された団体 【募
集店数】10組 【出店規格】1
テント(2.7×3.6) ④ 5千
円 ④ 申込書(都市計画課に
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、1月30日(金)まで
(必着)にファクスまたはメー
ルで上尾市自転車のまちづ
くり産学官協働事業実行委
員会事務局(都市計画課内)
へ ④ 都市計画課 ④ 75-76
29・ ④ 75-9906・ ④

**「自転車のまちあげお」
スマート・サイクル☆
フェスタ」のグルメ出店者**

けて、1月9日(金)～20日(火)9
～16時に直接、教育総務課へ
※(土)(祝)を除きます。 ④ 教
育総務課 75-9469・ ④ 76-
2250

まなびすと 市民講座

～生涯学習を楽しもう～

生涯学習課 ④ 775-9490・ ④ 776-2250

④ 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 ④ 往復はがき(1人1枚)に講座番号・講座名・住所・
氏名・年齢(小・中学生は学年)・電話番号を記入して、締切までに生涯学習課まなびすと係(〒362-8501本町3-1-1)へ
※時間はいずれも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。

【平方東市民講座】

と き	講座番号	講座名・講座内容	対象・定員	参加費・持ち物	締切
1/24(土)	平-14	男女の生け花教室 男性も歓迎！歴史から実技まで、初歩から生け花を学ぶ	小学4年生以上 20人	1,300円 手拭き、前掛け、包装紙	1/12(祝)
1/24(土)	平-15	楽しい押し花 初めての人も歓迎！色鮮やかな押し花で、変色しにくいミニ額を作る	成人 10人	1,500円 筆記用具	
1/24(土) 2/28(土)	連続 平-16	日本神話の世界 日本の神様や神社の系統を解説。神社に祭られている神様に、より一層の親しみが湧きます	高校生以上 20人	1,000円 筆記用具	
1/24(土) 1/31(土)	連続 平-17	健康気功体操 アンチエイジングにも効果的。音楽に合わせた簡単な動作で気と血流を滑らかに！	成人 20人	600円 動きやすい服装、室内用運動靴	

【芝川市民講座】

と き	講座番号	講座名・講座内容	対象・定員	参加費・持ち物	締切
1/24(土)	芝-8	傾聴体験 話を正しく聞くことの大切さを知り、よい人間関係を築くヒントを学ぶ	高校生以上 15人	300円 筆記用具	1/12(祝)
1/24(土)	芝-9	知って楽しい漢字の世界 漢字の成り立ちやうんちく、難しい漢字を覚えるコツなど、楽しい情報満載	高校生以上 20人	400円 筆記用具	
2/14(土)	芝-10	マグカップの生け花 身近な食器である「マグカップ」を使って、春の喜びを生ける	中学生以上 10人	1,100円 マグカップ3個、はさみ、新聞紙、雑巾	2/2(月)

【富士見市民講座】

と き	講座番号	講座名・講座内容	対象・定員	参加費・持ち物	締切
1/24(土)	富-12	ふるさと上尾の再発見 上尾の地名の由来や身近な歴史を学び、より一層ふるさとに親しむ	中学生以上 20人	300円 筆記用具	1/12(祝)
2/7(土) 2/28(土)	連続 富-13	健康気功体操 アンチエイジングにも効果的。音楽に合わせた簡単な動作で気と血流を滑らかに！	成人 20人	600円 動きやすい服装、室内用運動靴	1/26(月)

④ 時とき ④ 所ところ ④ 内容 ④ 対象 ④ 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 ④ 定員 ④ 持ち物
④ 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 ④ 問い合わせ

人権教育集会所 1~3月の教室

申し込み

往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入の上、申込日まで(必着)に各集会所へ。 ※応募者多数の場合は抽選です。

当日の持ち物は往復はがきでお知らせします。参加費は、教室の初日に集金します。キャンセルは、教室開始1週間前までです。以後のキャンセルは参加費(材料代)を徴収します。親子で参加の教室は、保護者の氏名と子どもの氏名・年齢を記入してください。

原市集会所 〒362-0021 原市 4169-3 ☎ 722-2584

川柳を基本から楽しく学ぼう 川柳を通じて遊び心を持ち、生活に楽しみを見付ける	時 1月19日~2月2日の毎週(月)13:30~15:30(全3回) 対市内に在住・在勤の人 定15人 申1月12日(木)までに
地域に伝わる民話・伝説を聞く 上尾語り部の会から地域に伝わる民話や伝説を聞く	時 1月28日(水)14:00~15:00 対市内に在住・在勤の人 定30人 申1月19日(月)までに
楽しいマジック教室 手品を見て、試して、考えることで脳を活発にし、生活に楽しみを見付ける	時 1月31日、2月14・28日(土)10:00~12:00(全3回) 対市内に在住・在勤の人 費1,500円 定15人 申1月19日(月)までに
親子リトミック教室 音楽に合わせてリズム感、表現力を養いながら音楽やゲームの楽しさを学ぶ	時 2月3日~3月10日の毎週(火)9:30~10:30(全6回) 対市内に在住の2・3歳児と保護者 定10組(20人) 申1月19日(月)までに

畔吉集会所 〒362-0065 畔吉 1219-1 ☎ 781-2826

上尾の歴史教室 江戸時代に上尾で起こったさまざまな事件と出来事を学ぶ	時 1月28日(水)、2月4日(水)10:00~12:00(全2回) 対市内に在住・在勤の人 定20人 申1月21日(水)までに
楽しい料理教室 寒いときに食べたい中国の点心を作る 1回目/春餅・花焼売 2回目/焼きまんじゅう・ワントンスープ・春巻き	時 2月5日・12日(木)9:00~12:00(全2回) 対市内に在住・在勤の人 費1,600円 定16人 申1月26日(月)までに
たのしい消しゴム印作り教室 消しゴムを使って、いろいろなオリジナルのスタンプを作る	時 2月18日・25日、3月4日・18日(水)10:00~12:00(全4回) 対市内に在住・在勤の人 費600円 定15人 申1月29日(木)までに
初心者似顔絵教室 家族や友だちの似顔絵を描く	時 3月6日~27日の毎週(金)14:00~16:00(全4回) 対市内に在住・在勤の絵の初心者 費1,000円 定10人 申1月29日(木)までに



講座

保護者のための 就職セミナー

時 1月20日(火)9時30分~12時
(受付9時) 所 上尾市プラザ
22 対子ども就職支援を
たい保護者 定20人(先着順)
申 電話か申込書(商工課にあ
る。市ホームページからダウ
ンロードも可)をファクスで
1月19日(月)までに商工課へ
問 商工課 ☎ 77-4441・☎
75-5024

救命講習会 普通救命講習Ⅰ

時 1月24日(土)9~12時 所 上
尾市消防本部 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(中学生以上)の人 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
1月13日(火)まで(必着)に東消

防署管理課(〒362-0013上
尾村537)へ 問 東消防署管理
課 ☎ 75-1310・☎ 770-119
02

消費生活講座 すぐに役 立つ！上手な広告の見方

「3日間でマイナス2.9kg」と
いうダイエット食品は根拠が
あるの？「9割以上が頭髪改
善」とあるが「個人差がある」
とうたうべきでは？
広告を見て疑問に思うこと
はありませんか。広告の苦
情・問い合わせの実例を通し
て広告を見る目を養いましょ
う。 時 1月29日(水)14時~15
時30分 所 上尾市コミュニ
ティセンター 【講師】野崎佳
奈子さん(公社)日本広告審査
機構(JARCO) 定70人(先
着順) 申 1月6日(火)~23日
(金)に電話で消費生活センタ
ーへ 問 消費生活センター ☎ 75
-0800・☎ 77-4600

保護者のための わが子 の自立支援セミナー

時 2月7日(土)13時30分~16時
30分(受付13時15分) 所 上尾
市プラザ22 問 義務教育を

修了した15〜39歳の未就労の子どもの親・家族(夫婦での参加も可) ※本人は参加できません。定20人(先着順) 申1月7日(水)から電話(13〜19時)で若者自立支援センター埼玉へ 関若者自立支援センター埼玉 関048-251-8680

催し

聖学院大学公開講演会 「英語」が教えてくれたこと

楽天(株)で社内公用語英語化を推進し、平成26年5月から文部科学省で英語教育に関する企画立案をしている葛城崇さんを講師に迎え、新たな英語教育、企業が求めるグローバルな人材について講演します。 関1月14日(水)10時40分〜12時10分 所聖学院大学チャペル 関聖学院大学総務課 関781-0925・関761-2962

鴨川の冬鳥観察会

関1月24日(土)9時〜11時30分(雨天中止) 集台8時45分・

大谷公民館玄関前 関大谷公民館〜揺木橋〜焼橋〜中橋間を徒歩で往復し鴨川の野鳥を観察する 定40人(先着順) 持雨具、筆記用具、双眼鏡 持っている人 申1月22日(木)までに電話かファクスまたはメールで環境政策課へ 関環境政策課 関771-6925・関771-9872・関s251000@city.ageo.lg.jp



昨年の鴨川の冬鳥観察会

NPO法人 荒川の自然を守る会の催し

①七草と冬鳥の観察とアシ刈り〜七草粥を食べよう〜 関1月10日(土) ②アシ原の自然観察とアシ刈り 関1月18日(日) ③冬鳥の観察と外来種抜き 関2月1日(日) ①②③共通 9時30分〜12時(雨天中止) 所三ツ又沼ビオトープ

(平方) 集三ツ又沼ビオトープ駐車場・9時30分 ※詳しくは問い合わせてください。 関管間 関090-9641-5288

AGAサロン 中南米の話

中南米の国の文化・歴史・生活などを紹介するスペイン語のサロンです。上尾市国際交流協会(AGA)の活動についても紹介します。 関1月18日(日)14〜16時 所上尾市文化センター 関一般/400円、会員/200円 申1月14日(水)までにメールまたはファクスでAGA事務局(市役所第三

別館1階、月(金)10〜16時)へ 関AGA事務局 関780-2468・関771-9819・関office@aga-world.com

防災パネル展示

関1月24日(土)9〜12時 所上尾市コミュニティセンターロビー 関防災啓発パネルや過去に発生した地震の写真などの展示 関危機管理防災課 関751-40・関771-9927

ファミリーシップフェスタ

大人子どもも楽しみながら里親制度を知ることができイベントを実施します。

関1月25日(日)10時30分〜15時30分 所越谷イオンレイクタウンS2のホール 関絵本ライブ、ミニコンサート、手芸・工作コーナー、里親制度のお知らせなど 関埼玉県福祉社士会 関857-1717(平日だけ)

ひかわ幼稚園 絵本の会

関1月29日(木)10〜12時 所ひかわ幼稚園(二ツ宮864) 関斎藤惇夫さん(児童文学者と一緒に絵本「かちかちやま」福音館版)「しんせつなともだち」を読む 定100人 関ひかわ幼稚園 関71-0744

嘉門達夫
ファミリーコンサート

上尾市文化センター
関774-2951・関774-2955
NPO法人あげお学童クラブの会
関771-6945・関777-5790

替え歌メドレーやユニークな子ども向けソングで人気のシンガー・ソングライター嘉門達夫さんによるファミリーコンサートです。 関2月21日(土)14時〜(13時30分開場) 所上尾市文化センター 【前売券販売】1月10日(土)9時〜(8時から整理券配布) 所上尾市文化センター 関1,000円 ※3歳以上有料、2歳以下で席が必要な場合は有料です。当日券は、文化センター窓口だけで販売します。前売券の販売で売り切れた場合は、当日券の販売はありません。

ボートレース戸田 1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。 ①1月3日(土)～8日(木)、11日(日)～16日(金)、24日(土)～27日(火)、30日(金)～2月2日(月) 【場外発売】
1月13日(火)～18日(日)、24日～25日(日)、30日～2月2日 ②
ボートレース戸田 ③岡崎玉
県都市競艇組合 ④831-8711・FAX 831-8709

上尾伊奈斎場つつじ苑 施設見学会

①1月28日(水)10～11時 ②上尾伊奈斎場つつじ苑 ③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 ④
上尾市・伊奈町に在住の人(未就学児を除く) ⑤30人(応募者多数の場合は抽選) ⑥1月5日(月)～16日(金)10～17時(6日(火)・12日(水)を除く)に住所、氏名、年齢、日中に連絡のつく電話番号を電話またはファクスで上尾伊奈斎場つつじ苑へ ⑦上尾伊奈斎場つつじ苑 ⑧720-7870・FAX 720-8321

聴導犬に会いに行こう ～聴導犬の仕事と役割～

①1月31日(土)14～16時 ②上尾市コミュニティセンター ③聴導犬の仕事と役割の説明やデモンストレーション、聴導犬使用者の経験談や交流会などを通じて聴導犬の必要性などを理解する ④300円 ⑤80人(先着順) ⑥代表者氏名・参加人数・当日の連絡先を記入して、ファクスまたはメールでNPO法人聴導犬普及協会へ ⑦NPO法人聴導犬普及協会 ⑧049-262-2333・FAX 049-262-5433・E-mail hearingdog.jp.org

上尾市PTA研究大会 家庭教育講演会

①1月31日(土)13時～16時30分(講演会は15時から) ②上尾市文化センター ③「ハートフルコミュニケーション」自分で考え、自分でできる子の育てかた」と題し、子どもが自ら考え主体的に判断・行動し、よりよく問題を解決する「生きる力」を發揮するために、大人はどのように関わ

ればいいのかを考える 【講師】菅原裕子さん(NPO法人ハートフルコミュニケーション代表理事) ④350人(先着順) ⑤生涯学習課 ⑥75-9490・FAX 76-22550

西野博之さん講演会 ～自分のいのちの番を 精いっぱい生きればいい～

不登校の子どもやひきこもり傾向にある若者たちの居場所づくりを続けている西野博之さんを招き講演会を開催します。 ①2月1日(日)13時30分～16時(13時15分開場) ②上尾市文化センター 【講師】

西野博之さん(NPO法人フリースペース「たまりば」理事長、川崎市子ども夢パーク所長) ③90人(先着順) ④不登校の子供を持つ親の会「M-ミン」の会の唐澤 ⑤09-9819-1572、子ども・若者相談センター ⑥78-4964・FAX 74-5342

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 ①1月4日～2

防災講演会

危機管理防災課 ④775-5140・FAX 775-9927

①1月24日(土)10～12時 ②上尾市コミュニティセンター ③斉田季実治さん(気象予報士)による講演「いのちを守る気象情報」 ④150人(先着順)

【プロフィール】

さいた・きみはる
北海道大学で海洋気象学を専攻し、在学中に気象予報士資格を取得。北海道文化放送の報道記者や民間の気象情報会社勤務などを経て2006年からNHK気象キャスター。現在は「首都圏ニュース845」「NEWS WEB」に出演。



斉田季実治さん

消防出初式

①1月18日(日)10時30分～12時 ②市消防本部・東消防署 ③消防車両と消防職・団員の行進、市長の年頭訓示、消防署



昨年の消防出初式

訓練展示 ④消防総務課 ⑦15500・FAX 75-2230

暮らし・彩り・公民館

1・2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 〒362-0017 ニツ宮750(文化センター内) ☎775-0185・FAX776-7366

第23回上尾市新春将棋大会

段・級別によるクラス別対局。日本棋院プロ棋士との指導対局を開催予定。ジュニア(小・中学生)・レディースクラス(有段者以外)もあり

時 1月31日(出)9:30~16:30 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 一般/1,000円、ジュニア・レディースクラス/500円 定 200人 申 1月14日(水)までに往復はがきで

第45回上尾市俳句大会

封書による投句と開催日に出される席題での投句・選句・講評を楽しく体験する ※入賞者を発表し表彰します。

時 3月7日(出)12:00~16:00 【応募の部】費 1組3句で1,000円(定額小為替) ※2組6句まで応募できます。当季雑詠(冬・新年・春)未発表のもの。 申 投句用紙、定額小為替を同封して1月26日(月)までに郵送で 【当日の部】費 500円 申 直接または電話で ※投句用紙は各公民館、上尾市図書館、上尾市コミュニティセンターにあります。

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

彫紙アートの世界 ~入門編~

奥行きのある彫り絵で、バレンタインメッセージカード・椿のカードケースなどを作る

時 2月5~19日の毎週(休)10:00~12:00(全3回) 対市内に在住・在勤 費 1,500円 定 10人 持 カッターナイフ、木工用ボンド、ホチキス、定規 申 1月20日(水)までに往復はがきで

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

原市日本語教室

外国人市民が日本語や地域のこと、日本の文化について学ぶ(マンツーマン方式)

時 1月9日~3月20日の毎週(金)19:00~21:00(全11回) 対市内に在住・在勤の外国人 定 20人 申 1月5日(月)から直接または電話で

大石公民館 〒362-0063 小泉747-8 ☎726-6615・FAX726-6616

お茶を楽しみましょう！煎茶道入門教室

煎茶のいただき方や味わい方と作法を立礼・座礼で学ぶ

時 1月26日~2月16日の毎週(月)13:30~15:30(全4回) 対市内に在住・在勤 費 200円 定 20人 申 1月16日(金)までに往復はがきで

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

文学講座「徒然草を読む」~無常を生きる知恵~

古典の三大随筆の一つ『徒然草』の神髄に触れ、作品から深くて豊かな人生観を学ぶ

時 2月2~16日の毎週(月)9:30~11:30(全3回) 対市内に在住・在勤 定 30人 申 1月21日(水)までに往復はがきで

骨盤体操

運動まくら・ゴムチューブなどを使いながら、骨盤のゆがみをとる体操を行う

時 2月12~26日の毎週(休)13:30~15:00(全3回) 対市内に在住・在勤の女性 定 30人 持 ヨガマット 申 1月21日(水)までに往復はがきで

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

からだ温め講座~寒さを気功で吹き飛ばそう~

胡弓のやさらかな音楽に合わせ、ゆったりとした動きで導引養生功を学ぶ

時 2月5~19日の毎週(休)13:00~14:30(全3回) 対市内に在住・在勤 定 30人 申 1月23日(金)までに往復はがきで ※持ち物は当選者に通知します。

手作りのパンを作ってみませんか

パンとお菓子の作り方を学ぶ①マヨネーズパン、シナモンロール②マドレーヌ、チョコチップクッキー③クレープパン、塩バターパン

時 2月27日~3月13日の毎週(金)18:30~21:00(全3回) 対市内に在住・在勤 費 1,500円(3回分) 定 16人 持 エプロン、バンダナ、布巾2枚、筆記用具、持ち帰り容器 申 2月18日(水)までに往復はがきで

時とき 所ところ 対内容 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

1月

〒西貝塚 17-1 ☎ 783-1126 ・ ☎ 726-7657

健康プラザわくわくランド

検索

【開館時間】 10:00 ~ 21:00

【1月の休館日】 毎週(水)、1月1・2日 ※1月3~5日は短縮営業のため17時閉館です。

館長イチオシ

藤波餅つき踊り

☎ 1月11日(日) ①11:30~②13:00~

☎ 入館料だけ 【出演】藤波餅つき踊り保存会



ジュニアスイムレッスン

☎ 2月6日~3月13日の毎週(金)(全6回) 初級クラス(浮き身やキックなどの基本) / 17:00~18:00 中級クラス(クロールの習得を目指す) / 18:00~19:00 ☎ 小学生 ☎ 6,000円(入館料込み) ☎ 各10人(先着順) ☎ 1月25日(日)までに直接または電話で

プール

- ①はじめてアクア ☎ 1月13・20・27日(火)11:00~11:40 ☎ 15人
- ②シェイプアクア ☎ 1月13・20・27日(火)14:00~15:00 ☎ 20人
- ③水中ウォーキング ☎ 1月15・22・29日(水)11:00~11:30 ☎ 15人
- ④ファンファンスイム~バタフライ~ ☎ 1月15・22・29日(水)14:00~15:00 ☎ 10人
- ⑤ワンポイントスイム ☎ 1月16・23・30日(木)11:00~11:40 ☎ 15人
- ⑥水中運動 ☎ 1月16・23・30日(木)14:00~14:40 ☎ 15人

スタジオ

- ⑦レッツフィットネス ☎ 1月19・26日(月)10:30~11:00 ☎ 10人
- ⑧エアロッチ ☎ 1月19・26日(月)11:40~12:20 ☎ 15人
- ⑨気功法 ☎ 1月13・20・27日(火)10:30~11:30 ☎ 20人
- ⑩ヨガ ☎ 1月13・20・27日(火)11:45~12:45 ☎ 15人
- ⑪ベリーダンス ☎ 1月13・20・27日(火)13:00~14:00 ☎ 20人
- ⑫セラバンピラティス ☎ 1月15・22日(水)11:00~12:00 ☎ 20人
- ⑬かんたんエアロ ☎ 1月15・22・29日(水)12:30~13:30 ☎ 15人
- ⑭エアロッチ夜 ver. ☎ 1月16・23・30日(木)19:10~19:50 ☎ 15人

健康相談

⑮健康相談 ☎ 1月20日(火)14:15~15:15

☎ 共通 ☎ 高校生以上 ☎ 300円 (①③⑤⑥⑦⑧⑩⑭⑮は入館料だけ)

ラウンドフィットネス体験会

☎ 開館日の11:00~、14:00~ ※(月)は14:00~だけ ☎ 10人 ☎ 入館料だけ ☎ 直接または電話 ※当日は開始10分前までに受付へ。

学べる・遊べる 自然学習館

1月

〒畔吉 178 ☎ 780-1030 ・ ☎ 726-7901



PICK UP

天文科学教室

●旧暦カレンダーを作ろう

☎ 1月25日(日)14:00~15:30 ☎ 10人(先着順) ※小学4年生以下は保護者同伴です。 ☎ 筆記用具 ☎ 1月5日(月)から直接または電話で



体験ものづくり教室

●食文化・小正月(まゆ玉と小豆がゆ)

☎ 1月12日(祝)13:00~15:30 ☎ 300円 ☎ 16人(先着順) ☎ エプロン、三角巾、持ち帰り用容器 ☎ 1月5日(月)から参加費を用意して直接

●草木染め(スオウで丹後ちりめんのストールを染める)

☎ 1月23日(金)9:30~12:30 ☎ 2,000円 ☎ 16人(先着順) ☎ エプロン、厚手のゴム手袋、使用済みタオル ☎ 1月5日(月)から参加費を用意して直接

自然学習教室

●野鳥観察入門①

☎ 1月25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。 ☎ 20人(先着順) ☎ 双眼鏡(貸し出し有り) ☎ 1月5日(月)から直接または電話で

※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、自然学習館へ問い合わせてください。

市内循環バス"ぐるっとくん"平方循環で「自然学習館」下車

(28日は15時まで)

■上尾市職員文化祭 1月20日(火)~28日(水)10~17時30分

14日は16時まで

■第27回2014上尾シティマラソン写真コンテスト作品展示会 1月5日(月)~14日(水)9~17時(5日は13時から、9日は16時まで)

市役所ギャラリー

■第31回上尾市美術家協会日本画展 1月29日(水)~2月4日(水)10~18時(29日は13時~18時30分、4日は17時まで)

時から、28日は17時まで

■第19回全日本写真連盟すいよう支部写真展 1月22日(木)~28日(水)10~18時(22日は11時~18時)

■被書復興支援チャリティー展(書道) 1月15日(木)~21日(水)10~19時(21日は17時まで)

■花物語写真展 1月8日(木)~14日(水)10~18時(8日は12時から、14日は15時まで)

市民ギャラリー

☎ 75-94996 ・ ☎ 76-2250

ギャラリー
ガイド
1月5日~
2月4日