

情報



暮らし



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18日(月)～25日(月)は臨時休館します。休館中の圖書の返却は、ブックポストにお願ひします。

↓図書館(☎773-8521・☎776-7330)

埼玉県住宅リフォーム専門相談窓口

埼玉県では、県民が安心して住宅リフォームを行える環境を整備し、安心・安全な住まいづくりを支援するため、県民向けの住宅リフォーム専門相談窓口を設置しています。

▼とき 毎週土曜日午後1～6時 ▼ところ 住まい相談プラザ(JR大宮駅西口コンコース内) ▼相談内容 住宅リフォームに関する技術的な留意点、業者の選び方や契

約の仕方、工事施工中の注意点など ▼相談方法 電話または面談(いずれも要予約) ▼費用 無料 ▼申し込み 電話で住まい相談プラザへ

↓住まい相談プラザ(☎65833017)

意識したことありますか? 最低賃金

埼玉県内で事業を営む使用者と、その事業場で働く全ての労働者に適用される埼玉県最低賃金は左表のとおりです。 ※埼玉県最低賃金よりも特定(産業別)最低賃金が優先されます。

埼玉県最低賃金	時間額(円)	発効日
	771	平成24年10月1日
特定(産業別)最低賃金	時間額(円)	発効日
非鉄金属製造業	832	平成24年12月1日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	836	
輸送用機械器具製造業	847	
光学機械器具・レンズ、時計・同部分品製造業	845	
各種商品小売業	802	
自動車小売業	847	

↓埼玉県労働局賃金室(☎60016205・☎60016225)、さいたま労働基準監督署(☎6004801)

合同就職面接会

▼とき 2月25日(月)午後1～4時(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 ▼参加費 無料 ▼対象 ①大学等卒業予定者就職面接会/平成25年3月に大学(院)・短大・高専・専門学校等を卒業見込みの人(既卒3年以内の人も可)②福祉の仕事就職面接会/福祉・医療系事業所への就職を希望している人(新卒者も可) ▼申し込み 当口、直接会場へ

参加企業など詳しい情報は、埼玉県労働局のホームページ(<http://saitama-roudoukyoku.jst.go.jp>)をご覧ください。

↓①埼玉新卒応援ハローワーク(☎650-2234)、ハローワーク大宮(☎66718609)②ハローワーク大宮福祉人材コーナー(☎66718609)

平成26年3月大学等卒業予定者企業説明会

▼とき 2月18日(月)午後1時30分～4時(0時30分から受け付け) ▼ところ 大宮ソニックシティ地下展示場 ▼内容 企業人事担当者による企業説明会、ハローワーク

保険だより

人生の節目を迎えた時、将来のことを考えたりした時などに「保険を見直したい、でも自分ではどうしたらいいかわからない」と思ったら「保険クリニック大宮店」に相談してみては?

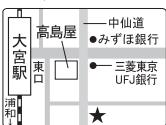
保険のことなら何でも相談できる「保険クリニック」では、どの保険会社にも偏らない中立的な立場でのアドバイスが好評です。相談では、保険の専門家が加入中の保障内容を丁寧に説明。もし問題があれば家族構成や希望に合った改善方法を一緒に考えてくれます。独自のシステムで約30社の保険を一度に比較することができ、内容の違いやポイントがよくわかり、希望に合ったプランが見つかります!

2月28日までに「広報あけおを見たい」と言って予約すると来店相談料が無料に(通常3150円)。何度相談しても無料なので納得いくまで相談できます。

相談予約・問い合わせ

0120-1132-271

【営業10時～18時】
【定休】水曜・祝日
大宮区仲町2-23-2
大宮仲町センタービル3F
無料提携駐車場あり
(お問い合わせください)



募集代理店:(株)アイリックコーポレーション 募資1212-KF08-50899

広告

つきのみや法律事務所

埼玉弁護士会所属
代表 弁護士 中村弘毅

無料法律相談 一人で悩まず専門家にご相談を…

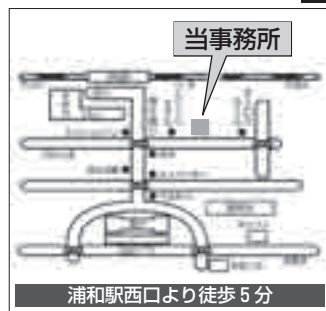
相続・遺言	不動産トラブル	借金	離婚
債権回収	交通事故	投資被害	成年後見

TEL 048-815-4900

(電話受付時間: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。
〒330-0063 さいたま市浦和区高砂2-1-16 浦和大熊ビル3F

つきのみや法律事務所

検索



浦和駅西口より徒歩5分



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、20日(祝)
- コミュニティセンター／25日(月)
- イコス上尾／毎週月曜日
- 児童館アッピーランド／19日(火)
- 児童館こどもの城／14・28日(木)
- 健康プラザわくわくランド／6・13日(水)、21日(木)、27日(水)

年金記録問題の解決に向けて、日本年金機構は「ねんきん特別便」などを郵送し、年金記録の確認をしてきました

再確認キャンペーン

気になる年金記録再確認キャンペーン

ジョブサポーターによる就職相談コーナー ▼対象 平成26年3月に大学(院)・短大・高専・専門学校等を卒業見込みの人 ▼参加企業 80社(予定) ※詳しくは埼玉労働局のホームページ(<http://hlp.jp/saitamaroudoukyokujiste.mhlw.go.jp>)をご覧ください。 ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
 ↓埼玉新卒応援ハローワーク(☎650-2234)、ハローワーク大宮(☎667-8609)

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

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3,190円の割引ですが、口座振替で前納すると3,770円の割引になります(平成24年度額)。6カ月分の前納も口座振替がお得です。
 ※1年度分と上期6カ月(4~9月)分の口座振替の前納は2月末日までに申し込みが必要で
 必要です。

保険料の納付は、支払いの間や時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せん。

国民年金保険料は便利でお得な口座振替で



が、いまだに持ち主が確認できない年金記録が約2,200万件残っています。年金記録に「漏れ」や「誤り」があるか心配な人は、近くの年金事務所に相談してください。
 ↓大宮年金事務所(☎652-1584)

6・☎774-1330)

▼とき 4月7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(木)まで(必着)に郵送で上尾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10日(日)に文化センター小ホールで開催します。
 ↓遠山(☎774-0660

第111回上尾市野球大会

日振り替え)がお得です。
 □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(☎652-14739)

KUMON 広告

2月無料体験学習スタート!

★KUMONIは「読み書き・計算・英語力」のしっかりとした基礎学力を育む学習法です★

たしかな学力を身につけるために、小さいうちから、KUMONでまなびの体験をスタートさせませんか。身近な「ことば」「かず」とふれあいながら、将来まで役立つまなびの力をぐんぐん伸ばします。

2/15(金)~2/28(木) 期間中4回学習できます!

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

♪上尾地区教育講演会のお知らせ♪

日時:2/17(日) 10:30~12:00
 会場:上尾市 コミュニティセンター ホール
 講師:田嶋元彦氏(白百合大学)
 楽しい親子読書を通じた心のヒントを分かりやすくお伝えいたします。講演は、発達心理学の権威である田嶋元彦氏(白百合女子大学)です。全国の子育て中の保護者の皆様、幼児教育関係者の皆様から大変ご好評をいただいております。ぜひお申し込みください。ご登録で、ぜひご参加下さい。

★お申込・お問い合わせは★
 0120-372-100

広告

お口の健康から全身の健康へ

医療法人 Arrows

マチダデンタルオフィス

上尾市西宮下4-354-1
 ☎ 048-773-8811 (完全予約制)
<http://www.machida-dent.com>

広告

仙骨を整え不調を改善

命の骨「仙骨」は身体の出発点にあたる中心の骨。一時的でない骨盤矯正で心身ともに根本的な改善へ

肩こり、腰痛、産後矯正などに効果的。様々なコースあり。お得な一括支払いも。

- ・骨盤・仙骨矯正コース
- ・全身バランス整体コース
- ・産後の骨盤(仙骨)矯正コース
- ・足やせ・美脚矯正コース

上記、初回お試し60~90分3,000円

すこやか整体院 ☎048-771-4579

【受付時間】10:30~20:00(日祝 10:30~17:30)
 【定休日】水曜、他不定休有 【HP】<http://sukoyaka-life.net>
 〒362-0036 上尾市宮本町10-2 サンロイヤル105



▼とき 3月24日(日)午前8時30分集合、午後4時解散予定
 ▼ところ 清水公園(千葉県野田市、☎0477-1253030) ※集合・解散はJR上尾駅です。▼内容は 清水公園でのフィールドアスレチック体験(雨天時は野田市のしょうゆ工場見学) ▼対象 市内に在住の小学4年生~中学生 ▼定員 20人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 500円(入場料・保険料など。交通費別) ▼交通手段 電車 ▼申し込み 往復はがき(1家族1枚)

市青少年相談員協議会主催「アスレチックナンバーワン決定戦」

小学校給食レシピ¹² イワシ甘酢味

⇒学校保健課 ☎775-9683
 ☎775-5633



●材料1人分

	材 料	分量
1	イワシ切り身(腹骨をとる)	2枚(20g ²)
2	片栗粉	適量
3	揚げ油	適量
4	砂糖	3g ²
5	酢	2g ²
6	しょうゆ	3g ²
7	水	適量

●作り方

- ①鍋に4~7を入れ、たれを作る。
- ②イワシ切り身に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ③揚げて熱いうちに、①で作ったたれをかける。

たれは加熱すると味がなじみやすくなるよ!



▼とき 3月9日(土)午前10時~11時30分 ▼ところ 瓦葺ふれあい広場集会室兼体育館

瓦葺ふれあい広場健康増進事業 パパ・ママと一緒リズムでGO!

にアスレチックナンバーワン決定戦参加希望、住所、参加者氏名、ふりがな、学年、性別、電話番号、保護者氏名を記入して、2月27日(水)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)を募集しています。上記申し込みに「スタッフ希望」と記入してください。
 ↓唐澤(☎090-4060-7147)

▼とき 3月2日(土) ▼内容 講習会、バッジテスト

市民スキー・スノーボード大会とバッジテスト

親子で楽しく体を動かす ▼対象 市内に住の生後6カ月~3歳程度の子どもの親 ▼定員 25組(先着順) ▼持ち物 タオル、飲み物、上履き ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月1日(金)~3月4日(月)に電話またはファクスで上尾母子愛育会原市地区担当の柳へ
 ↓柳(☎090-3904-3454・☎723-2402)

送迎する草津温泉の宿
 川越・東松山・古見・池袋・熊谷発(2泊3日なら2名様でも出発!)

9名以上のグループに最適! 15名様以上でお酒1本付! 1泊2食 5,150円~(お一人様/平日)

●設備・温泉・無料駐車場
 http://www.otoiwase-gpp.com
 〒377-3711 群馬県草津町草津山崎4-2-11
 ☎0279-88) 3960
 E-mail: otoiwase@kusatsu-gpp.com

草津グリーンパークパレス

送迎する八丁湖畔の宿
 1泊2食 5,980円~(1室3名・お一人様/平日)

多目的複合施設 15名様以上でお酒1本、またはお菓子のコーヒーマカオサービス付!

●東松山・湯敷駅より車で15分 ●バス送迎できます
 http://www.friend-yoshimi.co.jp
 〒355-0265 群馬県八丁町八丁山崎1-1-1
 ☎0493-54) 2030
 E-mail: otoiwase@friend-yoshimi.co.jp

フレンドシップ ハイッよしみ

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(木)

- ◇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

▼参加費 2千円
●市民スキー・スノーボード大会
▼とき 3月3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 100人(先着順) ▼参加費 小・中学生/千円 一般/2千円

【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1日(金)~18日(月)に参加費を用意して直接、ベストスキーサービス

(西宮下2-3-18)へ ※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。
↓市スキー連盟事務局の内田(☎090-8032-8516・午後5時まで)、稲沢(☎776-0553・午後5時以降)

市柔道・剣道教室生徒(初心者課程)の募集説明会

青少年の健全育成を目的にした柔道・剣道教室を市民体育館で行っています。平成25年度の新規入会者に対する説明会を開催します。
▼とき 2月28日(木)午後6時~(1時間程度を予定) ▼ところ 青少年センター2階会議室 ▼対象 4月から柔道・剣道を始めた小・中学生の保護者 ▼持ち物 筆記用具 ▼申し込み 当日、直接会場へ

上尾市ソフトバレーボール大会

▼とき 3月9日(土)受け付け/午前9時~同30分、開会式/9時40分、試合開始/10時 ▼ところ 埼玉県立武道館 ▼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ファミリアの部(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2日(土)までに上尾市バレーボール連盟の泉田実(〒362-0047今泉2-2-1-18)へ



長野県上尾市の「稲倉棚田」オーナー

市と防災協定を結んでいる長野県上尾市内にある「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) ※詳しくは上尾市ホームページ(☎http://www.city.ueda.nagano.jp/)「稲倉棚田オーナー募集」のページをご覧ください。資料の請求は上尾市農政課(☎0268-1231-5122・☎0268-1231-5982・☎nosei@city.ueda.nagano.jp)まで。
↓農政課(☎775-7384・☎775-9872)

市民農園「アグリプラザ平塚」の平成25年度新規利用者(空き区画)

▼ところ 市民農園「アグリプラザ平塚」(平塚1-5-16)
▼内容 4月からの新規利用希望者の事前受け付け ▼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) ※福祉区画は車いすでも作付けできる区画で、利用には制限があります。 ▼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28日(木)までに農政課(〒362-0850本町3-1-1)へ
↓農政課(☎775-7384・☎775-9872)

有料広告募集中!!

毎月約8万3,000部発行の『広報あげお』に広告を掲載しませんか?

料金や申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

有料広告のお問い合わせは

⇨広報課 ☎775-4918
☎776-8873

BONITA でお花生活始めましょう

体験レッスン 2月中の火曜日・第三日曜日
時間 10時~ 2時~ 6時~ 各2時間
費用 ¥3675 (花・器・レッスン料込)



新年度ご入会の方には割引特典があります。

〒362-0017 上尾市二ツ宮 978-3
TEL・FAX 048-776-8739

**上尾市生徒指導支援員
(上尾市臨時職員)**

▼募集人数 4人程度 ▼応募資格 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 ▼業務内容 市内中学校での校内巡回を中心とした生徒指導の支援 ▼期間 4月5日(金)～平成26年3月26日(水) ▼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) ▼交通費 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もダウンロード可)に必要事項を記入して、2月15日(金)までに直接指導課へ
↓指導課(☎775-9672・☎775-5633)

**学校給食調理員
(臨時的任用職員)**

▼任期 ①4月1日～7月31日(JR高崎線より西側の学校)②5月1日～10月31日(JR高崎線より東側の学校) ※最長1年間の期間で任期を延長する場合があります。 ▼勤務日 月～金曜日

(祝日を除く) ▼勤務時間 7時間45分(例/午前8時15分～午後4時45分(うち休憩時間45分)) ▼内容 小学校の給食調理業務 ▼受験資格 栄養士または調理師の資格がある人 ▼募集人数 2人 ▼給与 給料、その他手当(社会保険加入) ▼試験内容 面接 ▼試験日 2月22日(金) ※時間と試験会場は申込時にお知らせします。

▼申し込み 採用試験申込書(教育委員会総務課(市役所7階)、各支所・出張所)にある。市ホームページからもダウンロード可)に写真(縦4×横3センチ)1枚を貼り付けて、2月12日(火)～20日(水)午前9時～午後4時に直接教育委員会総務課へ
↓教育委員会総務課(☎775-9469・☎776-2250)

**平成25年度公立保育所
で働く臨時保育士などの
名簿登録者**

公立保育所では、保育所職員の代替保育士や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

▼勤務日 月～土曜日(週5日勤務) ▼勤務時間 午前8時30分～午後5時(うち休憩時間60分) ▼日給 7,875円(時給1,050円) ▼応募要件 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

▼勤務日 月～土曜日(週4日勤務) ▼勤務時間 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 ▼時給 980円(延長保育時間は1,050円) ▼応募要件 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(ロイテーション勤務のため、部分勤務が可能) ▼時給 1,050円 ▼応募要件 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)



アッピーレシピを募集します

アッピーレシピコンクールを開催

⇒健康推進課(保健センター内) ☎774-1411 ☎776-7355

7月6日(土)に開催する健康まつりでレシピコンクールを行います。おいしくて簡単に作れる料理のレシピを募集します。応募レシピは健康まつり会場などに展示し、優秀作品は当日表彰(賞状、記念写真、記念品などを贈呈)を行います。

▶対象 市内に在住か在勤の人(プロ・アマチュア不問) ▶作品 未発表のもの、1人1点まで ▶募集要項・申込用紙 市ホームページまたは市内のポスター掲示場所で配布 ▶応募方法 申込用紙にレシピ、料理の写真を添付して、3月29日(金)まで(必着)に直接か郵送(〒362-0074春日2-10-33健康推進課内)またはメール(☎ s178000@city.ageo.lg.jp)で上尾市健康増進計画推進会議食グループへ ※応募作品の著作権は主催者に帰属し、作品は返却しません。

BBS会員

ビッグ・ブラザーズ・アン

▼登録方法 履歴書と臨時職員登録申請書(市ホームページ)または保育課(市役所2階)にある)に必要事項を記入して、写真、資格証明書の写し(③時間外パート職員を除く)を添えて保育課へ ※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を実施した上で決定します。年度途中の採用もあります。
↓保育課(☎775-5044・☎774-5342)

ド・シスターズ(BBS会)は「非行防止活動」や、非行の恐れのある)少年の良い友達になって兄や姉の立場で相談に応じる)ともだち活動を行う青年ボランティア団体です。
▼活動目的 非行少年の立ち直りとその成長過程を側面から援助する ▼対象 18～30歳くらいで、青少年の友達になって活動する他、月1回以上会議に出席できる人 ▼募集地区 さいたま大宮地区(上尾市、さいたま市、伊奈町) ▼申し込み 電話で保護司の田端へ
↓田端(☎773-2410)



教室名	と き	内 容
料理教室① (ライシイ会)	毎月第1金曜日	料理の基本、調理方法などを学ぶ
料理教室② (カトレア会)	毎月第5金曜日	
パン教室① (くろみ会)	毎月第2金曜日	パンの作り方とパンに合う料理の作り方を学ぶ
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火曜日	唱歌から歌謡曲まで、幅広くいろいろな歌を歌う
絵手紙教室	毎月第3木曜日	絵手紙の書き方の基本を学ぶ
パステル画教室	毎月第2火曜日	パステル画の描き方の基本を学ぶ
陶芸教室	毎月第4火曜日	陶芸の基本を学ぶ
革工芸教室	毎月第1火曜日	革工芸の基本を学ぶ 花の特性やガーデニングの基本を学ぶ
ガーデニング教室	毎月第5木曜日	
失語訓練教室	毎月第1木曜日	言語聴覚士指導の下、言語機能の訓練を行う
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・5水曜日	理学療法士指導の下、日常生活に必要な基本的動作習得のための訓練を行う
スポーツ・レクリエーション教室	①毎月第1火曜日	理学療法士指導の下、レクリエーションを中心に身体を動かし、体操や歩行訓練を行う
	②毎月第2火曜日	
	③毎月第3火曜日	
	④毎月第4火曜日	
気功教室	毎月第4火曜日	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	毎月第5火曜日	料理の基本、調理方法などを学ぶ

▼とき・内容 左表のとおり ▼ところ 上尾市総合福祉センター(平塚724) ▼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25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せん。

↓社会福祉協議会「ふれあいハウス」の藤戸・山口
(☎77612235・☎77218647)

ふれあいハウス利用者

平成25年度 上尾市身体障害者福祉センター

自衛官

▼募集種目・応募期間・応募資格・試験日 左表のとおり

募集種目	応募期間	応募資格	試験日
幹部候補生 一般・技術・歯科 薬剤	2月1日(金)～ 4月26日(金)	20～25歳の人。22歳未満の人は大学卒業(見込みを含む)。大学院修士課程修了者は28歳未満	1次試験/5月11日(土) ※飛行要員希望者は5月11日(土)、12日(日)の2日間。
		専門の大学卒業(見込みを含む)で20～29歳の人 専門の大学卒業(見込みを含む)で20～25歳(薬学修士学位取得者は28歳未満)の人	1次試験/5月11日(土)
官補 予備自衛官 一般技能	4月3日(水)まで	18～33歳の人 18～54歳の人(保有する技能による)	4月12日(金)～ 15日(月)のうち指定された1日間

↓自衛隊埼玉地方協力本部
さいたま地域事務所(☎・☎65112420)

登録手話通訳者選考試験

▼選考試験日 3月3日(日) 午前9時～正午 ▼試験会場 上尾市総合福祉センター(平塚724) ▼試験内容 筆記試験、手話読み取り、手話表現、面接 ▼募集人数 若干名 ▼応募条件 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)、社会福祉協議会(総合福祉センター)内)にある)に必要事項を記入して、2月14日(木)まで(必着)に直接または郵送で障害福祉課(〒362-8501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)

アッピ元気体操リーダー

▼対象 次の①②③に該当する人/①50歳以上で健康である(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元気体操のリーダー活動ができる

養成講座

▼とき・ところ 下表のとおり(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、アッピ元気体操、アッピせらばん体操、救急法など ▼定員 60人(先着順) ▼申し込み 2月4日(月)～3月29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、電話番号を高齢介護課(市役所2階③番窓口)へ ※とき・ところは変更する場合があります。

回	と き	と ころ
1	5月22日(水)	市民体育館卓球室
2	29日(水)	
3	6月7日(金)	大石公民館体育室
4	13日(木)	
5	21日(金)	
6	26日(水)	
7	7月1日(月)	上平公民館体育室
8	9日(火)	
9	17日(水)	
10	25日(木)	

↓高齢介護課(☎77514190・☎77618872)



成年後見市民講座

▼とき 2月9日(土)午後1時～4時30分 ▼ところ 上尾公民館講座室501 ▼内容 成年後見制度の概要や手続きなど ▼講師 高村多嘉藏さん(行政書士)、鍵和田泰さん(行政書士)他 ▼定員 70人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 電話またはファクスでNPO法人埼玉成年後見支援センターへ ※講義終了後、希望者に個別相談を行います。
↓NPO法人埼玉成年後見支援センター(☎77877651・☎77118590)

成年後見制度 無料相談会・公開講座

▼とき 2月23日(土) 無料相談会/午前10時~午後4時、成年後見制度、相続手続き、遺言書作成に関する相談、公開講座「相続と成年後見」/午後1時~2時30分 ▼ところ 伊奈町ふれあい活動センター(伊奈町小室2450-1) ▼定員 40人 ▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
↓一般社団法人コスモス成年後見サポートセンター埼玉県支部(埼玉県行政書士会会館内、☎048-833-0647)

実技救命講習会

この講習は、市ホームページにある「応急手当ウェブ講習」(☎http://www.city.agoe.lg.jp/site/shoubou/list3-40.html)の受講証明書を取得した人が受講する講習です。修了者には、普通救命講習Iの修了証を発行します。
▼とき 3月9日(土)午前9~11時 ▼ところ 市消防本部 ▼内容 心肺蘇生法、応急手当、自動体外式徐細動器(AED)の使用方法など(1

20分) ▼対象 市内に在住か通勤または在学(中学生以上)の人 ▼持ち物 応急手当ウェブ講習の受講証明書(スマートフォンの場合当日提示) ▼定員 20人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費 無料 ▼申し込み 往復はがきで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入して、2月18日(月)まで(必着)に消防本部警防課(〒362-0013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・☎775-12230)

保護者のための わが子の自立支援セミナー

▼とき 3月2日(土)午後1時30分~4時30分 ▼ところ 上尾市プラザ22第1会議室 ▼内容 社会的ひきこもりやニートなど、子どもの進路で悩む保護者のために講義や実習を行い、子どもへの接し方や子どもの自立についての手立てを学ぶ ▼対象 義務教育を修了した15~39歳の「未就労の子がいる親・家族(夫婦での参加も可能) ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月2日

(土)午後1時から電話で若者自立支援センター埼玉へ
↓若者自立支援センター埼玉(☎048-2255-8680)

上尾市環境推進協議会 環境問題学習会

▼とき 2月26日(火)午後6時15分~7時30分 ▼ところ 上尾市プラザ22会議室 ▼内容 岩井大輔さん(財)埼玉県生態系保護協会主任研究員による講演「見て、聴いて、触れて、身近なカエルを知ろう!」 ▼定員 50人(先着順) ▼入場料 無料 ▼申し込み 2月1日(金)~22日(金)に直接または電話かファクスで環境政策課へ
↓環境政策課(☎775-1925・☎775-19927)

上平公園剪定講座 バラの冬季剪定編

▼とき 2月22日(金)午前10時~正午 ▼ところ 上平公園芝生広場、野球場会議室 ▼講座内容 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 ▼講師 1級造園技能士 ▼参加費 無料 ▼申し込み 2月4日(月)午前8時30分から直接または電話で上平公園管

男性料理講座

~あげおご当地グルメ祭りで
大人気の串ギョウザに挑戦!~

⇨男女共同参画推進センター ☎778-5111 ☎778-5112

イクメン(子育てを楽しみ自分自身も成長する男性)、カジダン(料理や掃除など家事を楽しみ積極的に取り組む男性)、イクジイ(孫育てに関わる年配の男性)という言葉を目にする昨今、男性は仕事だけではなく地域・家庭での役割が大いに期待されています。簡単でおいしい料理に挑戦してみませんか。

▶とき・ところ・内容 下表のとおり ▶対象 市内に在住か通勤の男性 ▶定員 20人(先着順) ▶参加費 500円(材料費) ※当日集金します。▶持ち物 筆記用具、エプロン、バンダナ、布巾2枚 ▶申し込み 2月4日(月)~18日(月)に電話かファクスで男女共同参画推進センターへ

とき・ところ	内容	講師
2月24日(日) 午前10時~正午 上尾公民館調理室	串ギョウザ、 つけそば	吉川和寿さん (「仙人のびすところ」店長)



新入生保護者対象 中学校給食の試食会

▼とき 3月19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 スタミナ焼肉丼、牛乳、海藻サラダ、みそ汁 ▼対象 平成25年度市内の中学校に入学する生徒の保護者優先 ▼定員 25人

図書のリサイクル

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2日(土)・3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5

理事務所へ
↓(財)上尾市地域振興公社(上平公園管理事務所、☎776-8986・☎776-322)

(先着順) ▼参加費 270円(食料費相当額) ▼申し込み 2月1日(金)~3月5日(火)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(☎777-11552・☎777-11553)



第39回上尾市民音楽祭

⇒生涯学習課(☎775-9496・☎776-2250)

①邦楽祭

▶とき 2月16日(土)午前11時～午後4時(予定) ▶ところ 上尾市コミュニティセンターホール ▶内容 市内18団体による箏、尺八、大正琴、文化琴などの演奏

②吹奏楽・器楽祭

▶とき 2月17日(日)午前11時30分～午後3時30分(予定) ▶ところ 上尾市文化センター大ホール ▶内容 市内11団体(学校含む)による吹奏楽、チューバ、バイオリン、ウクレレなど器楽の演奏

【①②共通】

▶入場料 無料 ▶申し込み 当日、直接会場へ



♪ ランチタイムコンサート ♪

⇒上尾市文化センター(☎774-2951・☎774-2955)

▶とき 2月17日(日)午後0時5分～同50分 ▶ところ 上尾市文化センター101 ▶内容 「彩の国楽音団」の中込隆さん他による演奏 ▶定員 80人(先着順) ▶入場料 無料 ▶申し込み 当日、直接会場へ

♪ 第19回あらぐさコンサート ♪

⇒社会福祉法人あらぐさ福祉会 ☎726-5720 ☎726-7177

▶とき 2月23日(土)午後6時(5時開場) ▶ところ 上尾市文化センター ▶内容 宮間利之&ニューハード&ゲスト綾戸智恵さんのジャズコンサート、バザー、雑草のケーキ・クッキーの販売 ▶入場料 S席5千円、A席4,500円、自由席4千円(障害者割引各500円) ▶申し込み 事前に電話であらぐさ福祉会へ(当日券は500円増)

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

AGAサロン

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

第23回上尾市障がい者 作品展示即売会

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

お菓子とお茶を楽しみながら、上尾市国際交流協会(AGA)の活動を紹介します。

○法人グループ⑨「多夢向」
⑩「あけお福祉会」グリーンドア
ア
⇒障害福祉課(☎775-15122・☎776-8872)

大人のためのおはなし会
〜春〜

▶とき 3月6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 『せみになった坊さま』『青いハスの花』他 ▶語り手上尾おはなしの会 ▶定員 60人(先着順) ※小さな子ども連れはご遠慮ください。

▶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

⇒図書館(☎773-8521・☎776-7330)

ポートルース戸田

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 2月6日(水)～11日(祝)、14日(木)～19日(火)、23日(土)～26日(火)

▶場外発売 1月29日(火)～2月3日(日) ▶ところ पोर्टレース戸田

⇒埼玉県都市競艇組合(☎823-8711・☎823-8709)



身近な自然の環境管理作業
(生物多様性維持のため)
①サクラソウトラスト地(領家)
▼とき 2月10日～3月3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 2月22日(金) ※雨

(財)県生態系保護協会
上尾支部の催し



教科書から広がる読書の世界

⇒上尾市子どもの読書活動支援センター「あっぱい ぶっくる」
(☎773-3711・☎776-7330)

平成23年4月の教科書改訂により、小学校国語教科書には読書指導の内容が数多く盛り込まれるようになりました。そこで上尾の子どもたちが使っている光村図書出版株式会社の小学校国語教科書編集長を招き、国語教科書はどのようにして作られたか、どのような思いで編集しているかなど、編集長ならではの話を語ってもらいます。

▶とき 3月2日(土)午前10時～11時30分 ▶ところ 富士見小学校集会室
▶内容 光村図書出版元小学校国語教科書編集長の飯田順子さんによる講演
▶対象 小学5年生以上 ▶定員 40人(先着順)
▶参加費 無料 ▶申し込み 2月1日(金)～28日(木)に電話で上尾市子どもの読書活動支援センターへ ※駐車場が少ないので、車での来校はご遠慮ください。

鳥の観察会とアシリ刈り
▼とき ①2月1日(金)②2月10日(日)
【①②共通】小雨決行、正午まで
▼ところ 三ツ又沼ビオ

NPO法人
荒川の自然を守る会の催し

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



▼とき 2月23日(土)午前10時～正午 ▼ところ 上尾市コミュニティセンターホール
▼内容 防犯活動事例発表と林家ライス・カレー子さん(落語家)による防犯講演
▼定員 350人(先着順)
▼参加費 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ
↓市民安全課 ☎775-1514
☎775-1992

防犯講演会

トープ(平方) ▼集合 午前9時30分・三ツ又沼ビオトープ駐車場 ▼参加費 100円(保険料) ※詳しくは同会の菅間へ問い合わせてください。
↓菅間 ☎090-9641-5288

子育て支援センター

ももっこルームのご案内 3月

⇒子育て支援センター(☎778-2008・☎777-5804)

▶とき・講座名(ところ)・対象・定員 下表のとおり(時間/下表に記載のないものは午前10～11時)
※内容は問い合わせてください。 ▶申し込み 2月8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8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
午後	1時～	ももっこ広場

※定員の組数は原則です。

とき	講座名(ところ)	対象者	定員
3月	5日(火)	ももっこ広場(平方公民館)	1歳以上 35組
	6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
	7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
	13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
3月	14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
	21日(木)	はじめまして(子育て支援センター)	3～8カ月 15組
	26日(火)	ももっこ広場(上平公民館)	1歳以上 35組
	27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



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 ▶ところ 児童館こどもの城1階 ▶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。



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1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	—	
②1歳だけの日	2月8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	—	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)。
③0歳だけの日	2月15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乳幼児の健康相談(個別)	2月27日(水)午前10時～正午	0～3歳児と保護者	10組 (先着順)	保健師による乳幼児の健康相談(1人10分程度) ▶申し込み 2月13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」
(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 ②③④/直接または電話でつどいの広場「あそぼうよ」へ ①⑤/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5日(火)、14日(木) 20日(水)、26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	2月19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」	2月6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」	2月28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「子どもと一緒に旅に出よう～大人も子どもも楽しめる旅行を企画しよう～」(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27日(水) 午前11時～	—	—	みんなで2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」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9日(土) 第1回/午前10時～11時30分 第2回/午後1時30分～3時

▼ところ 図書館(本館)2階集会所

▼内容 『鷗外の恋人』 ▼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
☎776-7330

↓図書館



子ども映画会

▼とき 2月10日(日) 午前10時30分～11時30分

▼ところ 図書館(本館)2階集会所

▼内容 『いつすん法師』『こぎつね』とこだぬきポン』ほかへそまでま

▼対象 4歳以上

▼定員 60人(先着順) ▼入場料 無料 ▼申し込み 当日、直接会場へ



自然学習館 2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17日(日)午前9時30分～正午(小雨決行) ▶ところ 上尾丸山公園、工作実験室 ▶内容 初心者を中心に、ツグミやジョウビタキなど冬鳥を観察する ▶定員 20人(先着順) ※小学3年生以下は保護者同伴です。 ▶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(金)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16日(土)午前9時30分～午後1時 ▶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、ゴム手袋、大きめのレジ袋、おろし金 ▶申し込み 2月1日(金)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24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(金)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 ～最近の宇宙探査の話～
▶とき 2月23日(土)午後2時30分～4時 ▶ところ 多目的室 ▶内容 太陽系内の探査や他の恒星の観測など、21世紀になってからの新しい発見を学ぶ ▶定員 20人(先着順) ▶参加費 無料 ▶申し込み 2月1日(金)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、自然学習館へ問い合わせてください。

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

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	とき	内容	対象・定員	参加費	申し込み
①ヨガ&ピラティス	2月4～25日(11日を除く)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、しなやかなボディーを目指す	20人		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4～25日(11日を除く)の毎週月曜日正午～午後1時	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 ※ヨガを始めたい人にお勧めのプログラムです。	20人		当日、午前11時30分からフロント前で受け付け
③アクアピクス	2月5～26日の毎週火曜日午前11時～同50分	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	20人		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 ～背泳ぎ編～	2月5～26日の毎週火曜日午後1時～同50分	パタ足から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。	15人	入館料だけ	当日、午後0時30分からプール監視員室前で受け付け
⑤ワンポイントスイム	2月1～22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人		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	2月1～22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人		当日、午後1時30分からプール監視員室前で受け付け
⑦健康相談	2月19日(火)午後1時15分～2時15分	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 ※健やかルームで行います。	20人		当日、午後1時から2階ホールで受け付け
⑧ラウンドフィットネス体験会	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。	初めてラウンドフィットネスを利用する人の体験会	高校生以上	300円 ※2月だけ参加費無料(入館料は別途必要)です。	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。

ラウンドフィットネス体験会

2月は無料体験会のキャンペーンを実施します。この機会にぜひ体験会にご参加ください。

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。
▶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ご遠慮ください。



1階物販スペースでスイム用品、トレーニングウェアなどを販売しています。また2階では軽食や菓子、飲料の販売も行っています。 ※室内用シューズの販売は行っていません。

2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



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(TEL779-7030・FAX772-7972)

▶催し・とき・内容・対象・定員 下表のとおり ▶申し込み ①～⑫/当日、直接会場へ ⑬～⑮/2月5日(火)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	とき	内容	対象・定員
①つくってあそぼう	2月2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3日(日)午後2～3時	科学の博士と科学で遊ぼう!	
③節分豆まき	2月3日(日)午後2～3時	節分の日に豆まきをしよう	—
④わんぱくひろば	2月4日(月)午前11時10分～同50分	遊びの紹介と友達作りの広場	3歳児
⑤よちよちひろば	2月7日(木)午前10時30分～11時30分	保健師さんと「アレルギー対策」をテーマにお話	0～1歳6カ月児
⑥ビデオ上映会	2月9日(土)①午前11時～②午後2時～	童話や物語の上映	—
⑦レクゲームの日	2月9日(土)午後2～3時	レクリエーションを楽しむ	小学生
⑧育児のあれこれ おしゃべりほっとタイム	2月12日(火)①午前10時30分～②11時30分～	アドバイザーや保護者同士の情報交換	0～1歳児
⑨やぎさん一座の手づくり紙芝居	2月13日(水)午前11時～同30分	手づくり紙芝居の上演	乳幼児～小学生
⑩自由工作会	2月10日(日)午後2～3時	廃材で自由に工作を楽しむ	幼児～小学生
⑪冬のペーパークラフト	2月11日(祝)午後2～3時	道具を使い、紙でいろいろな物を作る ※材料がなくなり次第終了します。	
⑫おはなし会	2月16日(土)午後1時30分～2時	紙芝居やお話の読み聞かせ	乳幼児～小学生
⑬シュッポの部屋	2月17日(日)午後2～4時	電車のおもちゃで遊ぶ	小学生
⑭すごろく大会	2月17日(日)午後2～4時	巨大すごろくで遊ぶ	小学生
⑮にこにこひろば	2月18日(月)午前11時～同50分	遊びの紹介と友達作りのひろば	2歳児
⑯よちよちひろば	2月21日(木)午前10時30分～11時30分	遊びの紹介と友達作りのひろば	0歳児
⑰トランポリン教室	2月23日(土)午前9時20分～正午	トランポリン講師による指導 ※動きやすい服装でおいでください。	3歳以上・48人(当日、先着順に整理券を配布)
⑱おもちゃの病院	2月24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縫い物を除く) ※部品交換が必要な場合は実費がかかります。	—
⑲アッピーこども委員会	2月24日(日)午後2～3時	児童館でやりたいことをみんなで出し合い、話し合おう!	小学校高学年以上
⑳のびのびひろば	2月25日(月)午前11時10分～同50分	遊びの紹介と友達作りのひろば	1歳児
㉑けん玉であそぼう	2月26日(火)午後4～5時	けん玉で遊ぶ	幼児～小学生
㉒アッピーカフェ	2月11日(祝)午後2～3時	簡単なおやつを作り、お話をする	小学校3年生以上・15人
㉓のびのびアートの日	2月12日(火)午前10時30分～11時	画材を使いアートを楽しむ	2歳以上
㉔造形クラブ	2月16日(土)午後2～4時	「おひなさま」を作る	小学生・30人(先着順)
㉕おりがみ教室	2月23日(土)午後2～3時	「おひなさま」を折る	—

2月の休館日/19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




児童館こどもの城 2月の催し

⇨児童館こどもの城 (☎783-0888・☎781-4466)


▶催し・とき・内容・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	とき	内容	対象・定員
①おはなし会	2月2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5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7・21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9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10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にこにこタッチ	2月12日(火)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)
⑦体験トランポリン教室	2月16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)
⑧わくわく工作	2月17日(日)①午前11時～正午②午後2時30分～3時30分	おひなさまを作る	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24人(先着順)
⑨にこにこピョン	2月19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)
⑩やぎさん一座の手づくり紙芝居	2月20日(水)午後2時～同30分	手づくり紙芝居の上演	—
⑪にこにこジャンプ	2月25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)
⑫おはなしの城	2月26日(火)午前11時～同30分	紙芝居やパネルシアター	—



バドミントン教室

▶とき 2月24日(日)午後2時～3時30分 ▶ところ 体育遊戯室 ▶内容 バドミントンを基礎から学びながら楽しむ ▶対象 市内に在住の小学3年生以上 ▶定員 14人(先着順) ▶申し込み 2月1日(金)から直接または電話で児童館こどもの城へ



にこにこバースデー

▶とき 3月7日(木)午前11時～同30分 ▶ところ 美術工芸室 ▶内容 親子で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 ▶対象 市内に在住で3月に3・4歳になる未就園児と保護者 ▶定員 10組(先着順) ▶申し込み 2月1日(金)～25日(月)に直接または電話で児童館こどもの城へ

2月の休館日/14・28日(木) 開館時間/午前9時～午後6時
 ※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。

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

市役所ギャラリー

■第11回ひだまりの小さな書展 2月1日(金)～5日(火) 午前10時～午後5時(5日は午後3時30分まで)

■インカを描く 2月13日(水)～19日(火) 午前10時～午後5時(13日は正午から、19日は午後4時まで)

■スペシャルオリンピック 2月28日(木)～3月4日(月) 午前10時～午後4時

市民ギャラリー

■第31回埼玉中央書道展覧会 2月1日(金)～6日(水) 午前10時～午後6時(6日は午後4時まで)

■花教室NONOKAフラワールンジメント作品展 2月9日(土)～11日(祝) 午前10時～午後6時(9日は午前11時から、11日は午後5時まで)

■第29回上尾市いけばな協会展 2月15日(金)～20日(水) 午前10時30分～午後6時(17・20日は午後5時まで)

■第16回公益社団法人上尾法人会美術展覧会(絵画と書) 2月21日(木)～27日(水) 午前10時～午後6時(21日は午後1時から、27日は午後3時まで)

■第1回フォトクラブひまわり写真展 2月28日(木)～3月6日(水) 午前10時～午後6時(28日は正午から、6日は午後4時まで)

ギャラリーガイド

2 ↓ 1
3 ↓ 4