

# スポーツ

## 合気道初心者教室

日 ①8月21日～9月18日の毎週火曜日 19時～20時30分 ②9月15日～10月20日の毎週土曜日(10月13日を除く) 9時～10時30分 ※いずれも全5回

所 浦和駒場体育館(浦和区駒場)  
対 市内在住、在勤又は在学で、高校生以上の方 ※道着は不要  
定 各30人(抽せん)

費 3,000円

申・問 往復はがき又はEメール(いずれか1人1通のみ)で、**必須事項**、番号、生年月日、性別、在学の場合は学校名を、①は8月14日(火)、②は9月8日(土)いずれも必着(までに、〒330-0044 浦和区瀬ヶ崎5-22-8 市合気道連盟(萩原)へ。  
※結果は全員に連絡します。

☎ 887-4345 [18時～22時]、  
satamashi\_akido\_renmei@yahoo.co.jp  
問 スポーツ振興課 ☎ 829-1731、☎ 829-1969

## NACK5スタジアム大宮 体力増進！トレーニング教室

日 8月25日(土) 15時30分～16時30分

内 大宮アルディージャのチームトレーナーによるトレーニング教室 ※参加者に当日の観戦チケットをプレゼントします。

対 市内在住で、小学生以上の方 ※小学生のみの申し込みはできません。また、幼児を連れての参加はご遠慮ください。

定 10組20人(抽せん)

費 1組600円

所・申 往復はがき(1通1組のみ)で、**全員の必須事項**・年齢を、8月15日(水)(必着)までに、〒300-0803 大宮区高鼻町4丁目 NACK5スタジアム大宮へ。  
問 大和田公園管理事務所 ☎ 642-0478、☎ 649-5222

## 大宮体育館のスポーツ教室

① 夏休み少年少女体操教室

日 8月28日(火)～30日(木)(全3回) 9時30分～11時30分

内 マット、鉄棒、跳び箱

定 50人

② 小学生空手教室

日 9月13日～10月16日の毎週火・木曜日(全10回) 18時～19時

内 礼儀を学び、型をひとつ習得する

定 20人

《共通》

対 市内在住の小学生  
費 3,000円

## 器械体操教室

所・申・問 往復はがき(1人1通のみ)で、**必須事項**、学年、年齢、性別を、①は8月10日(金)、②は8月24日(金)(いずれも必着)までに、〒337-0053 見沼区大和田町1-305 大宮体育館へ(抽せん)。☎ 685-2121、☎ 688-1179

日 9月1日～22日(祝)の毎週土曜日(全4回) 9時30分～11時30分

所 大宮体育館(見沼区大和田町)

内 マット運動、跳び箱、鉄棒、トランポリンなど

対 小学生

定 40人(抽せん)

費 3,500円

申・問 往復はがき(1人1通のみ)で、**必須事項**、学校名、学年、年齢、性別を、8月14日(火)(必着)までに、〒337-0053 見沼区大和田町2-876-1-202 市体操協会(山田)へ。☎ 665-0117 [19時～21時]

問 スポーツ振興課 ☎ 829-1731、☎ 829-1969

## フォークダンス初心者教室

高砂小学校会場(浦和区岸町)

日 9月1日～22日(祝)の毎週土曜日(全4回) 18時～20時30分

対 市内在住又は在勤で、20歳以上の方

定 50人(先着順)

申・問 8月6日(月)から、電話又はファクスで、氏名、電話番号を、市フォークダンス連絡協議会(内田)へ。※結果は全員に連絡します。☎ 886-1408

浦和駒場体育館会場(浦和区駒場)

日 9月4日(火)・11日(火)・18日(火)(全3回) 13時30分～16時

対 市内在住、在勤又は在学の方  
定 40人(先着順)  
費 200円

申・問 8月6日(月)から、はがき、電話又はファクスで、**必須事項**を、〒330-0044 浦和区瀬ヶ崎1-25-19 市フォークダンス連絡協議会(大河原)へ。※結果は全員に連絡します。

☎ 886-9266 [18時～22時]

《共通》

問 スポーツ振興課 ☎ 829-1731、☎ 829-1969

## 社交ダンス初心者無料教室

日 9月2日～10月21日の毎週日曜日(全8回) 17時～19時

所 ミツダダンス教室(浦和区岸町)

内 ブルース、ワルツ、ルンバなどの基礎を学ぶ

対 市内在住の方

定 40人(先着順)

申・問 8月6日(月)～20日(必)

着)に、往復はがきで、**必須事項**、年齢、性別を、〒336-0021 南区別所3-35-14 市社交ダンス連盟(戸田)へ。

☎ 861-8981  
問 スポーツ振興課 ☎ 829-1731、☎ 829-1969

## 青空の下レディースフットサル

日 9月4日(火)・11日(火)・25日(火)(全3回) 10時～12時

対 市内在住又は在勤で、18歳以上の女性

定 20人(先着順)

費 3,000円

所・申・問 8月6日(月)～19日(日)に、費用を持参し、堀崎公園見沼区堀崎町)へ。☎ 687-2237、☎ 688-6531

## 初心者なぎなた教室



日 9月4日～10月9日の毎週火曜日(全6回) 19時～20時30分

所 大宮武道館(見沼区堀崎町)

対 市内在住又は在勤の方

定 15人(抽せん)

費 2,000円  
申・問 電話又はファクスで、必須

事項、年齢、性別を、8月27日(月)までに、市なぎなた連盟(竹中)へ。※結果は全員に連絡します。  
 ④ 浦和スポーツ振興課 0829・1731、0829・1969

浦和西体育館のスポーツ教室

① 初めてのヨガ教室



① 9月5日、26日の毎週水曜日(全4回) 13時30分～14時30分  
 対市内在住又は在勤の方  
 ¥2,500円

② ジュニア新体操教室

① 9月5日、26日の毎週水曜日(全4回) 17時5分～18時30分  
 対5歳～小学生の女子  
 ¥4,000円

《共通》

定各25人(抽せん)

所・申・関往復はがきで、**必須事項**、年齢、②は学年、保護者の

氏名を、8月22日(水)(消印有効)までに、〒338-0825

桜区下大久保1676-1 浦

和西体育館へ。0855・454

1、0840・1465

秋季ジュニア初心者テニス教室(天沼テニス公園会場)

① 9月5日、10月24日の毎週水曜日(全8回) 17時～18時  
 所 天沼テニス公園(大宮区天沼町)

対・定・¥ 小学2～6年生 30人(抽せん) 4,000円

所・申・関往復はがきで、**必須事項**、

学年、性別を、8月16日(水)(必

着)までに、〒330-0074

浦和区北浦和5-3-3 A1

07 市テニス協会(長島)へ。

0833・7847 [19時～21時]

関スポーツ振興課 0829・1731、0829・1969

岩槻水泳教室

① 9月6日、10月11日の毎週水曜日(全6回) 10時～11時30分  
 対市内在住、在勤又は在学で、18歳以上の方

定 35人(抽せん)

対 3,500円 ※別途、ロッ

カー代が1回50円掛かります。

所・申・関往復はがきで、**必須事項**、

年齢、性別を、8月31日(金)(必着

までに、〒339-0005

58 岩槻区本丸3-17-2 岩槻温水プール内 市水泳連盟 岩槻支部(芝崎)へ。0798・3428

秋季ジュニア初心者テニス教室(堀崎公園会場)

① 9月6日、10月25日の毎週水曜日(全8回) 17時～18時  
 対・定 市内在住又は在学の小学2～6年生 30人(抽せん)

対・定・¥ 4,000円

所・申・関往復はがきで、**必須事項**、

学年、性別を、8月16日(水)(必着)までに、

〒337-0005 見沼区堀崎町1-1 堀崎公園へ。

0688・6531

フィットネス・フラ・ナイト



① 9月6日、10月11日の毎週水曜日(全6回) 19時45分～20時45分

内 フラダンスの要素を取り入れたフィットネスエクササイズ

対 25歳以上の方

定 20人(抽せん)

対 6,000円

所・申・関往復はがきで、**必須事項**、

年齢を、8月20日(月)(必着)までに、〒338-0002 中央区下落合5-4-3 市産業文化センターへ。085

健康ヨガ教室

① 9月7日、10月26日の毎週金曜日(全8回) 14時～16時  
 内 運動をする機会の少ない方向けに、健康維持や体力の増進となるヨガをする

対・定 市内在住又は在勤で、18歳以上の方 20人(抽せん)

対・定・¥ 4,000円

所・申・関往復はがきで、**必須事項**、

年齢、性別を、8月17日(金)(必着)までに、

〒331-0005 西区三橋5-1-90 三橋総合公園へ。

0623・0505、0623・1313

小学生ソフトバレーボール教室

① 9月8日(土) 9時30分～12時  
 所 記念総合体育館  
 内 基礎講習から実際のゲームまでを行う

対 市内在住又は在学の小学生とその保護者 ※小学生のみの参加もできます。

定・¥ 50人(抽せん) 500円

所・申・関 郵送、ファクス又はEメールで、**保護者の必須事項**、人数、

子どもの氏名・学年・性別を、8月20日(月)(必着)までに、

〒338-0835 桜区道場4-3-11 記念総合体育館内 市体育協会事務局へ。※結果は全員

に連絡します。0851・6250、0851・6253、info@saitamacity-sports.or.jp

ウォークラリー大会 ～水辺と自然林散策～

① 9月8日(土) 10時30分～

内 大宮体育館を出発し、コース図を頼りに、グループで約3kmを歩く

対 市内在住又は在勤の方 ※グループでの参加もできます。

定 50人(抽せん)

所・関 はがき(1組1通のみ)で、**必須事項**、年齢、性別、人数を、

8月24日(金)(必着)までに、〒337-0053 見沼区大和田

町1-305 大宮体育館へ。 ※結果は全員に連絡します。

0685・2121、0688・1179

ストックを使ってウォーキング

① 9月13日(木) ▼ 9月20日(木) ▼ 9月27日(木) 9時30分～11時

内 2本のストックを使い、上体の筋肉も使って歩く

対 18歳以上の方

定 各12人(先着順) ¥500円

所・申・関 8月6日(月)～19日(日)に、費用を持参し、堀崎公園(見沼区堀崎町)へ。0687・2237、0688・6531

お知らせ

募集

催し

講座

スポーツ

その他

相談

Information

みんなの広場

さいたまフォト日記

## ふれあいスポーツ大会 2012



**日** 9月16日(日) 10時～15時  
**所** 岩槻文化公園(岩槻区村国)  
**内** お楽しみ競争、玉入れ、リレーなど

**対** 市内在住で、障害のある方  
**申込書の配布** 市役所2階障害福祉課、各区支援課で配布中  
**申込み期限** 8月16日(木)  
**問** 障害福祉課 0829・1308、0829・1981

## 浦和レッズハートフルクラブ サッカーボールで遊ぼう

**日** 9月28日(金) 10時～11時30分  
**集合** 9時20分に、障害者総合支援センター ※バスで移動  
**所** レッズランド(桜区下大久保)  
**内** サッカーボールを使った運動、ミニゲームなど  
**対** 市内在住又は在勤の18歳以上で、障害のある方 ※自力での参加が可能な方に限ります。

**定** 30人(抽せん)  
**申・問** はがき、電話、ファクス又はEメールで、**必須事項**、年

齢、障害の内容を、9月3日(月)(必着までに、〒338-0013 中央区鈴谷7-5-7 障害者総合支援センターへ。  
 ※結果は全員に連絡します。  
 0859・7255、0852・3272、☎syogai-sha-sogosen@city.saitama.lg.jp

## 市民講座 秋山の歩き方

**日** 9月28日(金)～30日(日)(2泊3日)  
**内** 栗駒山(宮城県ほか)を実際に歩きながら、秋の山の歩き方について学ぶ  
**対** 市内在住、在勤又は在学中で、高校生以上の方 ※8月30日(木)の18時30分から、浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナール10階)で行われる事前説明会に参加できる方に限ります。

**定** 35人(抽せん)  
**費** 3万8,000円程度  
**開催要項の請求** はがきで、行事名、住所、氏名を、8月15日(水)(必着)までに、〒330-0065 浦和区神明2-1-7 市山岳連盟(関根)へ。※同連盟のホームページ(☎http://www.sgakuren.com/)でダウンロードもできます。  
**問** 同連盟(関根) 0800・10425170【17時～22時】  
 スポーツ振興課 0829・1731、0829・1969

## その他

### 不動産困りごと無料相談会

日時など 左表のとおり

No.	日時	内容	相談員
①	▶8/10(金) ▶8/21(火) 13:30～16:30	土地・建物の売買、賃貸契約、借家に関する相談	宅地建物取引主任者 弁護士
②			弁護士

### 創業相談会

**日** 8月21日(火) 10時～16時  
**内** 創業に関する個別相談(1人50分)  
**対** 創業・起業予定者及び創業・起業して間もない方  
**定** 5人(先着順)  
**申** 電話又はファクスで、**必須事項**を、日本政策金融公庫 国民生

活事業へ。※結果は全員に連絡します。0643・3739、0645・7435  
**所・問** 中央図書館(浦和駅東口・コムナール8階) 0871・2100、0884・5500

### 若者消費者トラブル 110番

**日** ▼8月23日(木) ▼8月24日(金)  
**相談専用電話**など 左表のとおり

相談専用電話	時間
消費生活総合センター 0645・3421	9:00～16:30
浦和消費生活センター 0871・0164	9:00～16:30
岩槻消費生活センター 0749・6191	9:00～12:00、 13:00～16:30

**内** 架空請求や不当請求に関する相談など

**対** 市内在住で、29歳以下の方  
**問** 消費生活総合センター 0643・2239、0643・2247

### 中小企業経営者・創業者向け無料相談会

**日** 8月23日(木) 10時～17時  
**所** 市産業文化センター(中央区下落合)  
**内** 中小企業診断士によるビジネスプランについての相談会

**対** 市内に所在する中小企業の経営者、又は創業を考えている方  
**定** 6人(先着順)  
**申・問** 8月3日(金)～22日(水)に、電話で、(公財)市産業創造財団へ。  
 0851・6652、0851・6653

### 出張金融・経営無料相談会



期日など 左表のとおり

期日	会場
9/3(月)	南区役所
9/5(水)	見沼区役所
9/7(金)	桜区役所
9/10(月)	緑区役所
9/12(水)	西区役所
9/14(金)	北区役所

**時間** 13時30分～16時30分  
**内** 中小企業診断士による、中小企業の資金調達や経営等の相談  
**対** 市内に所在する中小企業の経営者

**申・問** 電話又はファクスで、**必須事項**を、各相談日のそれぞれ2日前(相談日が月曜日の場合は、前週の木曜日)までに、(公財)市産業創造財団へ。※結果は全員に連絡します。0851・6652、0851・6653