

## 暮らし

### 一人暮らし(单身)高齢者調査

65歳以上の一人暮らしの高齢者世帯の実態を把握し、緊急時の援助や福祉支援の基礎資料にするため、3月から各地区担当民生委員が家庭訪問して調査します。普段の生活で心配事などがある人は、民生委員に気軽に相談してください。 **岡高齢介護課** 77-4190・**岡76-8872**

### 埋蔵文化財の発掘調査

土の中に埋まっている文化財は「埋蔵文化財」と呼ばれ、旧石器時代から近世に及ぶわが国の歴史を証明する貴重な財産です。そのため、文化財保護法により保存の対象になっています。市内には約40カ所の埋蔵文化財包蔵地(遺構・遺物が埋まっている地域)があり(下図参照)、県に登録されています。包蔵地内で土木工事などを行う場合は「埋蔵文化財発掘の届出」が義務

付けられています。住宅建築や開発行為などの予定がある場合は、生涯学習課で確認してください。 **文化財保護法の対象** ①農業基盤工事や造成工事の掘削が埋蔵文化財に及ぶとき②住宅などの恒久的な建物、道路その他の工作物を設置するとき③盛土または一時的な工作物の設置により埋蔵文化財に影響を及ぼす恐れがあるとき



市内の埋蔵文化財包蔵地分布図

**岡生涯学習課** 77-9496・**岡76-2250**

### 無料法律相談会

全国統一ダイヤル「ひまわりお悩み110番」**岡0570-783110**(開設2周年記念に伴い、無料法律相談会を実施します。 **岡3月7日(土)13~16**

時(受付/15時30分まで) 所 埼玉弁護士会法律相談センター(さいたま市浦和区高砂4-2-1) **借入金、離婚、相続など**についての無料法律相談 **岡埼玉弁護士会法律相談センター** 71-5666

### 賃貸トラブル無料電話相談

毎月第1・3(水)18~20時 **岡家賃滞納、土地・建物の明け渡し、敷金返還などの相談** **相談電話** 838-1188 **岡埼玉司法書士会** 863-7861

### 不動産無料相談会

**岡4月4日(土)10~16時** 所 **いたま浦和会場/浦和コミュニティセンター** **川越会場/丸広百貨店川越店** **不動産鑑定士による不動産価格などの相談** **岡公益社団法人埼玉県不動産鑑定士協会** 838-0483

### マンション建替えなどの相談窓口「住まいるダイヤル」

時(月)~(金)10~17時(祝を除く) **耐震性が不足しているマンションの建替えなどに関する**

広告

<p><b>送</b> 草津温泉リゾートホテル</p> <p>雪の銀世界へ! スノーシュー、スキー、スノーボード、雪見酒</p> <p>10名以上のグループに最適! 15名様以上のお酒1本付! 1泊2食9,500円~(お一人様/入浴税別)</p> <p>各種健康保険完備ホテル http://www.kusatsu-gpp.com 〒377-1711 群馬県吾妻郡草津町草津白根464-523 ☎0279 (88) 3960 E-mail otoiawase@kusatsu-gpp.com</p> <p><b>草津グリーンパークパレス</b></p>	<p><b>送</b> 湖畔のホテルリゾート</p> <p>日帰りでも1泊気分! 入浴+朝食会席+お酒1本付のシルバープラン</p> <p>東松山・高坂・北本・鴻巣・北鴻巣駅までの送迎可</p> <p>●東松山・鴻巣駅より車で15分 ●バス送迎できまぎ http://www.friend-yoshimi.co.jp 〒355-0966 埼玉県比企郡吉見町大字栗原602 ☎0493 (54) 2030 E-mail otoiawase@friend-yoshimi.co.jp</p> <p><b>フレンドシップ ハイツよしみ</b></p>
--	--

広告

あなたの“困った”を、弁護士がお手伝い。 悩み事や困ったことを、早く解決したい... 夜間土曜法律相談実施中!

**埼玉弁護士会の法律相談**

☎048-710-5666 (予約制)

土曜相談: 午前9時から正午まで  
夜間相談: 平日月曜日から金曜日の午後7時から午後9時まで  
※当日夜間のご相談ご希望の場合、午後3時までにお電話ください

http://www.saiben.or.jp/

交通事故 離婚・DV 相続・遺言  
労働問題 高齢者・障がい者 刑事事件  
犯罪被害 土地・建物の問題 外国人  
経営をめぐる問題 民事介入暴力  
etc. なんでもご相談ください

**次回の税などの納付期限  
3月31日(火)**  
し尿汲取手数料……  
第6期(12～1月分)  
納税課 ☎775-5135

電話相談 ☎マンションの区分所有者、管理組合、借家人など ☎住宅リフォーム・紛争処理支援センター「住まいのダイヤル」☎0570-016100 (PHSや一部IP電話からは☎03-3556-5147)

**あげおファミリー・サポート・センター入会説明会**  
☎3月7日(土)・20日(金)、4月4日(土)・15日(水)、5月15日(金) 10～12時 ☎上尾市総合福祉センター(4月15日だけ大谷公民館) ☎あげおファミリー・サポート・センターの会員登録を希望する人への説明会 ☎提供会員(育児の援助を行う人)／市内に在住の20歳以上の健康な人 依頼会員(育児の援助を受けたい人)／市内に在住・在勤で0歳

市税・県税の納期内納付が確実な口座振替の促進キャンペーンを行っています。口座振替は一度手続きをするだけで支払いの手間が省け、納付忘れがなくなります。キャンペーン中に申し込みをすると抽選で埼玉グッズが当たります。詳しくは参加機関に問い合わせてください。【キャンペーン期間】3月31日(火)まで(期間中1件の口座振替申し込みにつき1回応募可) 【参加機関】埼玉りそな銀行、武蔵野銀行、埼玉県信用金

(首の据わった4カ月頃)小学生の子どもがいる人 ☎40人 ※託児(無料)は10人までです(先着順、希望者は5日前までに要予約)。☎筆記用具、印鑑、保護者の写真(縦3×横2.5センチスナップ写真可)を依頼会員1枚、提供会員2枚 ☎電話であげおファミリー・サポート・センターへ ☎あげおファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会内) ☎77-0941・☎77-8647

**彩の国口座振替  
お申し込みキャンペーン**

厚生労働省では過重労働や賃金不払残業など、若者の「使い捨て」が疑われる企業などへの対応を強化しています。その一環として労働条件や労務管理上の疑問点を確認できるポータルサイト「確かめよう労働条件」(☎http://www.check-roundou.mhlw.go.jp)を開設しましたのでご利用ください。 ☎埼玉労働局労働基準部監督課☎600-6204

庫、川口信用金庫、青木信用金庫、飯能信用金庫、あだち野農業協同組合、県内の全市町村、埼玉県 【応募要件】次の①～④の全てに該当する口座振替を申請する人①参加機関の窓口で申し込み②参加金融機関を引落口座とする③1回の納付額が千円以上④市・県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税など キャンペーン対象の税目である ☎応募用紙(参加機関にある)に必要事項を記入の上、参加機関へ ☎納税課☎77-5135・☎77-9846

**ポータルサイト  
「確かめよう労働条件」**

**個別塾 MyWay** 「わかる。できる。やったー!」  
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=自立学習」型の個別学習塾。授業がわかるからやる気に火がつき、成績がUP! 無料体験授業実施中です。お気軽にお問い合わせください。

個別なのに安心の授業料・振替自由・アルバイト講師なし  
**個別指導塾マイウェイ** 電話: 048-856-9426

上尾市春日 2-2-2 2F (コジマ×ビックカメラ上尾春日店さん向かい)  
10～16:30～22:00 詳細は ☎上尾 マイウェイ ☎で検索

個別見学会実施中 転編入・不登校 ご相談下さい ※要電話予約

**自分スタイルの高校生活!**  
— 新入・転編入 個別相談受付中 —

授業見学・個別相談随時受付!

生徒を伸ばす3つのコース  
①ハイコース 全日型スタイルで充実の高校生活  
②スタンダードコース マイペースで選ぶ週3日の通学  
③トライアルコース まずは週1回からの通学でトライ

生徒を支える3つのサポート  
①学習 中学復習から大学受験まで  
②生活 選べる登校で できることから!  
③進路 キャリア教育で希望進路実現!

**精華学園高等学校 上尾学習センター**  
〒362-0071 埼玉県上尾市井戸木2-2-22 JF高崎駅より徒歩8分 ☎048-856-9800

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  
香典返し..... 20%Off

「もしもの時に…」まず、お電話ください。  
**0120-33-7475**

365日 24時間 受付

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

時とき 所ところ 内容内容 対象対象 費用・金額 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定員定員 持ち持ち物 持ち持ち物

## 動物健康応援団 野良猫について

生活環境課 ☎775-6940・☎775-9872

野良猫を見掛けることが多くなりました。多くの場合、無責任に捨てられた猫やその子どもたちです。その猫たちが問題を起こし、猫が嫌いではなかった人も猫嫌いになってしまうことさえあります。環境省が、自治体を対象に猫に関する苦情件数を調査したところ、平成12～21年の間に苦情件数は2.5倍に増加し、そのうち野良猫に関する苦情は約50%を占めていました。また、一般市民を対象に行った「飼い主のいない猫に関するアンケート調査」(平成23年)では、野良猫に関する社会的問題について「非常に問題である」と答えた人が約42%で、「どちらかといえば問題である」と答えた人を含めると、約92%もの人が何らかの問題意識を持っています。

猫は日が長くなると繁殖する季節繁殖動物で、春先は繁殖活動が活発になります。雄猫は生後8～12カ月で交尾ができるようになります。雌猫は生まれた翌年には繁殖できる体に成長し、1回の出産で3～8匹の子猫を産みます。栄養が足りていると年に2～4回の子猫の出産ができ、1匹の雌猫が1年で20匹の子猫を出産することも可能です。

猫の数が増え過ぎると適切な世話が行き届かず、猫自体を苦しめ、糞尿や鳴き声などで地域住民の迷惑にもなります。猫をめぐる近隣や地域のトラブルは全国各地で多発し、裁判になるケースもあります。また猫による野生動物の捕食など、自然環境への影響も懸念されています。

野良猫に餌を与えるだけで十分な管理をせず、近隣地域の人の迷惑になるほど数を増やしてしまうことは問題です。動物を飼う場合は適切に飼育し、動物を捨てる例にならないようにしましょう。

～一般社団法人 上尾伊奈獣医師協会～



## スポーツ・レクリエーション

### 上尾市民バドミントン大会

☎5月3日(祝)9時～16時30分 所 上尾市民体育館 対市内に在住・在勤・在学の中学生以上で、平成27年度市バドミントン連盟に登録している人(年会費/団体5千円、個人千円で当日加入も可) 種 男女個人戦ダブルスA(上級者)、B(中級者)、C(初級者)、男女シニア40歳以上、男子シニア60歳以上、女子シ

ニア55歳以上 ※1人1種目だけ参加できます。前回大会B・Cクラス1・2位の方は、上のクラスにエントリーしてください。中学生の参加種目はBランク以上とし、参加資格は男子は市内大会ベスト4以上、女子はベスト8以上とします。 費1人800円(中学生は500円) ※当日各団体ごとに取りまとめ、当日棄権者の分もお支払いください。 申 郵送で団体登録者は申込書に強い順に氏名を記入し、個人登録者はパートナーの分も含め住所、氏名、生年月日、

勤務先(学校名)、種目を記入して、4月4日(土)まで(必着)に上尾市バドミントン連盟の柘上しのぶ〒362-0064小敷谷7-1西上尾第二団地2-5-202へ ☎柘上☎75-5646

### 上尾市レクリエーション大会

フ、スポーツ吹矢など 待室内用の運動靴 園スポーツ振興課☎781-8112・☎776-2250

上尾市民スケート講習会  
☎3月19日(休)10時20分～11時40分(集合/10時15分) 所 埼玉アイスアリーナ(日の出4-386) 市内に在住の初心者 費 入場料・貸靴代は自己負担 定 30人 申 電話かファクスで3月13日(金)までに上尾市スケート連盟の落合へ 園 落合☎・☎0485-9218811

埼玉アイスアリーナ  
春休み1日体験スケート教室  
☎3月27日(金)・29日(日)9時～10時45分 所 埼玉アイスアリーナ(日の出4-386) 園 スケートの基礎を習得し、楽しく安全に滑る技術を身に付ける 費 4歳～小学生 各80円(先着順) 費 1,600円  
☎3月16日(月)10時から電話で埼玉アイスアリーナへ 園 埼玉アイスアリーナ☎75-3456



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 広告

◆相談料30分5400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

遺産相続 遺言書作成、遺産分割協議、遺留分等  
離婚問題 慰謝料、財産分与、養育費、年金分割等  
成年後見 高齢者の財産管理、後見人・保佐人等  
労働問題 解雇、残業代、セクハラ、パワハラ等  
不動産 土地・建物の売買や賃貸借上の諸問題  
債権回収 売買代金・請負代金・貸付金の請求等  
中小企業 契約書作成、取引トラブル、顧問契約等

**春休みソフトテニス教室**

時 3月30日(月)～4月3日(金)9  
 ～11時(全5回・予備日4日  
 (土) 所 上平公園テニスコー  
 ト 市内に在住・在学の小  
 学生(中学1年生(4月時迄  
 費 2,500円(初日に集金  
 備 フラケット(貸し出しあり)、テ  
 ニスシューズ、帽子 往復は  
 がきに住所、氏名、生年月日、  
 学校名、学年、性別、電話番  
 号を記入して、3月14日(土)ま  
 で(必着)に上尾市ソフトテニ  
 ス連盟の本田和美(〒362-000  
 03 菅谷307-3)へ 関井上尾  
 090-610615448

**イコス上尾  
リフレッシュエアロ教室**

時 水曜日コース/4月1日  
 ～6月24日(4月29日、5月  
 6日は除く)の毎週(水)・全11  
 回 木曜日コース/4月2日  
 ～6月25日(4月30日、5月  
 7日は除く)の毎週(木)・全11  
 回 所 イコス上尾 内 水曜日  
 コース/リズムエアロ19時30  
 分～20時30分 木曜日コース  
 /①スッキリエアロ10時30分  
 ～11時30分②ビューティーエ

**募 集**

**青少年相談員**

〔任期〕平成28年3月31日ま  
 で 所 市主催事業への協力や  
 キャンプ・クリスマス会など  
 で児童の話し相手や遊び相手  
 になることで、子どもたちの  
 健全な育成を支援する 所 市  
 内に在住・在勤・在学で、青  
 少年の健全育成に理解と関心  
 がある18～36歳の人(高校生  
 を除く) 申 申込用紙(青年  
 課へ上町2-14-19 青少年セン

**募 集**

**柔道・剣道教室生徒  
(初心者課程)**

ター内)にある)に必要事項を  
 記入して、縦4×横3の顔  
 写真2枚を用意して直接、青  
 少年課へ 所 青少年課 76-  
 2488・76-2117  
 時 4月～平成28年3月の毎週  
 (水)、柔道/18～19時 剣道  
 /18時30分～19時30分 所 上  
 尾市民体育館柔・剣道場 所  
 市内に在住の小・中学生 費  
 1,850円 ※その他に父  
 母会費があります。 定 各40  
 人(先着順) 申 3月3日か  
 らの(水)～(金)、柔道/18～20

**上尾市医師会  
上尾看護専門学校学生**

時 剣道/18時30分～20時30  
 分に直接、市民体育館柔・  
 剣道場へ ※初心者過程を  
 修了した人は、錬成部で継  
 続できます。 所 青少年課 76-  
 2488・76-2117  
 〔試験日〕3月20日(金) 所 社会  
 人/①大学か短期大学を卒業  
 した人または平成27年3月に  
 卒業見込みの人②高等学校卒  
 業程度認定試験に合格した人  
 で入学時に23歳に達している  
 人③高等学校を卒業し、入学  
 時に23歳に達している人 一  
 般/①高等学校を卒業した人  
 または平成27年3月に卒業見  
 込みの人②高等学校卒業程度  
 認定試験に合格した人③学  
 校教育法第90条の規定によ  
 り大学に入学することのでき  
 る人 〔募集人数〕若干名 申  
 入学願書(上尾看護専門学校  
 〒362-0021 原市3494  
 1-4)にある。ホームページ(所  
 http://www.ageons.jp/)  
 からダウンロードも可)に必  
 要事項を記入して、3月2日  
 (月)～11日(水)(必着)に直接また  
 は郵送で同校へ 関 上尾市医  
 師会上尾看護専門学校 72-  
 1043・72-1302

**上尾駅前市民塾**

第1期受講者(5～7月)

上尾市市民活動支援センター(柏座1-1-15プラザ館3階)  
 778-1810・778-1820・s53500@city.ageo.lg.jp  
 所 市民活動支援センター 所 市内に在住・在勤の人  
 定 各25人(応募者多数の場合は抽選) 申 住所、氏名、  
 年齢、電話番号、受講希望講座名、市民塾をどこで知っ  
 たかを直接か電話またはファクス、メールで3月31日  
 (水)までに市民活動支援センターへ

とき	講座名	講師
①5/9(土)	自然保護ボランティア アこの指とまれ!～ 荒川の保全活動がも たらす出会い・発見・ 感動～	菅間宏子さん (NPO法人荒川 の自然を守る 会)
②6/6(土)	からだのメンテナン スは食事から～食生 活改善は健康への近 道～	深山礼子さん他 (上尾市食生活 改善推進員協 議会)
③7/4(土)	まちを元気に!手作 り紙芝居～座長が語 る「作って、演じて、 楽しんで」～	八木実さん (紙芝居 やぎ さん一座)

※時間はいずれも14～16時です。

**平成27年度一学期 泉台  
学習教室の児童・生徒**

経験豊かな元教師が、小学生を対象に基本から丁寧  
に指導する学習教室です。

【開】4月6日(月)～ 泉台学習  
教室(泉台1-6-9) 【受講  
料(月額)】7千円(小学3年  
生は3,500円) 教材費  
6千円(小学3年生は4千円)  
傷害保険料/300円 【各学年  
10人】【説明会】3月28日(土)10  
時～ 泉台学習教室 【電話  
でシルバー人材センターへ

対象	曜日 (毎週)	時間	教科
小学3年生	(月)	17:00 ～ 18:30	国語・ 算数
4年生	(火)金		
5年生	(火)木	19:30 ～ 21:00	英語・ 数学
6年生			
中学1年生	(火)水		
2年生	(火)木		
3年生	(木)金		

※小学生の希望者は英語も、中学2・3年生の希望者は国語・理科・社会も受講できます。

**児童保育所  
パート指導員(通年)**

【勤務時間】(月)～(金)14～19  
時、(土)8～19時 ※実働4  
時間程度です。【時給】900円  
(最初の1カ月は850円) 【勤  
務地】市内28学童保育所のう  
ち住居の近くの学童保育所  
【放課後児童の保育】 【子ども  
もが好きで楽しく遊べる人  
】電話でNPO法人あげお学  
童クラブの会へ 【NPO法  
人あげお学童クラブの会】  
771-6945・【FAX】771-5790

**西小なかよし児童クラブ  
で働く臨時指導員の名簿  
登録者**

【勤務日・時間】学校授業日の  
(月)～(金)13時～18時30分、学  
校休業日の(月)～(金)8時～18  
時30分、(土)8～18時 ※実  
働4～5時間で週3～4日勤  
務です。【勤務場所】西小な  
かよし児童クラブ(西小学校  
内) 【時給】(月)～(金)890円、  
(土)940円 【交通費】2～4千  
円 未済/100円、4千円以上/150円  
【登録方法】臨時職員登録申請  
書(青少年課/青少年センター

**講座**

2階)にある。市ホームページからダウンロードも可能に  
必要事項を記入して青少年課  
へ ※登録受け付けは随時  
行っています。採用は登録後  
必要になった場合に面接を  
実施した上で決定します。年度  
途中の採用もあります。 【  
青少年課】771-2488・【  
771-2117

**外国人のための料理教室  
～子どもの食事を豊かに～**

主に小学生までの子どもを  
持つ外国人のための料理教室  
です。毎日の食事やお弁当の  
アイデアをやさしい日本語で  
教えます。日本人も参加でき  
ます(外国人優先)。 【開】3  
月13日(金)10～12時(受け付け  
/9時40分) 【上尾公民  
館】 【一般】千円、【会員】800  
円 【定】20人(先着順) 【開】エプ  
ロン、タオル、筆記用具、  
持ち帰り用容器 【開】3月6  
日(金)までにファクスまたは  
メールで上尾市国際交流協会  
(AGA)事務局(市役所第三

**自衛官**

自衛隊埼玉地方協力本部  
さいたま地域事務所  
【TEL】651-2420

【募集種目】 【応募資格】 【応募期間】 【試験日】 下表のとおり

募集種目	応募資格	応募期間	試験日 (1次試験)
一般	【大卒程度試験】日本国籍を有する22歳以上26歳未満の人(20歳以上22歳未満の人は大卒(見込みを含む)、修士課程修了者等(見込みを含む)は28歳未満)	3/1(日) ～ 5/1(金)	5/16(土)・ 5/17(日) (5/17は 飛行要員希 望者だけ)
	【院卒程度試験】日本国籍を有する、修士課程修了者等(見込みを含む)で、20歳以上28歳未満の人		
歯科・薬剤科	日本国籍を有する専門の大学を卒業(見込みを含む)で、20歳以上30歳未満の人(薬剤科は28歳未満の人)		5/16(土)

幹部候補生

**催し**

496・【FAX】771-2250

**中学校給食の試食会**

【開】3月23日(月)11時30分～13時  
30分 【開】中学校給食共同調理  
場 【開】ごはん・牛乳・鮭のか  
ば焼き・ひじきと野菜のごま  
風味炒め・じゃがもち汁の試  
食と講義 【開】市内に在住の人  
(平成27年度に市内中学校に  
入学する生徒の保護者優先)  
【開】30円 【定】25人(先着順) 【  
開】3月16日(月)までに電話で中  
学  
校給食共同調理場へ 【開】中学

**あげお歴史セミナー  
平方上宿の祇園祭  
～平方のどろいんきよ～**

別館1階、(月)木(金)10～16時  
へ ※保育を希望する人は申  
し込みが必要です(保育料200  
円)。 【開】AGA事務局【開】771-  
2468・【FAX】771-9819・  
office@aga-world.com  
【開】3月8日(日)14時～15時30分  
【開】平方公民館 【開】講師】内田幸  
彦さん(日本民俗学会会員)  
【開】市内に在住・在勤・在学の  
人 【定】30人(先着順) 【開】3月  
6日(金)までに電話で生涯学習  
課へ 【開】生涯学習課【開】771-9

センター【開】76-8011・【開】  
780-3018

# 暮らし・彩り・公民館

3▶4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。

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 ☎781-0892・☎780-1113

## 手作りコチュジャンで いろいろな料理に挑戦!

①コチュジャン作り、トッポギ、裂きいかムッチム②冷麺、のり巻き、豆もやしナムル

☎4月8・15日(水)9:30~13:00(全2回) ☎市内に在住・在勤 費2,000円(2回分) 定16人 持参加者に別途通知 申3月25日(水)までに往復はがきで

## 木版画を楽しもう! ~彫刻刀に思いを込めて~

木版画の基礎知識を学んで下絵を描き、版木に彫り、刷るまでの工程を楽しみながら作品を完成させる

☎4月17日~5月8日の毎週(金)10:00~12:00(全4回) ☎市内に在住・在勤 費500円(材料費4回分) 定16人 持彫刻刀 申3月25日(水)までに往復はがきで

東日本大震災から4年。支援や関心を風化させることなく震災を思い出し、復興に向かっていく東北への思いを伝えるための復興応援イベントを開催します。 ☎3月8日(日) ☎JR上尾駅自由通路  
☎東日本大震災写真展と東北の「今」の紹介、福島・宮城・岩手の物産品などの販売、震災の教訓から得た防災便利グッズや災害時に活用できるヒントの紹介 ※会場で「上

東日本大震災から4年  
〜3.11思い出そう、伝えよう、備えよう〜

身近な自然の保全再生作業と自然観察 ☎①3月8日~4月5日の毎週(日)(小雨決行)②3月27日(金)(雨天中止) ☎①サクラソウトラスト地(領家)②三ツ又沼ピオトープ(平方) ☎各開催日の前日までに電話で県生態系保護協会の小川へ ☎小川☎781-0887

県生態系保護協会  
上尾支部の催し

校給食共同調理場☎771-1553

### 消費生活講演会

## 「もったいない!食品ロスの実態と食べ物のゆくえ」

消費生活センター ☎775-0800・☎776-4600

まだ食べることができるのに捨てられてしまう「食品ロス」が多く発生しています。大量の食料廃棄の現状と問題を学び、食品ロスの削減についてできることを考えます。 ☎3月19日(水)14~16時 ☎上尾市コミュニティセンター 【講師】井出留美さん ☎市内に在住の人 定60人(先着順) 申3月3日(火)~13日(金)に電話で消費生活センターへ

【プロフィール】 いで・るみ (株)office 3.11代表取締役、博士(栄養学)。メーカー研究所勤務後、青年海外協力隊として栄養改善、女性の職業支援に携わる。帰国後、外資系食品企業で広報室長として広報・栄養関連業務を担当。東日本大震災を経て独立。専門分野は食と社会貢献。



井出留美さん

尾発東北行き」と題し、市民の皆さんからの応援メッセージを募集します。 ☎REV A復興ボランティアチーム上尾☎080-6781-0311

NPO法人 荒川の自然を守る会の催し

①草原の観察と草抜きと野草の植え付け ☎3月8日(日)9時30分~12時(小雨決行) 【集合】三ツ又沼ピオトープ駐車場・9時30分 ②自然塾三ツ又・遊んで学ぼう「土手で草摘み・草遊び」(親子参加) ☎4月4日(土)9~12時(雨天中止) 【集合】三ツ又沼ピオトープ駐車場・9時 【共通】

पोर्टレース戸田  
3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。 ☎2月28日(土)~3月3日(火)、6日(金)~9日(月)、12日(木)~16日(月) 【場外発売】2月28日~3月2日(月)、6~8日(日)、12~15日(日)、17日(火)~22日(日)、26日(木)~31日(火) ☎पोर्टレース戸田 ☎埼玉県都市競艇組合☎823-8711・☎823-8709



# おいでよ! 健康プラザわくわくランド

3月

所西貝塚 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

【3月の休館日】 毎週(水)

## 館長イチオシ

### 気功法教室

自己免疫力を高めて、病気になりにくい体作りをしましょう。健康・美容への効果が期待できます。ストレッチや呼吸法、ツボなどを学ぶ教室です。  
☎毎週(火)10:30~11:30



## プール

- ①はじめてアクア ☎ 3月3~17日の毎週(火)11:00~11:40 定15人
- ②シェイプアクア ☎ 3月3~17日の毎週(火)14:00~15:00 定20人
- ③水中ウォーキング ☎ 3月5~19日の毎週(休)11:00~11:30 定15人
- ④ファンファンスイム~中級クロール~ ☎ 3月5~19日の毎週(休)14:00~15:00 定10人
- ⑤ワンポイントスイム ☎ 3月6~20日の毎週(金)11:00~11:40 定15人
- ⑥水中運動 ☎ 3月6・13日(金)14:00~14:40 定15人

## スタジオ

- ⑦レッツフィットネス ☎ 3月2~30日の毎週(月)10:30~11:00 定10人
- ⑧エアロッチ ☎ 3月2~30日の毎週(月)11:40~12:20 定15人
- ⑨気功法 ☎ 3月3~31日の毎週(火)10:30~11:30 定20人
- ⑩ヨガ ☎ 3月3~31日の毎週(火)11:45~12:45 定15人
- ⑪ベリーダンス ☎ 3月3~31日の毎週(火)13:00~14:00 定20人
- ⑫セラバンピラティス ☎ 3月5~26日の毎週(木)11:00~12:00 定20人
- ⑬かんたんエアロ ☎ 3月5~26日の毎週(木)12:30~13:30 定15人
- ⑭エアロッチ夜 ver. ☎ 3月6~27日の毎週(金)19:10~19:50 定15人

## 健康相談

- ⑮健康相談 ☎ 3月17日(火)14:15~15:15 入館料だけ

☎共通 ☎高校生以上 費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 定10人 費入館料だけ ☎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

3月



所畔吉178 ☎ 780-1030 ・ ☎ 726-7901

## PICK UP

### 天文科学教室

- 笛を作り音がなる仕組みを学ぼう  
☎ 3月15日(日)14:00~16:00 定20人(先着順) ※小学4年生以下は保護者同伴です。☎ 3月1日(日)から直接または電話で



### 自然学習教室

#### ●早春の自然観察

- ☎ 3月29日(日)9:30~12:00(小雨決行) ☎小学生以上 ※小学4年生以下は保護者同伴です。 定24人(先着順) ☎双眼鏡(貸し出しあり) ☎ 3月1日(日)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

ら、18日は15時まで)

■大石色鉛筆画の会・大石水彩画合同展 3月12日(木)~18日(水)10~17時(12日は13時から、18日は15時まで)

日は12時から)

■上尾バステル会絵画展 3月5日(木)~11日(水)10~16時(5日は12時から)

### 市役所ギャラリー

~18時(1日は17時まで)

■森田亮写真展「四季消遣」 3月26日(木)~4月1日(水)10時~18時

日は16時まで)

■第6回グループ絵画展(絵画) 3月19日(木)~25日(水)10時~17時(19日は13時から、25日は16時まで)

■第18回上尾法人会美術展 3月12日(木)~18日(水)10~18時(12日は13時から、18日は15時まで)

■第27回サロン写真「四季の彩」展 3月5日(木)~11日(水)10~18時(11日は17時まで)

■第18回上尾法人会美術展 3月12日(木)~18日(水)10~18時(12日は13時から、18日は15時まで)

■第27回サロン写真「四季の彩」展 3月5日(木)~11日(水)10~18時(11日は17時まで)

### 市民ギャラリー

☎ 75-94996 ・ ☎ 76-2250

3月5日~4月1日

市役所ギャラリーは選挙管理委員会他で使用するため、3月2日(月)の平成27年12月分と4月1日(水)の平成28年1月分の抽選はありません。 ※4月1日の市民ギャラリーの抽選会場は102会議室です。