

マークの見方

日=日時 所=会場 交=交通
内=内容 対=対象 定=定員
¥=費用 託=託児 申=申込み
問=問合せ

※費用の記載が無い場合は、原則無料です。

申込み時の必須事項

① 行事名 ② 郵便番号・住所
③ 氏名(ふりがな) ④ 電話番号

さいたま市のホームページ

<https://www.city.saitama.jp/>

主な施設等からのお知らせ

宇宙劇場

休館日/水曜日 会場・問合せ/〒330-0853 大宮区錦町682-2 JACK大宮3階 ☎647・0011、☎647・0066

※その他の行事は、宇宙劇場のホームページ([HP http://www.ucyugekijo.jp/](http://www.ucyugekijo.jp/))でご覧になれます。

No.	行事名	日時	その他
①	市民の時間 星空観望プラネタリウム	6/13(土) 18:00~18:45	
②	ゆるっとナイト~星空座談会・春~	6/26(金) 19:30~20:15	<p>定①~③各280人 ④100人 ※いずれも先着順です。なお、④で中学生以下の子どもは保護者の同伴が必要です。</p> <p>¥②・③高校生以上…620円、4歳~中学生…310円</p> <p>申▶①…当日の16時40分から、上記会場で、整理券を配布。▶②・③…②は当日の18時10分から、③は当日の9時30分から、上記会場で、入場券を販売。▶④…当日の19時から、上記会場5階で、整理券を配布。</p>
③	特別放映 470億光年の、その先へ 宇宙のはてをさがす旅	6/27(土) 10:30~11:15	
④	天体観望会 星をみる会 織姫星ってどんな星?	6/27(土) 20:00~21:00	

プラザノース

会場・問合せ/〒331-0812 北区宮原町1-852-1 ☎653・9255、☎653・9288、HP <http://www.plazanorth.jp/>

No.	行事名/内容	期日	時間	対象	定員	その他
①	親子体操教室	7/11(土)・25(土)、8/8(土)・29(土)(全4回)	10:00~11:15	3歳以上の未就学児とその保護者	20組40人	<p>¥①1組400円 ②3,300円 ③500円 ④500円</p> <p>申▶①~④…①は6月29日(月)、②は7月6日(月)、③・④は7月17日(金)(いずれも必着)までに、往復はがき(1通1行事1組又は2人まで)で、全員の必須事項(③・④は期日も)と年齢(学年)を、上記問合せへ(抽選)。▶⑤…7月17日(金)の10時から、電話で、プラザノース事業係へ(先着順)。 ☎669・0300</p>
②	陶芸入門教室/日用食器などを簡単な技法で作る	7/20(月)、8/3(月)・17(月)(全3回)	10:00~11:30	18歳以上の方	各10人	
③	Domain of Art 25 造形ワークショップ 空を泳いでみる日/身近な材料で空中を泳ぐ生き物を作る	8/1(土)	13:30~15:30	4歳以上の方 ※小学2年生以下の子どもは保護者の同伴が必要です。		
④		8/2(日)	13:30~15:00			
⑤	名画鑑賞会「インクレディブル・ファミリー」	8/23(日)	14:00~16:00 (13:30開場)	—	370人	

旧坂東家住宅見沼くらしっく館

休館日/月曜日

会場・問合せ/〒337-0024 見沼区片柳1266-2 TEL 688・3330、FAX 688・3335

No.	行事名/内容	日時	その他
①	季節展示 七夕飾り	7/2(木)~8(水) 9:00~16:30	
②	加田屋の年中行事 七夕馬作りの公開	7/4(土) 10:00~11:30	定③50人(先着順) 申当日、直接、上記会場へ。
③	埼玉落語会 夏のくらしっく寄席	7/5(日) 13:30~16:00	

青少年宇宙科学館

休館日/月曜日 会場・問合せ/〒330-0051 浦和区駒場2-3-45 TEL 881・1515、FAX 882・9702

HP <https://www.city.saitama.jp/kagakukan/index.html>

No.	行事名	日時	対象	定員	その他
①	科学実験教室 いろいろな電池の仕組みを学ぼう	7/4(土) 9:30~11:30	小学3年~中学生	16人	
②	昆虫博士教室 みんな大好き!クワガタムシ!	7/5(日) 13:00~14:00	—	250人	
③	科学工作教室 手作りかん電池を作ろう	7/11(土) 13:30~15:30	小学3年~中学生	20人	
④	若田宇宙飛行士アカデミー ロボットコース プログラミングロボットを作って、プログラミングとマシン制御を学ぼう	7/19(日) 9:30~15:30	小学5年~中学生 ※小学生は保護者の同伴が必要です。	18人	費①1,000円 ④2,500円 申▶①~⑤・⑦...6月10日(水)(消印有効)までに、往復はがき(1行事1人又は1組1通のみ)で、 必須事項 と年齢(学年)を、 上記 問合せへ(抽選)。▶⑥...6月10日(水)の9時から、電話で、 上記 問合せへ(先着順)。
⑤	昆虫博士教室 さいたま産のカブトムシとクワガタムシを研究しよう~自由研究に取り組もう~	7/19(日) 13:00~13:45	—	200人	
⑥	天体観望会 夏の星座と流星群の情報	7/25(土) 19:30~20:30	— ※中学生以下の子どもは保護者の同伴が必要です。	100人	
⑦	天文宇宙教室 スマホで月の写真を撮ろう	7/26(日) 18:30~20:00	小学3年~中学生とその保護者	16組	

障害者福祉施設みのり園

休館日/月曜日、祝・休日 問合せ/〒331-0052 西区三橋6-1587

TEL 622・5544、FAX 625・4854

No.	行事名	日時	定員	費用	申込期間	その他
①	一日料理教室	6/27(土) 10:00~13:00	12人	900円	6/6(土)~20(土)	
②	染物体験	6/30(火) 10:00~12:00		300円~600円	6/10(水)~23(火)	所①西部文化センター(西区三橋) ②~④みのり園 交大宮駅西口ソニックシティ南側から、リフト付き無料送迎バスを運行 対市内在住で、障害のある18歳以上の方 申各申込期間に、電話又はファクスで、行事名、氏名、電話・ファクス番号、手話通訳・要約筆記の有無を、 上記 問合せへ(抽選)。※結果は全員に連絡します。
③	革細工教室	7~10月の毎月第1土曜日(全4回) 10:00~12:00	各8人	200円 ※別途、材料費が掛かります。	6/13(土)~26(金)	
④	折り紙教室	7/11(土) 10:00~12:00		50円	6/20(土)~7/4(土)	

(公財)市文化振興事業団

問合せ / SaCLa インフォメーションセンター ☎ 866・4600【日・月曜日、祝・休日(月曜日が祝・休日の場合はその翌日)を除く】、☎ 837・2572、🌐 <http://www.saitama-culture.jp/>

■市民会館うらわ、プラザイースト

行事名/内容	日時	会場	対象・定員・費用	申込み
ロビーコンサート	7/2(木) 12:30~13:10	市民会館うらわ(浦和区仲町)	— 60人 無料	当日、直接、会場へ(先着順)。
東京大衆歌謡楽団コンサート	9/26(土) 14:00~	プラザイースト(緑区中尾)	小学生以上の方 395人 3,000円(全席指定)	6月20日(土)の10時から、電話で、 上記 問合せへ(先着順)。

■プラザウエスト 〒338-0835 桜区道場4-3-1 ☎ 858・9080、☎ 858・9020

行事名	日時	対象	定員	費用	申込み
親子ウクレレ体験教室	低学年 7/4(土) 11:00~12:00	市内在住又は在学の小学1~3年生とその保護者	各15組 30人	1組1,000円	6月15日(月)(必着)までに、往復はがき(1行事1組又は1人1通のみ)で、 必須事項 と年齢(学年)を、プラザウエストへ(抽選)。
	高学年 7/4(土) 13:30~14:30				
簡単料理講座~夫婦で料理を作ろう~	7/5(日) 10:00~13:00	市内在住、在勤又は在学の方とその配偶者	8組16人	1組2,000円	
パソコン講座~ワード初級編~	7/14(火)~17(金)(全4回) 13:30~16:00	市内在住、在勤又は在学の方	20人	3,000円	

応急手当講習

問合せ / 救急課 ☎ 833・7921、☎ 833・7201

No.	行事名/内容	日時	会場	受付開始日	その他
①	普通救命講習Ⅲ / 小児・幼児に対する心肺蘇生法、AEDの取り扱いなど	7/1(水) 9:30~12:30	桜木公民館(大宮駅西口・シーノ大宮センタープラザ6階)	6/8(月)	注 ①~③市内在住、在勤又は 在学で、中学生以上の方 ④ 市内在住で、2歳以下の子ども とその保護者 ⑤市内在住又 は在学の小学4~6年生とその 保護者 ※④は保護者のみで も参加できます。 注 ①・③各30人 ②50人 ④・ ⑤各20人 申 各受付開始日の9時から、電 話で、 上記 問合せへ(先着順)。 ※市ホームページでも申し込め ます。
		7/7(火) 14:00~17:00		6/10(水)	
		7/20(月) 9:30~12:30		6/22(月)	
②	上級救命講習 / 成人や子どもに対する心肺蘇生法、AEDの取り扱いや外傷の手当など	7/3(金) 9:00~17:00	防災センター(大宮区天沼町)	6/8(月)	
		7/12(日) 9:00~17:00		6/12(金)	
③	普通救命講習Ⅰ / 成人に対する心肺蘇生法、AEDの取り扱いなど	7/7(火) 9:30~12:30		6/10(水)	
		7/20(月) 14:00~17:00		6/22(月)	
④	応急手当親子講習 / 親子同室で小児・幼児に対する気道異物除去法・心肺蘇生法とAEDを学ぶ(実技体験)	7/11(土) 10:00~11:00	子育て支援センターきた(北区宮原町)	6/11(木)	
⑤	応急手当ジャンプアップスクール / 親子で心肺蘇生法とAEDを学ぶ	7/19(日) 9:30~11:00	防災センター	6/19(金)	

コミュニティセンター

※その他の行事は、(公財)市文化振興事業団のホームページ(HP <http://www.saitamaculture.jp/>)でご覧になれます。(武蔵浦和社区センターは、HP <http://musashiurawa-sp.info/>)

行事名/内容	日時	対象・定員・費用	会場・申込み・問合せ
初心者ファミリー卓球教室(夏)	7/6~7/27の毎週月曜日(全4回) 19:10~20:50	市内在住、在勤又は在学中、小学生以上の方 ※小学4年生以下の子どもは保護者の同伴が必要です。 30人 200円	6月6日(土)の10時から、直接、美園コミュニティセンター(浦和美園駅東口・複合公共施設)へ(先着順)。※6月7日(日)からは、電話でも申し込みます。 TEL 764・8810、FAX 764・9310
大人のヘルシー料理講座/夏のカフェ風ランチを作る	7/15(水) 10:00~13:00	市内在住、在勤又は在学中、18歳以上の女性 16人 2,500円	6月30日(火)(必着)までに、往復はがき(1人1通のみ)で、 必須事項 (在勤の方は勤務地・事業所名、在学の方は学校名も)を、〒337-0051 見沼区東大宮4-31-1 東大宮コミュニティセンターへ(抽選)。 TEL 667・5604、FAX 654・5594
ピアノなんでもまるわかり! ~構造を学んで音色を楽しむコンサート~	7/26(日) 14:00~	— 150人 700円	6月29日(月)の14時から、直接又は電話で、武蔵浦和社区センター(武蔵浦和駅西口・サウスピア)へ(先着順)。 TEL 844・7215、FAX 844・7216

与野体育館

会場・問合せ/〒338-0002 中央区下落合5-8-10 TEL 853・4998、HP <http://www.dunlopsportsclub.jp/yonotaiikukan/>

No.	行事名	期日	時間	対象	その他
①	キッズPOPダンス	6/8~7/27の毎週月曜日(全8回)	16:30~17:20	5~9歳の子ども	定①・⑤・⑥各5人 ②・⑦~⑨各10人 ③10組20人 ④3人 ⑩5組10人 費①・②・⑤4,880円 ③1組5,680円 ④7,280円 ⑥・⑧・⑨4,270円 ⑦3,660円 ⑩1組4,970円 申6月6日(土)の9時から、電話で、上記問合せへ(先着順)。
②	やさしいヨガ	6/9~7/28の毎週火曜日(全8回)	19:45~20:45	18歳以上の方	
③	ヨガ(ベビー)		9:50~10:50	1歳3か月以下の子どもとその保護者 ※首が座っている子どもに限ります。	
④	キッズ体育教室(ヒヨコ)	6/10~7/29の毎週水曜日(全8回)	15:00~15:50	3~4歳の子ども	
⑤	バレトン		19:45~20:45		
⑥	ストレッチピラティス	6/11~7/30の毎週木曜日(6/18を除く、全7回)	9:30~10:30	18歳以上の方	
⑦	フラダンス	6/14~7/26の毎週日曜日(6/21を除く、全6回)			
⑧	エアロウォーク	6/16~7/28の毎週火曜日(全7回)	13:15~14:15		
⑨	のびのびピラティス		14:30~15:30		
⑩	親子フィットリトミック	6/19~7/31の毎週金曜日(全7回)	9:50~10:50	8か月~1歳8か月の子どもとその保護者	

大宮武道館

会場・問合せ / 〒337-0052 見沼区堀崎町12-36 TEL 687・0100、FAX 687・9500、HP <http://omiya-budokan.chips.jp/>

No.	行事名	期日	時間	費用	その他
①	2020おもてなし英会話	6/22~7/13の月曜日(全4回)	12:30~13:20	4,000円	対①・②18歳以上の方 ③~⑥20歳以上の方 ⑦中学生以上の方 定①・②各15人 ③25人 ④~⑥各10人 ⑦20人 申6月3日(水)から、①・②は6月17日(水)、③~⑦は6月25日(水)までに、電話で、上記問合せへ(先着順)。
②			13:30~14:20	6,000円	
③	からだスッキリヨガ	7~8月の毎週水曜日(8/12を除く、全8回)	13:30~14:30	6,400円	
④	ルーシーダットン(ヨガ)	7/1~22の毎週水曜日(全4回)	17:30~18:30	2,840円	
			7月の毎週火曜日(全4回)		
⑤	太極拳	7月の毎週月曜日(全4回)	11:10~12:10	2,800円	
⑥	リラックスヨガ		19:15~20:15	3,120円	
⑦	琉球武器術/六尺棒、サイ、鎌などを使う武術	7/7~8/4の毎週火曜日(全5回)	17:30~19:00	3,850円	

大宮体育館

会場・問合せ / 〒337-0053 見沼区大和田町1-305 TEL 685・2121、FAX 688・1179、HP <http://www.nicspark.com/oomiya/>

No.	行事名/内容	期日	時間	対象	申込期限	その他
①	日曜小学生コースA	8/9~9/13の毎週日曜日(8/16を除く、全5回)	9:00~10:00	小学生	7/22(水)	定各15人 料①~③6,500円 ④・⑤7,800円 申各申込期限(必着)までに、はがき又はファクスで、必須事項と年齢を、上記問合せへ(抽選)。 ※上記ホームページでも申し込みます。なお、結果は参加できる方の方に連絡します。
②	日曜小学生コースB		10:15~11:15			
③	日曜大人コース		11:30~12:30	16歳以上の方		
④	水曜女性限定コース	8/12~9/16の毎週水曜日(全6回)	9:30~10:30	16歳以上の女性	7/25(土)	
⑤	水曜大人コース		11:00~12:00	16歳以上の方		

所・申・問 利用日の7日前までに、電話で、ホテル南郷(福島県山植物を観察する
 1人3,000円
 内 ガイドと一緒に大谷地を散策し、水芭蕉やワタスゲなどの高山植物を観察する
 日 6月上旬~10月下旬の土・日曜日、祝・休日
 問 農業政策課 TEL 829・1378、FAX 829・1944

ク 駒止湿原プレミアムハイ
 入園料 500円 ※持ち帰り
 は、100g当たり150~160円です。
 問 農業政策課 TEL 829・1378、FAX 829・1944

販売時期	農園名	電話番号
6月上旬~	白子果樹園(見沼区山)	090・2634・1030
	ブルーベリープラザ浦和(緑区大崎)	090・1990・2020
6月中旬~	野原観光農園(西区西大宮)	624・7973
7月上旬~	見川果樹園(西区塚本町)	090・1610・8301
	西形ブルーベリー園(緑区三室)	873・5042
7月中旬~	ミルティエーユ(西区三橋)	783・5656
	中野バラ園(見沼区膝子)	090・5806・2817
	尾島農園(見沼区御蔵)	685・0446

※販売期間、販売方法などは、各農園にお問い合わせください。

ブルーベリーの摘み取り
催し

所・申・問 当日、直接、生涯学習の提供、公民館等で活動する団体・サークルの紹介など
 日 6月10日(水) 6月24日(水)
 7月8日(水) 7月22日(水)
 10時~13時
 問 生涯学習相談えらべル
 問 文化振興課 TEL 829・1226、FAX 829・1996

生涯学習相談えらべル
 時間 10時~17時
 所 市役所東側広場内

期間	展示名
6/1(月)~7(日)	写友おまぎ写真展
6/8(月)~14(日)	今野洋三水彩画展
6/15(月)~21(日)	水彩画(マリリン・モンロー)
6/22(月)~28(日)	大東フォトクラブ作品展
6/29(月)~7/5(日)	絵手紙きく(花シリーズ)



市民ギャラリーでの展示
 南会津町へ。
 TEL 02441732275
 FAX 02441732276

総合センター(大宮駅西口・シー
ノ大宮センタープラザ7階)へ。
TEL 643・5651
FAX 648・1860

じゃがいも掘り

No.	日時	農園名	費用	電話番号
①	▶6/13(土) ▶6/14(日) ▶6/20(土) ▶6/21(日) 9:00~12:00	細沼義憲(見沼区大和田町)	4株500円	090・8118・4187
②	▶6/13(土) ▶6/14(日) ▶6/20(土) ▶6/21(日) 13:00~15:00			
③	6/15(月)~30(火) ※時間などは農園にお問い合わせください。	尾島農園(見沼区御蔵)	1株100円	685・0446

子育てサロンはあくらぶ

①各60人 ②各40人 ③各100人
申6月7日(日)の9時から、電話で、各農園へ(先着順)。
問 農業政策課 TEL 829・1378、FAX 829・1944

お知らせ

募集

所・申・問 当日、直接、生涯学習総合センター(大宮駅西口・シーノ大宮センタープラザ10階)へ。
TEL 643・5651
FAX 648・1860

城下町岩槻歴史散策

日 7月3日(金) 10時~15時
集合 クレセントモール(岩槻駅東口)
テーマ 尾ヶ崎八幡の夏祈禱と勝軍寺を訪ねる
定 20人(抽選)
費 2,500円
申・問 6月12日(金)~18日(木)必着に、はがき、電話、ファクス又はEメールで、必須事項を、〒339-8585 岩槻区本町3-2-5 岩槻区観光経済室へ。※結果は全員に連絡します。TEL 790・0118、FAX 790・0260、✉kanko-keizai-iwatsuki@city.saitama.lg.jp

民家園昔のあそび塾 ゴムとびと輪なげ

日 7月5日(日) 13時~15時
所・申・問 当日、直接、民家園(緑区下山口新田)へ。TEL 878・5025、FAX 878・5028

自然体験型教室 親子ザリガニ釣り体験

日 7月12日(日) 9時~11時
因 ザリガニ釣りを通じて、いろいろな生物に触れ、動植物の生態を学ぶ

催し

講座

スポーツ

その他

講座

子育て世代再就職チャレンジ!

No.	行事名	期日
①	初めての方のパソコン講座	6/9(火)・10(水)・16(火)・17(水)(全4回)
②	おしゃべりカフェ	子どもの預け先確保について 就職活動のタイミングについて
③	就職支援セミナー	コーチング エニアグラム
④	土曜セミナー	応募書類の書き方 ほめ上手になるコツと実践を学ぶ

対 市内在住の小学生とその保護者
定 40人(抽選)
所・申・問 6月27日(土)(必着)までに、往復はがき(1組1通のみ)で、全員の必須事項と学年を、〒331-0077 西区中釘1241 秋葉の森総合公園へ。TEL 620・7186、FAX 623・1008

桜環境センターの講座

No.	行事名/内容	日時
①	環境団体広報シリーズ講座 団体のことをわかりやすく伝えるプレゼン/環境活動を伝えるための知識と方法を学ぶ	6/18(木) 13:30~16:00
②	エコアップ隊 外来の草を取り除く/ビオトープの生息環境改善について学ぶ	6/21(日) 10:00~12:00

武蔵浦和駅西口、西浦和駅、中浦和駅、桜区役所から無料送迎バスを運行
対 市内在住、在勤又は在学中、①は15歳以上の方、②は小学生以上の方 ※小学生は保護者の同伴が必要です。
定 ①15人 ②10人
費 ①1人30円 ②1人30円
所・申・問 ①は6月3日(水)~16日(火)、②は6月4日(木)~20日(土)に、直接、電話又はファクスで、必須事項を、桜環境センター(桜区新開)へ(先着順)。※結果は全員に連絡します。TEL 710・5345、FAX 839・6387

相談

Information

想いを届ける

あなたさまの日記

障害者総合支援センターの講座

No.	行事名	日時	申込期限
①	革製品製作講座~世界に1つだけのレーザーカードケース~	6/25(木) 14:00~16:00	6/17(水)
②	職場におけるコミュニケーション講座	7/1(水)・2(木)(全2回) 9:30~15:30	6/19(金)
③	仕事に役立つ接遇講座	7/3(金) 9:30~15:30	
④	障害者就労向けパソコン講座(初・中級編)	7/13(月)~30(木)(土・日曜日、祝日を除く、全12回) 9:30~15:30	6/26(金)

対 ①市内在住又は在勤で、障害のある18歳以上の方 ②市内在住で、就労を目標としている次のいずれかの方 ▼障害者手帳(肢体不自由・知的障害・精神障害)が交付されている ▼発達障害の診断を受けている
定 ①10人 ②・③各20人 ④16人
費 ①500円 ②、④2,700円
所・申・問 各申込期限(必着)までに、はがき、電話、ファクス又はEメールで、必須事項と年齢、障害の内容を、〒338-0013 中央区鈴谷7-5-7 障害者総合支援センターへ(抽選)。※結果は全員に連絡します。TEL 859・7266、FAX 523・3273、✉syogaisha-sogo-sien@city.saitama.lg.jp

申込み時の必須事項

- ① 行事名 ② 郵便番号・住所 ③ 氏名(ふりがな) ④ 電話番号

埼玉労働局就職支援セミナー



No.	行事名	日時
①	就職を成功させるために	7/2(木) 14:00~16:00
②	自己分析とセールスポイントの見つけ方	7/7(火) 9:30~11:30
③	履歴書・職務経歴書の書き方	7/9(木) 14:00~16:00
④	面接対策・就職の心得	7/14(火) 9:30~11:30
⑤	中高年齢者の就職活動について	7/16(木) 14:00~16:00

所①④ 武蔵浦和コミュニティセンター(武蔵浦和駅西口・サイウスピア) ②⑤ 浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナール10階) ③ 与野本町コミュニティセンター(中央区本町東)

対雇用保険の受給資格がある方(定各60人(抽選))

申・問 6月19日(金)(必着)までに、往復はがき(1人1行事1通のみ)で、**必須事項**と雇用保険受給の有無を、〒330-0854 大宮区桜木町1-9-1 三谷ビル7階 埼玉労働局就職支援セミナー申込受付係へ。※同社のホームページ(<https://www.sigma-staff.co.jp/>)でも申し込めます。 問 782-5174

問労働政策課 問 829・1370、 問 829・1944

さいたま市民大学 パソコンコース初心者のためのワード2016 & エクセル2016

7月の毎週月曜日(全4回) 9時30分~12時30分

対表を含む文書、画像、データ入力、関数、グラフ作成などを学ぶ

対マウス操作や文字入力などの基本操作ができる方 ※令和元年度以降の同講座の受講者を除きます。

定 20人(市内在住、在勤又は在学の方を優先し、抽選)

募 5,640円

募 集 案 内 各区情報公開コーナー、各公民館、各図書館などで配布中 ※市ホームページでダウンロードもできます。

申 込 期 限 6月8日(月)

所 岡生涯学習総合センター(大宮駅西口・シーノ大宮センタープラザ7階) 問 643・5651、 問 648・1860

ファイナンシャルプランナー3級チャレンジ講座

7月6日(月)~8月7日(金)(土・日曜日、祝・休日を除く、全16回) 9時20分~16時

所 ワークステーションさいたま(浦和区北浦和)

対 市内在住で、求職中の女性

定 各20人(選考)

申・問 7月1日(水)までに、電話で(株)シグマスタッフ大宮支店へ。 問 871・9771(月~金曜日の9時~17時)

問労働政策課 問 829・1370、 問 829・1944

スポーツ

かんたんアクアエクササイズ

6月4日(木)・11日(木)・18日(木)(全3回) 10時~11時

対 18歳以上の方

定 12人(先着順)

募 1回750円 ※別途、ロッカー代(1回50円)が掛かります。

所 申・問 6月3日(水)の9時から、直接又は電話で、下落合ビル(中央区下落合)へ。 問 852・2518、 問 858・2621

いすに座ってのびのび健康体操

6月12日(金) ▼ 6月26日(金) 10時45分~11時45分

対 転倒予防や脳トレを組み込んだシニア向けの体操をする

定 各12人(先着順)

募 1回500円 ※別途、入館料が掛かります。

入 館 料 一般:1,100円、小・中学生、高校生、60歳以上:540円 ※市外在住の方は料金異なります。なお、パパ・ママ応援ショップ優待カードをお持ちの方が家族2人以上で利用

する場合は、半額です。

所 申・問 6月3日(水)の10時から、直接又は電話で、見沼ヘルシーランド(緑区大崎)へ。

問 878・0901 問 878・2417

親子体操教室



6月22日(月)・29日(月)、7月2日(木)・9日(木)(全4回) 11時~12時

対 1~5歳の子どもとその保護者 ※保育園・幼稚園などに通っていない子どもに限りません。

定 20組(抽選)

募 1組3,000円

所 申・問 6月15日(月)(必着)までに、往復はがき、ファクス又はEメールで、**必須事項**と子どもの氏名・年齢を、〒339-0004 1 岩槻区村岡229 岩槻文化公園へ。 ※結果は全員に連絡します。 問 798・8411、 問 798・9350、 問 iwatsuki-park@sgp.or.jp

女子サッカー教室

7月の各火曜日 17時30分~19時

対 小学生以上の女性

定 20人(抽選)

募 1回1,000円

所 申・問 6月15日(月)(必着)までに、往復はがきで、**必須事項**と年齢(学年)、参加者が未成年の場合は保護者の氏名を、〒338-0825 桜区下大久保1676-1 浦和西体育館へ。

問 855・4541 問 840・1465

小学生初心者テニス教室



6月25日~8月20日の毎週木曜日(8月13日を除く、全8回) 17時~18時

対 市内在住又は在学の小学3~6年生

定 35人(抽選)

募 4,000円

所 申・問 6月13日(土)(必着)までに、往復はがきで、**必須事項**と年齢(学年)、保護者の氏名を、〒330-0073 浦和区元町1-29-10 浦和総合運動場へ。 ※同運動場のホームページ(<http://urawa-ballpark.org/>)でも申し込めます。 問 888・2200、 問 887・0882

バドミントン体験イベント

7月4日(土) 9時30分~12時

対 小学生以上の女性

定 20人(抽選)

お知らせ

募集

催し

講座

スポーツ

その他

相談

Information

想いを届ける

さいたま
フォト日記

日7月4日(土)～9月10日(木)の各曜日(全10回)
所下落合プール(中央区下落合)
対①市内在住又は在学の小学生
②市内在住、在勤又は在学で、中学生以上の方 ③市内在住、

No.	行事名	曜日	時間
①	水泳教室 小学生コース	火	▶18:00～19:00 ▶19:00～20:00
		木	
		土	
②	一般コース(中学生以上)	木	20:00～21:00
		土	
③	アクアエクササイズ	火	



与野水泳教室

対市内在住又は在勤で、小学生以上の方
定80人(抽選)
所・申・問6月1日(月)～18日(木)
(必着)に、電話又はファクスで、**必須事項**と年齢、性別を、〒331-0052 西区三橋5-190 三橋総合公園へ。※結果は全員に連絡します。
FAX 623・0505
TEL 623・1313

日7月8日～9月30日の毎週水曜日(8月12日を除く、全12回)
▼13時～14時30分 ▼14時45分



リンパヨガ教室

定30人
申込書 各区支援課で配布中
※市ホームページでダウンロードもできます。
申込期限 6月19日(金)
問 障害政策課 TEL 829・1306、FAX 829・1981

卓球バレー教室

日7月4日(土) 10時～12時
所与野体育館(中央区下落合)
対市内在住、在学又は市内の施設に通所する11歳以上で、身体的・精神障害のある方
定40人(先着順)
申込書 各区支援課で配布中
※市ホームページでダウンロードもできます。
申込期限 6月19日(金)
問 障害政策課 TEL 829・1306、FAX 829・1981

日7月18日(土) 9時30分～12時30分 ※雨天中止
所岩槻文化公園(岩槻区村岡)
対市内在住又は在学の小学生とその保護者
定55組110人(抽選)
¥1組5000円
申・問6月18日(木)(必着)までに、往復はがきで、**全員の必須事項**

市民ファミリーテニス体験会

日7月8日～8月5日の毎週水曜日(全5回) 9時～11時
対市内在住で、18歳以上の方(高校生を除く)
定40人(先着順)
¥4,000円
所・申・問6月8日(月)～7月6日(月)の8時30分～17時に、電話で、荒川総合運動公園(桜区在家)へ。TEL 857・0451、FAX 857・0453

初心者テニス教室

日7月20日～8月7日の毎週月・金曜日(7月24日(祝)を除く、全5回) 18時～19時
対水泳経験のある小・中学生
定15人(抽選)
¥2,500円 ※別途ロッカー代が1回50円掛かります。
所・申・問6月22日(月)(必着)までに、往復はがきで、**必須事項**と年齢(学年)、性別を、〒338-0002 中央区下落合5-11-10 下落合プールへ。
TEL 852・2518
FAX 858・2621

日7月28日(火)～31日(金)(全4回) 15時～16時



小学生初心者水泳教室

日7月20日～8月7日の毎週月・金曜日(7月24日(祝)を除く、全5回) 18時～19時
対水泳経験のある小・中学生
定15人(抽選)
¥2,500円 ※別途ロッカー代が1回50円掛かります。
所・申・問6月22日(月)(必着)までに、往復はがきで、**必須事項**と年齢(学年)、性別を、〒338-0002 中央区下落合5-11-10 下落合プールへ。
TEL 852・2518
FAX 858・2621

アーティスティックスイミング(シンクロ)体験教室

と学年、性別、ラケット(大人用子ども用)の貸し出しの有無を、〒336-8799 さいたま中央郵便局留 南区別所7-1-12 市テニス協会(一ノ瀬)へ。TEL 080・7480・7373【19時～21時】
問 スポーツ振興課 TEL 829・1058、FAX 829・1996

日毎月第1・3金曜日、第2・4水曜日 ▼9時～12時 ▼13時～17時 ※相談日は祝日などにより前後します。なお、事前予約が必要です。
内 キャリアコンサルタントによるセカンドライフに関する相談
対 市内在住の50歳以上の方
所・問 セカンドライフ支援センター(浦和駅東口・コムナール9階) TEL 881・8627、FAX 881・8637



その他
セカンドライフに関する相談

所 沼影市民プール(南区沼影)
対 市内在住又は在学で、25mを泳げない小学1～3年生
定 60人(抽選)
¥3,000円
申・問 6月16日(火)(必着)までに、往復はがきで、**必須事項**と学年(年齢)、保護者の氏名を、〒336-0027 南区沼影2-7-35 沼影市民プール内水泳連盟へ。
TEL 866・5997【火～金曜日の9時30分～17時30分】
問 スポーツ振興課 TEL 829・1058、FAX 829・1996