

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、令和2年12月28日(月)~1月4日(月)・12日(火)

会場・問合せ/〒330-0853 大宮区錦町682-2 JACK大宮3階 TEL 647-0011、FAX 647-0066、HP <http://www.ucyugekijo.jp/>

No.	行事名	期日	時間	その他
①	音楽の時間 宙の名は。	3/26(金)まで	16:30~17:15	定①~⑧各250人 ⑨40人 ※⑨で中学生以下の子どもは保護者の同伴が必要です。 ¥①~⑧高校生以上…620円、4歳~中学生…310円 申▶①~⑧…各開始時間の①・③・⑥・⑦は1時間20分前、②・④・⑤・⑧は1時間前から、 上記 会場で、入場券を販売(先着順)。▶⑨…1月15日(金)(必着)までに、往復はがき(1人1通のみ)で、 全員の必須事項 と年齢(学年)を、 上記 問合せへ(抽選)。
②	こどもの時間 宇宙のひみつがわかるえほん	1/5(火)、1/9(土)~3/21(日)の土・日曜日、祝日	10:30~11:15	
③	星空の時間~1月の星空~	1/5(火)、1/9(土)~31(日)の土・日曜日、祝日	13:30~14:15	
④		1/7(木)~29(金)の月~金曜日		
⑤	特別上映 若田光一の宇宙	1/17(日)	10:30~11:15	
⑥			16:30~17:15	
⑦	さいたま発! 宇宙の旅に出かけよう!		13:30~14:30	
⑧	特別放映 470億光年の、その先へ 宇宙のはてをさがす旅	1/23(土)	10:30~11:15	
⑨	2月の星をみる会 火星とベテルギウス どっちが赤いかな?	2/20(土)	19:00~20:00	

障害者福祉施設みのり園

休館日/月曜日、祝・休日、令和2年12月29日(火)~1月3日(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	申込期間	その他
①	お菓子作り教室	1/22(金) 9:30~12:00	4人	1/5(火)~14(木)	所①・⑥西部文化センター(西区三橋) ②ラウンドワン大宮店(大宮区宮町) ③大宮盆栽美術館(北区土呂町)ほか ④アグリパークゆめすぎと(杉戸町) ⑤鉄道博物館(大宮区大成町) ⑦・⑧みのり園 ※③~⑤の集合はみのり園です。 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 市内在住で、障害のある18歳以上の方 ¥①800円 ②1,720円 ③150円 ④・⑧500円 ⑤1,060円 ⑥700円 ⑦50円 ※③~⑤は別途、昼食代が掛かります。 申各申込期間に、電話又はファクスで、 必須事項 と手話通訳・要約筆記希望の有無を、 上記 問合せへ(抽選)。※結果は全員に連絡します。
②	ボウリング体験	1/23(土) 9:10~12:00	12人	1/5(火)~16(土)	
③	バス 大宮盆栽美術館・漫画会館	1/27(木) 10:00~15:00	各8人	1/6(水)~20(水)	
④	ハ アグリパークゆめすぎと	2/10(水) 10:00~15:00		1/20(水)~2/3(水)	
⑤	イク 鉄道博物館	2/20(土) 10:00~15:00		1/30(土)~2/13(土)	
⑥	手打ちうどん教室	1/30(土) 10:00~13:00	4人	1/9(土)~22(金)	
⑦	折り紙教室	2/13(土) 10:00~12:00	8人	1/23(土)~2/6(土)	
⑧	キャンドル作り体験	2/19(金) 10:00~12:00	4人	1/29(金)~2/12(金)	

プラザノース

休館日/令和2年12月29日(火)~1月3日(日)

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

No.	行事名/内容	日時	対象	申込期限	その他
①	陶芸入門教室/日用食器などを作る	1/26(火)、2/2(火)・16(火)(全3回) 10:00~11:30	18歳以上の方	1/12(火)	定①10人 ②・③・⑦10組20人 ④8人 ⑤12人 ⑥14人 ¥①3,300円 ②1組1,000円 ③・⑦1組400円 ④1,500円 ⑤500円 ⑥300円 申各申込期限(必着)までに、往復はがき(1通1行事2人又は1組まで)で、 全員の必須事項 と年齢を、 上記 問合せへ(抽選)。
②	親子で学ぶロボット&プログラミング講座/プログラミングを学び、ロボットを動かす	1/31(日) 13:15~16:15	小学3~6年生とその保護者	1/18(月)	
③	親子体操教室	2・3月の第1・3日曜日(全4回) 10:00~11:15	3歳以上の未就学児とその保護者	1/25(月)	
④	はじめての雑穀料理~腸活を始めてみよう!~/雑穀料理を学び、調理する	2/12(金)・19(金)・26(金)(全3回) 14:00~16:00	18歳以上の方	1/29(金)	
⑤	はじめての長唄/歴史などを学び、長唄をうたう	2/17(水)・24(水)(全2回) 14:00~16:00		2/3(水)	
⑥	冬の絵手紙講座	2/18(木)・25(木)(全2回) 10:00~11:45		2/4(木)	
⑦	楽しくリフレッシュ おやこヨガ教室	2/18~3/11の毎週木曜日(全4回) 10:00~10:45	首の座った6か月~1歳6か月の子どもとその保護者(妊娠中の方を除く)		

市立博物館

休館日/月曜日(祝・休日を除く)、令和2年12月28日(月)～1月4日(月)・12日(火)

問合せ/〒330-0803 大宮区高鼻町2-1-2 TEL 644・2322、FAX 644・2313

No.	行事名/内容	期日	時間	申込開始日	その他
①	万華鏡づくり	1/16(土)		1/6(水)	所①～③市立博物館 ④岩槻郷土資料館(岩槻区本町) 対①～③小学生とその保護者 定①～③各40人 ④各20人 費①・③1人50円 ②1人100円 申・問各申込開始日のいずれも9時から、電話で、①～③は上記問合せ、④は岩槻郷土資料館へ(先着順)。TEL・FAX 757・0271
②	昔ふれあい教室 折り紙教室/花かざりの箱を作る	1/30(土)	10:00～12:00	1/13(水)	
③	動くおもちゃづくり/すいすいバスを作る	2/6(土)		1/19(火)	
④	埼玉の中世城館跡を考える講座 川越城(川越市) 松山城(吉見町)	1/23(土) 1/30(土)	14:00～15:30	1/9(土) 1/16(土)	

にぎわい交流館いわつき

休館日/令和2年12月29日(火)～1月3日(日) 会場・問合せ/〒339-0057 岩槻区本町6-1-2

TEL 757・2981、FAX 793・4074、HP <https://nigiwai-koryukan.jp/>

No.	行事名	日時	その他
①	キャンドルマスコットづくり	2/20(土) ▶10:00～ ▶13:30～	対③小学生以上の方 ※③で小学生以下、⑧で小学3年生以下の子どもは保護者の同伴が必要です。 定①・③・⑤・⑧各15人 ②各30人 費①・③・⑤・⑧500円 申▶①～③・⑤・⑧…1月6日(水)の9時から、電話で、上記問合せへ(先着順)。▶④・⑥・⑦・⑨…当日、直接、上記会場へ。
②	江戸糸あやつり人形劇鑑賞	2/20(土) ▶11:00～11:30 ▶14:00～14:30	
③	ちりめん細工制作体験	2/21(日) ▶10:00～ ▶13:30～	
④	人形制作実演	2/21(日) 10:00～15:00	
⑤	キャンドルマスコットづくり	2/22(月) ▶10:00～ ▶13:30～	
⑥	岩槻むかしばなし紙芝居	2/22(月) 10:00～12:00	
⑦	腹話術公演	2/22(月) 14:00～15:00	
⑧	木目込ストラップ制作体験	2/23(祝) ▶10:00～ ▶11:30～ ▶13:30～	
⑨	組紐制作実演	2/23(祝) 10:00～15:00	

(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 TEL 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】、FAX 837・2572、HP <http://www.saitama-culture.jp/>

■氷川の杜文化館、プラザイースト

行事名	日時	対象・定員・費用	会場・申込み
狂言鑑賞会	2/20(土) 14:00～	小学生以上の方 24人 2,000円(全席指定)	1月30日(土)(必着)までに、往復はがき(1人1通のみ)で、 必須事項 を、〒330-0803 大宮区高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館へ(抽選)。
日本画模写講座	2/25～3/25の毎週木曜日(全5回) 13:30～16:00	市内在住、在勤又は在学の方 10人 2,000円	2月4日(木)(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・学年も)を、〒336-0932 緑区中尾1440-8 プラザイーストへ(抽選)。
新春の雅楽	2/27(土) 14:00～	小学生以上の方 24人 2,000円(全席指定)	1月30日(土)(必着)までに、往復はがき(1人1通のみ)で、 必須事項 を、〒330-0803 大宮区高鼻町2-262-1 氷川の杜文化館へ(抽選)。

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

行事名	日時	定員	費用	その他
はじめての風景画講座	2/6～3/6の毎週土曜日(全5回) 10:00～12:00	各10人	3,500円	対市内在住、在勤又は在学で、18歳以上の方 申1月15日(金)(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・学年も)を、プラザウエストへ(抽選)。
お茶のみ落語	2/19(金) 10:00～12:00		500円	
フラワーアレンジメント講座	2/28(日) 10:00～12:00	12人	3,500円	

応急手当講習

問合せ/救急課 TEL 833・7921、FAX 833・7201

No.	行事名/内容	日時	会場	申込開始日	その他
①	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	2/4(木) 10:00～12:00	防災センター(大宮区天沼町)	1/7(木)	対①・②市内在住、在勤又は在学で、中学生以上の方 ③・④市内在住で、2歳以下の子どもとその保護者 定①・②各20人 ③7組 ④15組 申各申込開始日のいずれも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。
		2/9(火) 10:00～12:00		1/12(火)	
		2/17(水) 10:00～12:00	武蔵浦和コミュニティセンター(武蔵浦和駅西口・サウスピア)	1/18(月)	
		2/22(月) 14:00～16:00		1/22(金)	
②	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	2/4(木) 14:00～16:00	防災センター	1/7(木)	
		2/22(月) 10:00～12:00		1/22(金)	
③	応急手当親子講習/小児・乳児に対する気道異物除去などの実技体験	2/7(日) 10:00～11:00	子育て支援センターさくら(桜区栄和)	1/7(木)	
④		2/28(日) 10:00～11:00	子育て支援センターみなみ(武蔵浦和駅西口・サウスピア)	1/28(木)	

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。(武蔵浦和コミュニティセンターは、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
落語映像鑑賞会 三遊亭楽太郎が初笑い!	1/9(土) 10:00~12:00	市内在住又は在学中、小学生以上の方 40人 無料	当日、直接、高鼻コミュニティセンター(大宮区高鼻町)へ(先着順)。 TEL 644・3360、FAX 644・3361
岩槻高等学校書道部書作展	1/19(火)~24(日) 9:00~19:00	—	当日、直接、コミュニティセンターいわつき(岩槻区本町)へ。 TEL 758・1980、FAX 758・1985
認知症サポーター養成講座	1/23(土) 10:00~11:30	市内在住又は在勤の方 20人 無料	1月6日(水)の10時から、電話で、コミュニティセンターいわつきへ(先着順)。 TEL 758・1980、FAX 758・1985
味噌作り講座	1/31(日) 13:00~16:00	市内在住又は在勤の方 16人 2,500円	1月14日(木)(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・事業所名も)を、〒338-0003 中央区本町東3-5-43 与野本町コミュニティセンターへ(抽選)。 TEL 853・7232、FAX 857・1096
世界自然遺産 屋久島 映画と演劇ビデオが語る挑戦の歴史	2/6(土) 13:30~	— 80人 無料	1月15日(金)の14時から、電話で、武蔵浦和コミュニティセンター(武蔵浦和駅西口・サウスピア)へ(先着順)。 TEL 844・7215、FAX 844・7216
親子陶芸講座	2/7(日)・28(日)(全2回) 9:30~11:30	市内在住又は在学の小中学生とその保護者 8組16人 1組2,000円	所大宮工房館(大宮区堀の内町) 申・固1月10日(日)までに、生涯学習情報システム(HP https://gakushu.city.saitama.jp/)へ(抽選)。 TEL 645・3838、FAX 645・3881
親子バレンタイン/バレンタインスイーツを作る	2/7(日) 10:00~12:00	市内在住、在勤又は在学中で、小学4年生以上の方とその保護者 5組10人 1組2,000円	1月15日(金)(必着)までに、往復はがき(1組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
小学生タグラグビー体験会	2/20(土) 10:00~12:00	市内在住又は在学の小中学生 30人 200円	1月9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)。※1月10日(日)から、電話でも申し込みます。 TEL 764・8810、FAX 764・9310
スプリングコンサート	3/14(日) 14:00~	小学生以上の方 50人 700円	2月6日(土)の10時から、直接、岩槻駅東口コミュニティセンター(WATSU西館2階)へ(先着順)。 TEL 758・6500、FAX 758・6521

与野体育館

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

No.	行事名	期日	時間	対象	その他
①	骨盤ととのえヨガ	1/11(祝)・18(月)・25(月)(全3回)	13:00~13:45	18歳以上の方	定①・③・⑥・⑧・⑨各5人 ②・⑩各10人 ④・⑤・⑦各3人 ¥①~③・⑥・⑧・⑩1,500円 ④・⑨1,650円 ⑤1,000円 ⑦2,250円 申1月10日(日)の9時から、電話で、上記問合せへ(先着順)。
②	エアロウォーク	1/12(火)・19(火)・26(火)(全3回)	13:15~14:00		
③	ヨガ		16:00~16:45		
④	キッズ体育教室(コアラ)	1/13(水)・20(水)(全2回)	13:10~13:55	18歳以上の方	
⑤	リフレッシュヨガ		14:30~15:15		
⑥	フラダンス	1/14(木)・21(木)・28(木)(全3回)	16:00~16:45	4歳以上の未就学児	
⑦	キッズプレパレエ	1/15(金)・22(金)・29(金)(全3回)	10:45~11:30	18歳以上の方	
⑧	ピラティス		15:30~16:15	4歳以上の未就学児	
⑨	HIPHOP	1/16(土)・23(土)・30(土)(全3回)	9:30~10:15	18歳以上の方	
⑩	フラダンス				

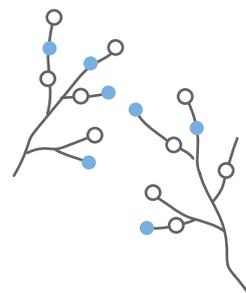
大宮武道館

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	対象	その他
①	やさしい合気道	1/31~2/28の毎週日曜日(2/7を除く、全4回)	13:00~14:10	3歳以上の方	定①~③・⑤各30人 ④20人 ¥①3,240円 ②・③4,800円 ④3,930円 ⑤5,460円 申1月5日(火)~20日(水)に、電話で、上記問合せへ(先着順)。
②	ミドルのミニバランスボール教室	2/1~3/22の毎週月曜日(全8回)	15:10~15:50	35~54歳の女性	
③	シニアの骨盤ストレッチ体操		16:10~16:50	55歳以上の方	
④	はじめての空手教室	2/3~3/24の毎週水曜日(全8回)	17:15~18:45	小学3年生以上の方	
⑤	しなやかなピラティス	2・3月の毎週木曜日(2/11(祝)を除く、全7回)	13:10~14:10	20歳以上の方	

④は1月14日(木)のいずれも9時
へ。▼②・④…②は1月8日(金)、
見沼くらしつく館(見沼区片柳)
所・申・問①・③…当日、直接、
¥②3,000円
除く、1月12日(火)
休館日 月曜日(1月11日(祝)を
定②10組 ④10人
の同伴が必要です。
対②小学生とその保護者 ※④
で小学生以下の子どもは保護者
の同伴が必要です。

No.	行事名/内容	日時
①	季節展示 小正月の繭玉・栗穂禊穂	1/9(土)~26(火) 9:00~16:30
	恵比寿講のお供え	1/20(水)~26(火) 9:00~16:30
②	小学生工房 竹ひごと和紙の凧	1/31(日) 10:00~11:30
③	節分のヤッカガン(鯛の頭と袴の飾り)と豆まきの公開・解説	2/2(火) 14:30~15:30
④	初午のしみづかり作り/大豆などを煮て糍で包むお供えを作る	2/7(日) 10:00~11:00



旧坂東家住宅見沼くらしつく館の催し

催し

お知らせ

募集

催し

講座

スポーツ

その他

相談

Information

広報NAVY

ふたば
フォト日記

時間 10時〜17時
所 市役所東側広場内
問 文化振興課 ☎829・1996
☎829・1996

期間	展示名
1/11(祝)〜17(日)	近藤陽一 写真展
1/18(月)〜24(日)	コレクション 盆栽写真展 四季の美
1/25(月)〜31(日)	フォトクラブ 四季写真展

市民ギャラリーでの展示

観覧料 一般：310円、高校生・大学生：65歳以上：150円、小・中学生：100円
所・申・問 当日の13時から、大宮盆栽美術館(北区土呂町)で、整理券を配布。☎780・2091、☎668・2323

No.	行事名/内容	日時
①	ギャラリートーク / 盆栽の見どころを解説	▶1/10(日) 13:30〜 ▶1/16(土) 13:30〜
②	盆栽実技 / 職人による季節の手入れ方法の実演	1/23(土) 13:30〜14:30

大宮盆栽美術館の催し

から、電話で、同館へ(先着順)。
☎688・3330
☎688・3335

No.	行事名	日時
①	昔のくらし体験講座 くらしを体験しよう	▶1/17(日) 9:30〜11:30 ▶2/13(土) 9:30〜11:30
②	民家園しぜん竹ぼうきを作ろう	2/6(土) 13:30〜15:30
③	昔の遊び体験 ぼうきとかるた	2/7(日) 13:00〜15:00

浦和くらしの博物館民家の催し・講座

日 1月16日(土)・17日(日) 18時(17日は12時まで)
所 浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナール9階)
内 令和2年度平和図画・ポスターコンクール入賞作品や折り鶴の展示など
問 総務課 ☎829・1083、☎829・1983

平和図画・ポスターコンクール作品の展示

日 1月13日(水) ▼1月27日(水) 10時〜13時
内 生涯学習相談、生涯学習情報の提供、公民館等で活動する団体・サークルの紹介など
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7階)へ。
☎643・5651
☎648・1860

生涯学習相談えらべル

日 1月22日(金) 9時30分〜11時30分
内 ガイドの案内でみま見聞館周辺の野鳥を観察する

大人のための野鳥観察会

☎646・3125、☎646・3163
問 高次脳機能障害者支援センター(大宮区役所内)へ。

内 「いろんなきもち、だじょうぶ。」をテーマとした絵の展示と障害福祉に関する情報の提供
所・申・問 当日、直接、大宮図書館(大宮区役所内)へ。



▲「ちょっと大人になったスカイ」

ふるすあるは絵画展&高次脳機能障害って?

学生以下の子どもとその保護者
定 ①各15組 ②10人
休 月曜日(祝日を除く)、1月12日(火)
所・申・問 ▼①・②：①は1月5日(火) ②は1月15日(金)のいずれも9時から、電話で、民家園(緑区下山口新田)へ(先着順)。
：当日、直接、同園へ。
☎878・5025
☎878・5028

日 1月22日(金) 9時30分〜11時30分
内 ガイドの案内でみま見聞館周辺の野鳥を観察する

女・男フェスタさいたま(オンライン)

☎646・3125、☎646・3163
問 高次脳機能障害者支援センター(大宮区役所内)へ。

内 「災害とジェンダー」や「ヒトゴトじゃない!女性の貧困」の講演動画、過去のオンライン講座、男女共同参画の活動紹介など
※1月25日(月)〜2月24日(水)に、特設サイトで公開します。

行事名/内容	日時
福島県津若松市のイベント/会津地方の伝統工芸品や特産品の販売、絵付け体験など	1/22(金)〜24(日) 11:00〜19:00
福島県喜多方市のイベント/喜多方ラーメンや清酒、発酵食品などの特産品の展示・販売	1/30(土)・31(日) 11:00〜19:00

まるまるひがしにほんの催し

市内在住、在勤又は在学の方
定 15人(先着順)
所・申・問 1月5日(火)〜21日(木)に、直接又は電話で、大宮南西部浄化センター(見沼区上山口新田)へ。
☎646・6030、☎646・6033

日 1月22日(金) 9時30分〜11時30分
内 ガイドの案内でみま見聞館周辺の野鳥を観察する

障害者総合支援センターの催し・講座

☎646・3125、☎646・3163
問 高次脳機能障害者支援センター(大宮区役所内)へ。

内 「災害とジェンダー」や「ヒトゴトじゃない!女性の貧困」の講演動画、過去のオンライン講座、男女共同参画の活動紹介など
※1月25日(月)〜2月24日(水)に、特設サイトで公開します。

No.	行事名/内容	日時	申込期限
①	社会参加支援講座 ポウリング大会	1/26(火) 9:30〜12:30	1/19(火)
②	障害者向け就職活動支援講座/履歴書の書き方や面接の受け方、ビジネスマナーなどを学ぶ	2/1(月)〜10(水) (土・日曜日を除く、全8回) 9:30〜15:30	1/18(月)
③	障害者のための大宮アルディージャふれあいサッカー教室	2/11(祝) 9:30〜11:00	1/29(金)

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

親子いなかまんじゅう教室

日 1月30日(土) 10時～12時
 対市内在住の小学生とその保護者

定 9組(抽選)

¥1組1,200円

所・申・問 1月20日(水)(必着)までに、往復はがき)1組1通3人まで、**必須事項**と学年を、〒311-0049 西区西新井1-24 大宮花の丘農林公苑へ。
 日 6222・5781
 夜 625・5455

さいたま新都心を楽しむ
バリアフリー親子体験会

日 1月30日(土) 10時40分～12時
 所 さいたま新都心駅周辺
 内 車いすや白杖を体験して、親子でバリアフリーを学ぶ
 対 小・中学生とその保護者

定 6人(先着順)

申・問 1月5日(火)～20日(水)に、電話で、さいたま新都心ふれあいプラザへ。日 6000・3192
 【10時～17時】
 問 都心整備課 日 829・1578、夜 829・1937

城下町岩槻歴史散策

日 2月4日(木) 10時～15時
 集合 クレセントモール(岩槻駅東口)

テーマ 岩槻の文化財めぐりと和菓子作りを体験する

定・¥20人(抽選) 2,500円

申・問 1月15日(金)～21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。日 790・0118、夜 790・0260、✉ kanko-keizai-iwatsuki@city.saitama.lg.jp

岩槻区形博物館の催し
雑道具の世界組香を
やってみよう～源氏香～

日 2月28日(日) ▼10時～11時30分 ▼14時～15時30分
 内 2種以上の香木の香りを味わい、違いを当てる組香をする
 対 15歳以上の方(中学生を除く) 定 各10人(抽選) ¥1,500円

所・申・問 1月29日(金)(消印有効)までに、往復はがきで、**必須事項**と時間を、〒339-0057 岩槻区本町6-1-1 岩槻区形博物館へ。日 749・0222、夜 749・0225

講座

障害者社会参加推進センターの講座

No.	行事名	日時
①	知ってくだ さい失語症	1/10(日) 13:00～ 15:00
②	要介護認定 と障害支援 区分の認定 について	1/26(火) 14:00～ 15:30

※手話通訳と要約筆記があります。

所 ①浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナール9階)

②大宮ふれあい福祉センター(大宮区土手町)

対 市内在住又は在勤の方
 定 ①30人 ②35人 ※いずれも当日先着順です。

問 市障害者協議会 日 653・7271、夜 653・7341
 障害支援課 日 829・1308、夜 829・1981

50歳からのセカンドライフ応援セミナー



日 1月22日(金) 19時～21時
 所 浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナール9階)
 内 子育てが一段落した後や定年退職後の就労・ボランティア活動などを考える
 対 市内在住で、50歳以上の方 定 40人(先着順)

申・問 1月5日(火)～20日(水)に、電話又はファクスで、**必須事項**と年齢を、シゴトラボ合同会社へ。 ※専用ホームページ(日 https://www.tjun-lab.com/)でも申し込めます。なお、結果は全員に連絡します。

日 799・3214
 問 セカンドライフ支援センター 日 881・8627

夜 881・8637

わが子の働くための保護者セミナー

日 1月23日(土) 13時～15時
 対 15～49歳で就労していない方の家族

定 8人(先着順)
 所・申・問 1月5日(火)から、電話で、地域若者サポートステーションさいたま(大宮駅西口・ソニックシティ)へ。
 日 650・9898
 問 労働政策課 日 829・1370、夜 829・1944

体験学習型環境学習プログラム「プロジェクトワイルド」一般指導者講習会

日 1月24日(日) 9時～17時
 対 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
 内 野生生物をテーマとした体験型環境学習プログラムを学び、プロジェクトワイルドの指導者を目指す
 対 市内在住、在勤又は在学中で、18歳以上の方 定 5人(先着順) ¥7,300円

所・申・問 1月5日(火)～14日(木)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。 ※結果は全員に連絡します。日 710・5345、夜 839・6387

傷ついた心のケア講座

行事名	日時
Bさん(加害者)とは	1/25(月) 10:00～ 12:00
パートナーシップ	2/15(月) 10:00～ 12:00
境界線	3/15(月) 10:00～ 12:00

所 桜木公民館(大宮駅西口・シーノ大宮センタープラザ5階)

内 DVやパワーハラスメントなどで傷ついた心の回復方法を学ぶ ※希望者は13時～14時30分に、自らの経験などを語るピアサポートグループに参加できます。

対 市内在住、在勤又は在学の女性 定 各20人(先着順)
 申・問 1月5日(火)の9時から、電話、ファクス又はEメールで、**必須事項**を、パートナーシップさいたまへ。 ※結果は全員に連絡します。日 642・8107、夜 643・5801、✉ danjo-kyodo-sankaku@city.saitama.lg.jp

市内産のお花を使った寄せ植え(ギャザリング)講習会

日 1月27日(水) 13時～15時
 所 見沼グリーンセンター(北区見沼)

内 根付きの花で寄せ植えを作る
 対 市内在住の方 定 20人(抽選) ¥2,500円

日 710・5345、夜 839・6387

お知らせ

募集

催し

講座

スポーツ

その他

相談

Information

広報NAVY

あなたのフォト日記

No.	行事名	日時
①	MOSWord 対策講座	1/30(土) ～2/1(月) 9:00～ 16:00
②	MOSExcel 対策講座	2/20(土) ～22(月) 9:00～ 16:00

※いずれも全3回です。



ひとり親家庭のための就業支援講習会

申・問1月14日(木)(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**を、〒330-0958 浦和区常盤6-4-4 農業政策課へ。※結果は全員に連絡します。☎829-1944、☎ngyo-seisaku@city.satama.lg.jp

所丁 A C K 大宮(大宮駅西口)
対市内在住で、ひとり親家庭の父、母、寡婦又はその子ども(15歳以下)、中学生を除く。※①はワード、②はエクセルの基本操作ができる方に限ります。
定員15人(抽選)
申・問①は1月14日(木)、②は1月29日(金)(いずれも必着)までに、はがき(1行事1人1通のみ)で、**必須事項**と年齢を、〒330-0958 浦和区常盤6-4-4 ひとり親家庭就業・自立支援センターへ。※市ホームページでも

☎1月30日(土) 9時30分～15時30分
所子ども家庭総合センター(浦和区上木崎)
内保育所保育指針などを学ぶ
対保育士の資格を有する(令和2年度中の取得見込みを含む)方
定15人(先着順)
2日間の保育実習もあります
時間 8時30分～17時
所市立保育園など
費無料 ※健康診断の費用が掛かります。



潜在保育士就職支援セミナー

申し込みます。なお、結果は全員に連絡します。☎829-1948、☎829-1960

No.	行事名/内容	日時
①	パソコンコース 初心者のためのワード2016&エクセル2016/表・グラフ作成、画像挿入、データ入力、関数などを学ぶ	2月の毎週月曜日 9:30～ 12:30
②	パソコンコース パワーポイント2016基礎(初級)/プレゼンテーションに必要な知識やスライドの作成方法などを学ぶ	2月の毎週金曜日 13:00～ 16:00

※いずれも全4回です。

さいたま市民大学の講座

☎829-2516
空き家に関わるお金の話
〈将来、損をしないために〉
個別相談会を同日開催します
時間 15時45分～16時45分
定12人(先着順)
申・問1月5日(火)から、電話で、NPO法人 空家・空地管理センターへ。※同センターのホームページ(<https://www.akyar-akich.or.jp/>)でも申し込みできます。☎0120-336-366
【9時～17時】
問環境創造政策課 ☎829-1325、☎829-1991

就職支援セミナー(託児付き)

る方 ②文書作成などワード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。
定各10人
費①5,640円 ②5,200円
所・申・問1月12日(火)(必着)までに、往復はがき(1行事1人1通のみ)で、**必須事項**と年齢を、〒330-0854 大宮区桜木町1-10-18 シーノ大宮センタープラザ 生涯学習総合センターへ(抽選)。※生涯学習情報システム(<https://gakushu.city.satama.jp/>)でも申し込みます。☎648-5651、☎648-1860

行事名	日時
仕事と子育ての両立を考える～私が働くということ～	2/2(火) 10:00～12:00
就職活動の準備・自己分析	2/10(水) 14:00～16:00
応募書類の作成	2/19(金) 10:00～12:00
面接対策	2/26(金) 14:00～16:00

所ワークステーションさいたま(北浦和駅東口)
対1歳以上の未就学児 各3人
申・問1月6日(水)から、電話で、ワークステーションさいたま運営事業予約受付係へ(先着順)。※専用ホームページ(<https://ws.satama.com/>)でも申し込みます。☎643-6140
問労働政策課 ☎829-1944

子育て世代再就職チャレンジ!

No.	行事名	期日
①	就職支援セミナー 人と比べない考え方 採用担当者から見る面接のコツ 言葉遣い、敬語等 時間マネジメント	2/5(金) 2/10(水) 2/18(木) 2/25(木)
②	おしゃべりカフェ 3歳までの子どもとの接し方 家族の協力を得るポイント	2/9(火) 2/16(火)
③	土曜セミナー オンライン面接(Web面接)に備えよう! 自分らしい働き方発見セミナー ストレスマネジメント	2/13(土) 2/20(土) 2/27(土)

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

未就業歯科衛生士講習会

日 2月7日(日) 9時30分～16時
 所 大宮歯科衛生士専門学校(大宮区下町)
 内 講義や実習、就職相談会など
 対 再就職を希望する歯科衛生士
 定 15人(先着順)

申・問 1月7日(木)～29日(金)に、
 電話又はEメールで、**必須事項**
 と年齢、性別を、**歯科医師**
会医療管理部へ。※結果は全
 員に連絡します。☎829・2
 323、✉iryokanri-saishi@
 satamada.or.jp
 問 健康増進課 ☎829・12
 93、FAX 829・1967

バラの冬季剪定教室

日 2月7日(日) 10時～12時
 所 与野公園、与野本町公民館
 ※いずれも中央区本町西です。
 対 市内在住、在勤又は在学の方
 定 20人(先着順)

申・問 1月6日(水)の9時から、
 ファクス又はEメールで、別所
 沿公園管理事務所(南区別所)
 へ。※結果は全員に連絡します。

☎836・5200
 ☎711・2290
 ✉heshonuma@sgp.or.jp

障子張り講習

日 2月12日(金) 9時～12時
 所 高齢者生きがい活動センター
 (北区植竹町)

対 市内在住で、60歳以上の方
 定 12人(抽選)

¥5000円
 申・問 1月27日(水)(必着)までに、
 往復はがき(1人1通のみ)で、
必須事項と年齢を、〒330-
 0801 大宮区土手町1-
 213-1 シルバー人材セン
 ター本部事務所へ。☎669・0
 303、FAX 669・0305

孫育て講座

No.	日時	会場・問合せ
①	2/12(金)・19(金)・ 26(金) 9:30～11:30	子育て支援セン ターみどり(緑 区東浦和) ☎874・7388 FAX 874・6501
②	2/22(月)、3/1 (月)・8(月) 13:30～15:30	子育て支援セン ターきた(北区 宮原町) ☎・FAX 662・0022

※いずれも全3回です。

働くことに悩む方向け
ミナーサポステOBOG
に聞く

日 2月13日(土) 14時～15時45分
 所 まるまるひがしにほん(大宮
 駅東口)

対 15～49歳で就労していない方
 とその家族
 定 20人(先着順)

申・問 1月13日(水)から、電話で、
 若者自立支援センター埼玉(川
 口市)へ。
 ☎048・255・8680
 問 労働政策課 ☎829・13
 70、FAX 829・1944

ひとり親家庭のための家
計管理講習会

日 2月13日(土) 14時～16時
 所 JACK大宮(大宮駅西口)
 内 ファイナンシャルプランナー
 から、子どもの学費の捻出方法
 など家計の見直しについて学ぶ
 対 市内在住で、ひとり親家庭の
 父、母又は寡婦
 定 15人(抽選)

申・問 1月29日(金)(必着)までに、
 はがき(1人1通のみ)で、**必須**
事項と年齢を、〒330-095
 88 浦和区常盤6-4-4
 ひとり親家庭就業・自立支援セ
 ンターへ。※市ホームページで
 も申し込みます。なお、結果は
 全員に連絡します。☎829・1
 948、FAX 829・1960

ライフキャリア講座(オ
ンライン)

内 生きづらさ、働きづらさを、社
 会構造から捉えるための知識や
 実例を学ぶ ※2月18日(木)～3
 月7日(日)に動画(全2回)を配信
 します。

定 24人(先着順)
 申・問 1月5日(火)の9時～2月
 16日(火)に、Eメールで、**必須事**
項を、パートナーシップさいた

まへ。※結果は全員に連絡しま
 す。☎642・8107、FAX 64
 3・5801、✉danyo-kyodo-
 sankaku@city.saitama.lg.jp

犬のしつけ教室



日 2月27日(土) 13時30分～15時
 30分
 内 飼い主同伴による実技講習
 対 飼い犬が次の全てを満たす市
 内在住の方 ▼鑑札と今年度の
 注射済票を付けている ▼不妊
 去勢手術、混合ワクチンの接種
 を受けている ▼極端に怖がり
 や攻撃的でない
 定 5組(抽選)
 ¥1人1700円

申・問 2月10日(水)(必着)まで
 に、はがき又はファクスで、**必**
須事項と年齢、犬の名前・年齢・
 性別・種類・体格を、〒338-
 0812 桜区神田950-1
 動物愛護ふれあいセンターへ。
 ※結果は全員に連絡します。
 ☎840・4150
 FAX 840・4159

発達障害に関する講演会
(オンライン)

内 発達障害のある子どもの就学
 支援について学ぶ ※3月15日

(月)～21日(日)に、動画を配信しま
 す。

認知症サポーターステッ
プアップ講座

日 3月12日(金)・19日(金)(全2回)
 12時30分～17時
 所 与野本町コミュニティセン
 ター(中央区本町東)
 内 地域で活動するために、認知
 症の種類と特徴・予防、活動事例
 などを学ぶ
 対 市内在住の認知症サポーター
 定 30人(抽選)

申 込 書 各区高齢介護課、各地
 域包括支援センターで配布中
 ※埼玉精神神経センターのホー
 ムページ(☎http://www.saitam
 a.ni.com)でダウンロードもで
 きます。

めがせ!!子ども森林イン
ストラクターin埼玉

日 3月20日(祝) 9時～15時
 ※雨天の場合は21日(日)に順延し
 ます。

所 田島ヶ原サクラソウ自生地
 (桜区田島)ほか
 内 植物や生き物とふれあい、自
 然の仕組みを学ぶ
 対 小学生 ※小学1～3年生は

お知らせ

募集

催し

講座

スポーツ

その他

相談

Information

広報NAVY

やごたま
フォト日記

かんたんアクアエクササイズ
1月の毎週木曜日(全4回)

対18歳以上の方(高校生を除く)
定①各25人 ②各12人
￥1回750円 ※別途、ロッカー代(1回50円)が掛かります。
所・申・問当日、直接、岩槻温水プール(岩槻区本丸)へ(先着順)。
TEL 758・2301、FAX 758・2302

No.	行事名	日時
①	楽しく！ロコモ対策ウォーキング	1/5~3/23の火曜日(2/23祝を除く) 13:00~13:50
②	ファンアクア	1月~3月の木曜日(2/11祝・25祝を除く) 14:00~14:50
	お気軽レッスン!水中フィットネス	1月~3月の木曜日(2/11祝・25祝を除く) 15:00~15:50

岩槻温水プールの教室

スポーツ

保護者の同伴が必要です。
定20人(先着順)
申1月5日(火)から、埼玉森林インストラクター会ホームページ(<https://saitamanomori.net/>)。
問指導1課 TEL 829・1660、FAX 829・1990

対①市内在住又は在勤で、18歳以上の方 ②③市内在住、在勤又は在学中、小学3年生以上の方
定①各10人 ②20人 ③30人

No.	期日	会場	問合せ
①	1/16(土)	戸隠スキー場(長野県長野市)	市スキー連盟(磯崎) TEL 080・3257・1779【17時~21時】 URL https://enoj48.wixsite.com/ohayouse
	1/17(日)		
②	1/31(日)	かたしな高原スキー場(群馬県片品村)	市スキー連盟(忍田) TEL 090・1541・9587【9時~17時】 URL http://yono-ski.com/
③	2/14(日)	ガーラ湯沢スキー場(新潟県湯沢町)	市スキー連盟(山田) TEL 090・3207・3602【9時~17時】 URL http://yono-ski.com/



スキースクール・講習会

10時~11時
対18歳以上の方
定12人(先着順)
￥1回750円 ※別途、ロッカー代(1回50円)が掛かります。
所・申・問1月5日(火)の9時から、直接又は電話で、下落合プール(中央区下落合)へ。TEL 852・2518、FAX 858・2621

対①中学生以上の男性 ②5歳~小学生の女子
定①16人 ②10人
￥①800円 ②4,000円

No.	行事名	日時
①	男のヨガ教室(初心者向け)	1/23(土) 13:30~14:30
②	ジュニア新体操教室	2月の毎週水曜日(全4回) 17:30~18:50

浦和西体育館の教室

対市内在住の小学5・6年生
定30人(抽選)
申・問1月7日(木)(必着までに、はがきで、必須事項と学年、野球経験の有無、チームで申し込む場合は**代表者の必須事項**と人数を、〒330-9588 浦和区常盤6-4-4 スポーツ振興課へ。※結果は全員に連絡します。
TEL 829・1058、FAX 829・1996

対1月17日(日) 12時30分~16時
※雨天中止
所NITTSU浦和ボールパーク(浦和区駒場)
内日本通運野球部から野球の基本を学ぶ

少年少女軟式野球教室

対1月17日(日) 12時30分~16時
※雨天中止
所NITTSU浦和ボールパーク(浦和区駒場)
内日本通運野球部から野球の基本を学ぶ

対20歳以上の方
定各5人(先着順)
￥4,160円
所・申・問1月6日(水)の9時から、電話で、市産業文化センター(中央区下落合)へ。
TEL・FAX 854・0486

行事名	時間
はじめてのベリーダンス	14:00~15:00
やさしいベリーダンス	15:15~16:15

期日 2月の毎週月曜日(全4回)

市産業文化センターの講座

対1月30日(土) 9時~13時
内メインアリーナでバドミントンや卓球、トランポリンを体験する
所・申・問当日、直接、サイデン化学アリーナ(桜区道場)へ。
TEL 851・5050
TEL 851・5118
FAX 851・5118

スポーツフェスティバル

対1月30日(土) 9時~13時
内メインアリーナでバドミントンや卓球、トランポリンを体験する
所・申・問当日、直接、サイデン化学アリーナ(桜区道場)へ。
TEL 851・5050
TEL 851・5118
FAX 851・5118

対市内在住、在勤又は在学の方
定各20人(先着順)
￥1回500円
所・申・問当日、直接、浦和駒場体育館(浦和区駒場)へ。
TEL 885・6010
TEL 885・6011
FAX 885・6011

対2月13日(土) 18時30分~20時30分(18時10分から受け付け)
所沼影アイススケート場(南区沼影)
内ホッケーシューティングゲームやタイムレース、ソリを利用した親子ゲームなど
対市内在住、在勤又は在学中、スケートの経験がある小学生以上の方 ※小学生は保護者の同伴が必要です。
定100人(抽選)
￥800円 ※貸し靴は、別途400円掛かります。
申・問1月18日(月)(必着までに、往復はがき(一通5人まで)で、**代表者の必須事項**と全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)・性別を、〒330-0856 大宮区三橋4-73 もみの木内市スケート連盟へ。TEL 754・9180【17時~21時】
問(公財)市スポーツ協会
TEL 851・6250
FAX 851・6253

期日 2月の毎週月曜日(全4回)

市民体育大会 スケートフェスティバル

対2月の火曜日 13時30分~14時30分
対市内在住、在勤又は在学の方
定各20人(先着順)
￥1回500円
所・申・問当日、直接、浦和駒場体育館(浦和区駒場)へ。
TEL 885・6010
TEL 885・6011
FAX 885・6011

シェイブボクシング

対2月の火曜日 13時30分~14時30分
対市内在住、在勤又は在学の方
定各20人(先着順)
￥1回500円
所・申・問当日、直接、浦和駒場体育館(浦和区駒場)へ。
TEL 885・6010
TEL 885・6011
FAX 885・6011

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

障害者ポウリング教室

日 2月13日(土) 13時30分～15時30分

所 浦和スプリングレーンズ(南区鹿手袋)

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 20人(抽選)

申 込書 各区支援課で配布中

申 込期限 1月29日(金)

問 障政策課 ☎ 829・1306、☎ 829・1981

JFAなでしこひろば



日 2月20日(土) 10時～12時

所 浦和駒場スタジアム(浦和区駒場)

内 浦和レッズバートフルクラブのコーチによる講習会形式の合同練習会

対 中学生の女子

定 30人(抽選)

¥ 900円

申・問 2月14日(日)までに、直接、(一社)さいたまスポーツコミッション(浦和区仲町)へ。

※専用ホームページ(<https://satamasc.jp/smileproject/>)でも申し込みます。

☎ 762・8334、☎ 762・8474

その他

市民活動サポートセンターの相談会

■法律相談

日 1～3月の木曜日(2月11日祝を除く) ▼15時～ ▼16時～ ▼17時～ ▼18時～

内 弁護士による市民活動などについての相談

定 各1団体(当日先着順)

■会計事務相談

日 ①2月19日(金) ②3月19日(金) ▼13時～ ▼14時15分～ ▼15時30分～ ▼16時15分～

内 公認会計士などによる決算、納税処理等の相談

定 各1団体(先着順)

申 込書 市民活動サポートセンター(浦和駅東口・コムナール9階)で配布中 ※市ホームページでダウンロードもできます。

申 込期間 ①2月5日(金)～12日(金) ②3月5日(金)～12日(金)

《共通》

対 市民活動団体

所・問 市民活動サポートセンター ☎ 813・6400、☎ 87・0161

セカンドライフに関する相談

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、事前に予約が必要です。

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 市内在住で、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) ☎ 881・8627、☎ 881・8637

関東甲信越ブロック悪質商法被害防止共同キャンペーン 若者被害特別相談

日 1月14日(木)～16日(土)

相談窓口

消費生活総合センター(大宮駅西口・JACK大宮6階) ☎ 645・3421

浦和消費生活センター(浦和駅東口・コムナール9階) ☎ 871・0164

岩槻消費生活センター(岩槻駅東口・WATSU東館3階) ☎ 749・6191

時間 9:00～16:30

▶9:00～12:00 ▶13:00～16:30

内 架空請求や不当請求などの消費生活に関する相談

対 市内在住で、29歳以下の方

問 消費生活総合センター ☎ 643・2239 ☎ 643・2247

女性のための女性司法書士による無料電話相談会

日 1月16日(土) 10時～16時

内 相続や成年後見制度などの電話相談

相談電話 872・8055

問 埼玉司法書士会事務局 ☎ 863・7861(土・日曜日祝日を除く、8時30分～17時30分)

市民生活安全課 ☎ 829・1214、☎ 829・1969

創業相談会

内 相談や成年後見制度などの電話相談

相談電話 872・8055

問 埼玉司法書士会事務局 ☎ 863・7861(土・日曜日祝日を除く、8時30分～17時30分)

市民生活安全課 ☎ 829・1214、☎ 829・1969

No. 1 女性創業相談会

日時 ▶1/15(金) ▶2/19(金) ▶3/19(金) 10:00～16:00

申込み・問合せ 創業・ベンチャー支援センター埼玉 ☎ 711・2222、☎ 857・3921 <https://www.saitama-j.or.jp/sogyo/>

No. 2 創業相談 TIME

日時 ▶1/19(火) ▶2/16(火) ▶3/16(火) 10:00～16:00

申込み・問合せ 日本政策金融公庫 ☎ 643・3739、☎ 645・7435 <https://www.jfc.go.jp/n/finance/sougyou/sougyou04.html>

※各ホームページでも申し込みます。

内 創業に関する個別相談(1人50分)

対 ①市内で創業を目指す女性

②創業を予定している、又は創業後間もない方

定 各5人(先着順)

申 1月6日(水)から、電話又はアクセスで、必須事項を、各申込みへ。 ※結果は参加できない方のみに連絡します。

所・問 中央図書館(浦和駅東口・コムナール8階) ☎ 871・2100、☎ 884・5500

アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症に関する個別相談会



日 ▼2月4日(木) ▼3月4日(木) 9時～17時(16時まで受け付け)

所 あいぱれっと(浦和区上木崎)

対 市内在住で、アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存症に関わる問題を抱える方、又はその家族

定 各10人程度(先着順)

申・問 1月5日(火)の9時から、電話で、こころの健康センターへ。

☎ 762・8548 ☎ 711・8907

暮らしの困りごと、こころの総合相談会

日 2月14日(日) 13時～17時(16時まで受け付け)

所 あいぱれっと(浦和区上木崎)

内 弁護士、司法書士、精神保健福祉士などによる借金や困窮などの生活の困りごとや心の健康に関する個別相談

対 市内在住又は在勤の方

定 10人程度(先着順)

申・問 1月12日(火)の9時から、電話で、こころの健康センターへ。

☎ 762・8548 ☎ 711・8907