

i n f o r m a t i o n 情 報 館 i n f o r m a t i o n

いきいき健康体操教室
とき・ところ 左表参照

会場(申し込み先)	日 時	時 間
うしぬま荘 ☎・FAX 2998-4745	平成19年10月10日～20年 3月12日の水曜日 (1月2日を除く)	午前10時 ～正午
さやまがおか荘 ☎2949-1192 FAX2938-1154	平成19年10月10日～20年 3月12日の水曜日 (1月2日を除く)	午後1時 ～3時
緑寿荘 ☎・FAX 2928-8415	平成19年10月11日～20年 3月13日の木曜日 (1月3日を除く)	午前10時 ～正午
あづま荘 ☎・FAX 2928-1466	平成19年10月12日～20年 3月21日の金曜日 (11月30日、1月4日を除く)	午前10時 ～正午

内 容 転倒・腰痛予防などの体操、
レクリエーション
講 師 健康運動指導士、理学療法
士

対 象 介護保険サービスを受けて
いない60歳以上の方および自己通
所できる方
◎過去2年間に参加された方は遠
慮ください。

参加費 8200円(保険代)
定 員 いずれも25人(申し込み多
数の場合は抽選)
◎各施設とも駐車場はありません。
申し込み・問い合わせ 9月8日(土)
までに各施設(会場)へ電話

障がい者向けの就職面接会

とき・ところ 10月10日(水)・午後1
時～4時/市民文化センターミュー
ーズ・展示室
申し込み・問い合わせ ハローワー
ク所沢(☎29992-8609・
FAX2992-2445)へ電話

就職に役立つパソコンセミナー

とき 9月27日(木)・28日(金)(2日
間)/午前9時～午後4時
ところ 市役所2階202会議室

内 容 パワーポイントを使用した
効果的なプレゼンテーション技法
の習得(バージョンはパワーポイ
ント2003)

対 象 おおむね34歳以下の求職者
◎雇用保険受給資格者の方には、就
職活動証明書を発行します。

定 員 10人
◎応募者多数の場合は抽選とし、結
果は後日通知します。

参加費 1,890円(テキスト代)
申し込み・問い合わせ 9月7日(金)
(消印有効)までに往復はがき(1
人1通)の往信用裏面に①就職に
役立つパソコンセミナー(パワ
ーポイント)②住所③氏名(ふり
がな)④年齢⑤電話番号を、返信
用表面に本人のあて名を明記し、
商工労政課(〒359-8501・並木1-
1-1/☎2998-9155・
FAX2998-9162)へ郵送

◎1月中旬には、アクセス初級の内
容でセミナーを予定しています。

とくぞわ地域福祉塾
(知的・発達障がい編)

障がいのあるなしかかわらず、
すべての子どもがともに学び、暮ら
していける地域づくりのため、理解
と交流の推進を図ります。

対 象 市内に在住・在勤・在学す
る18歳以上の方
定 員 申し込み先着15人
とき/内容 ▼9月26日(水)・午後1
時～4時30分/障がいについての
理解ほか▼10月17日(水)・午前9時
～午後4時、10月25日(水)・午前9
時～午後4時/養護学校での授業
体験▼11月2日(金)/午後1時30分
～4時30分/家族・施設職員・ボ
ランティアからのメッセージほか

親子で簡単おやつクッキング

とき・ところ 10月25日
(木)/午後2
時～4時・
小手指公民
館
対 象 3歳～5歳児と保護者
◎対象年齢でない兄弟がいる場合、
参加はできませんが保育はありません。

持ち物 エプロン・三角きん
定 員 申し込み先着8組
参加費 2000円
講 師 栄養士
申し込み・問い合わせ 9月6日(木)
から保育課(☎2998-912
6・FAX2998-9035)へ電
話



里山体験講座

《十五夜の準備を体験しよう!》
とき・ところ 9月22日(出)/午前10
時～午後2時30分・狭山丘陵いき
ものふれあいの里センター(集合)
参加費 3000円(保険代・材料費)
対 象 幼児～大人
◎幼児・小学生は保
護者と参加してくだ
さい。

定 員 20人(申込
多数の場合抽選)
持ち物 風呂敷、飲み物、筆記用具等
申し込み・問い合わせ 9月12日(水)
必着で往復はがきに参加希望者全
員の住所・氏名・年齢(学年)・
電話番号を明記し、狭山丘陵いき
ものふれあいの里センター(〒359
-113・荒幡782/☎・FAX2993
9-9412)へ郵送



脳と体の若返り講座

とき 9月28日(金)/午後1時30分
～3時30分
ところ さやまがおか荘(狭山ヶ丘
コミュニケーション内)

動く体はいつまでも若返る

講 師 東京都老人総合研究所研究
員・河合 恒さん
内 容 ▼講話『動ける体づくり』
▼楽しく体を動かそう『所沢健康
体操』
定 員 申し込み先着70人
◎動きやすい服装でご参加ください。
申し込み 9月3日(月)から三ヶ島第
2地域包括支援センター(☎29
26-7800)へ電話
問い合わせ 高齢者支援課(☎29
98-9120・FAX2998-1
147)



親子で楽しむ運動遊び

とき ▼第11回：9月24日(水)▼第
12回：10月8日(祝)/いずれも午前
10時30分～午後0時30分
ところ 市民体育
館サブアリーナ
対象年齢 おおむ
ね2歳～6歳児
◎対象年齢はおおまかな目安です。
対象年齢でなくても参加できます。

歯科診療所あおぞらのご案内

休日、緊急に歯科診療を必要としている方、一般の歯科診療所で診療が困難な在宅要介護高齢者および心身障害児者の市民に対する歯科診療を行っています。
対象者▶休日緊急歯科診療…休日緊急に歯科診療を必要としている方▶在宅要介護高齢者…市内に在住し、原則65歳以上の寝たきり状態の方▶心身障害児者…市内に在住し、障害(知的)を持ち、一般の歯科診療所では診療が困難と思われる方
診療日時▶休日緊急歯科診療…日曜日および祝日/午前9時～11時30分▶在宅要介護高齢者歯科診療…日曜日/午前9時～午後0時30分▶障害者(心身障害児者)歯科診療…木曜日/午前9時～午後0時30分
◎休日緊急歯科診療の診療日は、変更になる場合があります。
申し込み 在宅要介護高齢者および障害者(心身障害児者)の方の歯科診療は、保健センター母子保健課に備え付けの申請書類に必要事項をご記入のうえ、同課(〒359-0025・上安松1224-1)へ直接または郵送
問い合わせ 保健センター母子保健課(☎2991-1811・FAX2995-1178)



はり・きゅうの施術をボランティアで行います

介護や介助による疲労・肩こり・腰痛・関節痛などの不調がある方のために、所沢市鍼灸師会会員がボランティアで無料治療を行います。
とき・ところ 毎月第2水曜日/午前9時～10時30分・保健センター
対象者 ▶在宅介護をしている家族の方▶介護保険認定者または自立認定された本人▶障害者の介助をしている家族の方
定 員 いずれも8人
◎予約制です。申し込み多数の場合は抽選となります。
申し込み はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、要介護認定結果、希望治療日(第1・第2希望日)をご記入のうえ、所沢市鍼灸師会・介護ボランティア係(〒359-0037・くすのき台3-16-2坂間ハイツ201)へ郵送
◎予約日時については、決まり次第連絡します。
問い合わせ 保健センター母子保健課(☎2991-1811・FAX2995-1178)



持ち物 上履き、タオル1人1本、下履きを入れる袋
講 師 早稲田大学人間科学部教授
・前橋 明さんほか
◎動きやすい服装でご参加ください。
申し込み 市役所1階・子ども支援課、同2階・保育課、各公民館、児童館等に備え付けの申込用紙に必要事項を記入のうえ、子ども支援課(〒359-8501・並木1-1-1)へ直接・郵送・FAX(29998-1147)・Eメール添付(アドレスa9124@city.tokorozawa.saitama.jp)のいずれかの方法
◎申込書は市ホームページからも入手できます。
問い合わせ 子ども支援課(☎2998-9124・FAX2998-1147)

ところ 埼玉県労働会館(さいたま市浦和区常盤9-24-13)
定 員 申し込み先着99人
受付期間 9月13日(木)～10月4日(木)
受講料 11,200円(テキスト代含む)

【乙種第4類】
とき 10月6日(出)・7日(回)
ところ 川越福祉センター(川越市新宿町1-17-7)
定 員 申し込み先着15人
受付期間 9月6日(木)～28日(金)
受講料 10,400円(テキスト代含む)

◎いずれも防火安全協会会員事業所の方は千円引きになります。
申し込み・問い合わせ 市消防本部予防課(けやき台1-13-11/☎2929-9121・FAX2929-9128)へ受講料(現金)を持参のうえ直接(土・日曜日、祝日を除く)午前8時30分～午後5時)へ電話や各消防署・分署では受け付けません。

【甲種】
とき 10月13日(土)・14日(日)

危険物取扱者試験準備講習会(甲種・乙種4類)のご案内

危険物取扱者試験準備講習会(甲種・乙種4類)のご案内