

電力の需給状況により、掲載した催し・講座などが、予定どおり開催できない場合がありますので、事前に各問合せへご確認ください。

定員/20人(先着順)
費用/5,100円(材料費を含む)
会場・申込み・問合せ/5月5日(祝)の8時30分から、費用を持参し、堀崎公園事務所(見沼区堀崎町)へ。

TEL 687-2237、FAX 688-6531

成功するベンチャー塾



期日/6月11日~7月16日の毎週土曜日(全6回)
時間/10時~16時
会場/With Youさいたま(さいたま新都心駅西口)ほか
内容/事業企画の検証、事業計画のノウハウなど
対象/市内での起業を考えている方、又は起業して事業計画を見直したい方
定員/30人(先着順)
費用/5,000円(教材費)
申込み・問合せ/5月10日(火)の9時から、電話で、(財)市産業創造財団へ。

※同財団のホームページ(HP) <http://sozo-saitama.or.jp>からも申し込めます。

TEL 851-6652、FAX 851-6653



※費用にはいずれも傷害保険料を含みます。

青空太極拳教室



期日/▶5月9日(月) ▶5月23日(月) ▶6月27日(月) ▶7月11日(月) ▶7月25日(月) ▶9月12日(月) ▶9月26日(月) ▶10月31日(月) ▶11月7日(月) ▶11月28日(月) ※雨天中止です。
時間/12時~12時50分
対象/市内在住又は在勤の方
定員/各100人(先着順)
費用/無料
会場・申込み・問合せ/当日、直接、堀崎公園(見沼区堀崎町)へ。

TEL 687-2237、FAX 688-6531

ゲートボール初心者教室



期日/5月14日(土)・15日(日)
※全2回で、1日のみの参加もできます。なお、雨天中止です。
時間/9時~12時
対象/市内在住、在勤又は在学の方 ※用具は貸し出します。
費用/無料
申込み/当日、直接、会場へ。
会場・問合せ/下表のとおり

会場	問合せ
吉野公園(北区吉野町)	市ゲートボール連盟 荒井 TEL 652-9123 [13:00~21:00]
大宮体育館(見沼区大和田町)	市ゲートボール連盟 小澤 TEL 643-3729 [9:00~21:00]
大間木公園(緑区大間木)	市ゲートボール連盟 加藤 TEL 887-0059 [9:00~20:00]
老人福祉センター 槻寿苑(岩槻区笹久保)	市ゲートボール連盟 朝倉 TEL 757-3183 [16:00~20:00]

問合せ/スポーツ振興課 TEL 829-1731、FAX 829-1969

小学生合気道教室

期日/5月15日~6月12日の毎週日曜日(全5回)
時間/14時~15時
会場/浦和駒場体育館(浦和区駒場)
対象/市内在住又は在学の小学生 ※道着は不要です。
定員/20人(応募多数の場合は抽せん)
費用/3,000円
申込み・問合せ/往復はがき(1人1通のみ)又はEメールで、教室名、住所、氏名(ふりがな)、学校名、生年月日、性別、電話番号を、5月10日(火)(必着)までに、〒338-0823 桜区栄和5-3-18 市合気道連盟(林)へ。※結果は全員に通知します。

TEL 852-6560 [18時~21時]

✉saitamashi_aikido_renmei@yahoo.co.jp

問合せ/スポーツ振興課 TEL 829-1731、FAX 829-1969



就職支援セミナー

問合せ/労働政策課 TEL 829-1370、FAX 829-1987

●テーマなど/右表のとおり ●対象/雇用保険の受給資格者 ●費用/無料
●申込み・問合せ/往復はがき(1テーマ1人1通のみ)で、テーマ、期日、会場、住所、氏名、電話番号、雇用保険受給の有無を、5月12日(休)(必着)までに、〒101-0051 千代田区神田神保町1-101 神保町101ビル7階 (株)HRP神保町オフィス 埼玉労働局就職支援セミナー係へ(応募多数の場合は抽せん)。※同社のホームページ(<http://www.hr-p.me/>)からも申し込めます。なお、結果は全員に通知します。 TEL 03-6703-8058



	テーマ	期日	時間	定員	会場
座学	履歴書・職務経歴書の書き方	6/2(木)	9:30~11:30	60人	浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナーレ10階)
		6/17(金)	14:00~16:00	70人	岩槻駅東口コミュニティセンター(岩槻区本町)
	中高年齢者の就職活動について	6/30(木)	14:00~16:00	60人	浦和コミュニティセンター
		6/3(金)	14:00~16:00	40人	産業振興会館(北区日進町)
		6/9(木)	9:30~11:30	60人	浦和コミュニティセンター
		6/27(月)	9:30~11:30	各80人	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)
演習	就職を成功させるために	6/6(月)	14:00~16:00	各60人	大宮ソニック 市民ホール(大宮駅西口)
		6/16(木)	14:00~16:00	各60人	浦和コミュニティセンター
	面接対策・就職の心得	6/7(火)	14:00~16:00	各60人	浦和コミュニティセンター
		6/20(月)	9:30~11:30	各80人	大宮ソニック 市民ホール
	自己分析とセールスポイントの見つけ方	6/13(月)	14:00~16:00	80人	生涯学習総合センター
		6/23(木)	9:30~11:30	60人	浦和コミュニティセンター
演習	中高年齢者の就職活動について 履歴書・職務経歴書の書き方 就職を成功させるために	6/10(金)	13:30~16:30	30人	大宮ソニックシティ 901研修室(大宮駅西口)
		6/14(火)	13:30~16:30	各15人	浦和コミュニティセンター
		6/24(金)	13:30~16:30	各15人	生涯学習総合センター
		6/28(火)	13:30~16:30	各15人	浦和コミュニティセンター

記念総合体育館の
スポーツイベント

■エンジョイSaturday



日時/5月21日(土) 9時~12時
内容/トランポリン、卓球、
バドミントン

対象/おおむね3歳以上の方
定員/100人(先着順)

費用/無料

申込み/当日、直接、記念総合体育館へ。

■スポーツ教室

教室名など/下表のとおり

No.	教室名	日時	定員
①	美しい姿勢作りバレエ教室	6/1~15の毎週水曜日(全3回) 11:00~12:30	30人
②	ゼロから始めるバドミントン	6/3・10・24、7/1の各金曜日、6/16木(全5回) 11:00~13:00	60人

対象/①18歳以上の方 ②18歳以上の初心者

費用/①2,500円 ②3,000円

申込み/往復はがきで、教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、電話番号を、①は5月16日(月)、②は5月18日(水)(それぞれ必着)までに、〒338-0835 桜区道場4-3-1 記念総合体育館へ(応募多数の場合は抽せん)。

《共通》

会場・問合せ/記念総合体育館 ☎851・5050、☎851・5118

フィットネスフラダンス教室



期日/5月24日~7月12日の毎週火曜日(全8回)

時間/11時~12時

対象/30歳以上の方

定員/20人(応募多数の場合は抽せん)

費用/6,000円

会場・申込み・問合せ/往復はがきで、教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を、5月16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。 ☎・☎854・0486

初心者のための
ソフトエアロビクス教室



期日/5月26日~6月16日の毎週木曜日(全4回)

時間/19時~21時

会場/与野体育館(中央区下落合)

対象/市内在住、在勤又は在学で、20歳以上の方

定員/50人(応募多数の場合は抽せん)

費用/1,000円

申込み・問合せ/往復はがきで、教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を、5月12日(木)(必着)までに、〒338-0001 中央区上落合3-2-6 市体育指導委員(立川)へ。 ☎852・1563、☎855・0350 【10時~19時】

問合せ/スポーツ振興課

☎829・1731、☎829・1969

大宮体育館の
スポーツ教室



教室名など/下表のとおり

No.	教室名	日時	費用
①	幼児体操教室	5/28(土) 9:00~10:30	500円
②	弓道教室	6/9~8/11の毎週木曜日(全10回) 19:00~21:00	3,000円

対象/①市内在住で、4~6歳の未就学児 ②市内在住、在勤又はは在学で、16歳以上の方
定員/①30人 ②20人

会場・申込み・問合せ/往復はがき(1人1通のみ)で、教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢(①は生年月日も)、電話番号を、①は5月18日(水)、②は5月21日(土)(それぞれ必着)までに、〒337-0053 見沼区大

見沼ヘルシーランドのスポーツ教室

問合せ/〒336-0974 緑区大崎322-1 ☎878・0901、☎878・2417
5月の休館日/月曜日

●教室名など/右表のとおり

●講師/⑥上田美樹氏(元マッスルミュージカル出演者) ●対象/▶⑤...①6歳~小学1年生 ②小学2~4年生 ▶⑥...中学生以上の方 ●入館料/▶一般=1,050円 ▶小学生~高校生、60歳以上の方=520円 ※市外の方は料金が異なります。 ●申込み/▶①~⑤...5月4日(水)から、直接又は電話で、上記問合せへ。 ▶⑥...往復はがきで、住所、氏名、年齢、電話番号を、5月24日(水)(必着)までに、上記問合せへ。



No.	教室名/内容	期日	時間	定員	費用
①	心と体の癒しヨガ(初級)	5/5~26の毎週木曜日(全4回)	12:30~13:30	各12人	2,000円
②	心と体の癒しヨガ(中級)	5/10~31の毎週火曜日(全4回)	12:30~13:30	各12人	2,000円
③	リフレッシュ健康ウォーキング/見沼ヘルシーランドまで歩く(約10km)	5/22(日)	9時に、さいたま新都心駅改札前に集合	25人	1,500円
④	ノルディック健康ウォーキング/見沼ヘルシーランドまで歩く(約5.5km)	5/29(日)	9時に、東浦和駅改札前に集合	20人	2,000円
⑤	子ども水泳教室 クロール・背泳ぎ	初心者向き	6/2~23の毎週木曜日(全4回)	各12人	3,200円
			6/7~28の毎週火曜日(全4回)		
			6/1~22の毎週水曜日(全4回)		
		6/3~24の毎週金曜日(全4回)			
⑥	ネイチャーバレエ教室/バレエをベースとした、体の歪みやコリをとる体操	6/4~25の毎週土曜日(全4回)	10:30~11:15		4,000円

※定員は①~⑤は先着順、⑥は応募多数の場合は抽せんです。費用はいずれも傷害保険料を含みますが、①・②・⑥は別途入館料が掛かります。なお、①・②は定員に満たない場合、1回600円で参加できます。

和田町1-305 大宮体育館へ(応募多数の場合は抽せん)。

☎685・2121、FAX688・1179

初心者なぎなた教室



期日/6月2日～7月14日の毎週木曜日(全7回)

時間/10時～12時

会場/大宮武道館(見沼区堀崎町)

対象/市内在住、在勤又は在学の方

定員/20人(応募多数の場合は抽せん)

費用/2,000円

申込み・問合せ/電話で、5月18日(火)までに、市なぎなた連盟(岡田)へ。※結果は全員に連絡します。☎647・4559

問合せ/スポーツ振興課

☎829・1731、FAX829・1969

市民ウォークラリー

期日/6月5日(日)

集合/9時～9時30分に、北浦和公園(北浦和駅西口)

内容/コース図を頼りに、約5.5kmを歩く

対象/市内在住又は在勤の方

定員/100人(先着順)

費用/200円

申込み・問合せ/5月4日(祝)から、はがき又はファクスで、住所、氏名、年齢、電話番号を、〒330-0073 浦和区元町1-16-16 市ウォークラリー協会(矢部)へ。※結果は全員に通知します。

☎・FAX886・3271【8時～20時】

問合せ/スポーツ振興課

☎829・1731、FAX829・1969

シニアスポーツ大会



日時/6月18日(土) 8時15分～
会場/駒場スタジアム、浦和駒場体育館(いずれも浦和区駒場)、浦和総合運動場(浦和区元町)

種目・対象/下表のとおり

No.	種目	対象
①	サッカー	50歳以上の方で構成されたチーム
②	野球	構成されたチーム
③	ソフトボール	60歳以上の方で構成されたチーム
④	家庭婦人バレーボール	45歳以上の女性で構成されたチーム

定数/①・③各8チーム ②6チーム ④12チーム ※いずれも応募多数の場合は抽せんです。

申込み・問合せ/電話で、5月13日(金)までに、(財)市体育協会へ。☎851・6250、FAX851・6253

初心者ミニテニス教室

期日/6月18日～7月9日の毎週土曜日(全4回)

時間/14時～16時30分

会場/浦和駒場体育館(浦和区駒場)

対象・定員・費用/市内在住で、18歳以上の方 24人 1,500円(資料代を含む)

申込み・問合せ/往復はがき(1人1通のみ)で、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を、5月31日(火)(必着)までに、〒330-0052 浦和区本太2-8-4 市ミニテニス連盟(坂本)へ(応募多数の場合は抽せん)。

問合せ/スポーツ振興課

☎829・1731、FAX829・1969



マンション管理無料相談(予約制)

期日/5月14日(土)

時間/▶10時～10時50分

▶11時～11時50分

会場/浦和コミュニティセンター(浦和駅東口・コムナーレ10階)

内容/マンションの老朽化や居住者の高齢化に関する、今後のマンション再生に向けた相談会

対象/建築年数が30年以上のマンションの居住者又は管理組合の方

定数/各2組(先着順)

申込み・問合せ/5月6日(金)から、電話で、住宅課へ。

☎829・1520、FAX829・1982



大宮武道館のスポーツ教室

問合せ/☎687・1011、FAX687・9500

●教室名など/下表のとおり

No.	教室名	期日	時間	対象	定員	費用
①	ピラティス	5/16～6/27の毎週月曜日(全7回)	12:10～12:50	20歳以上の方	40人	3,500円
②	合気道	5/18～6/15の毎週水曜日(全5回)	19:00～20:30	16歳以上の方	各30人	3,000円
③	初心者教室	6/2～30の毎週木曜日(全5回)	9:00～10:30			
④	フィットネスフラダンス教室	5/24～6/14の毎週火曜日(全4回)	15:00～16:00	30歳以上の女性	各20人	4,500円
⑤	居合道教室	5/27～7/29の毎週金曜日(全10回)	17:00～19:00	中学生以上の方		

※いずれも傷害保険料を含みます。

●申込み/往復はがき(1家族1通のみ)で、番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、②・③・⑤で参加者が未成年の場合は保護者の氏名を、①は5月12日(木)、②は5月8日(日)、③～⑤は5月14日(土)(それぞれ必着)までに、〒337-0052 見沼区堀崎町12-36 大宮武道館へ(応募多数の場合は抽せん)。

市民体育大会

問合せ/財市体育協会 ☎851・6250、FAX851・6253

●種目・日時など/下表のとおり

種目	日時	会場	対象	問合せ
小学生陸上競技大会	5/21(土) 9:00～17:00	上尾運動公園陸上競技場(上尾市)	市内在住又は在学の小学3～6年生	市陸上競技協会(浦和南高校内中里) ☎862・2568 FAX838・2932
バレーボール家庭婦人の部	7/17(日) 9:00～19:00	記念総合体育館(桜区道場)	市内在住又は在勤の女性で構成されたチーム	市バレーボール連盟(小林) ☎857・1454 FAX854・4804
北部地区柔道大会	7/24(日) 9:00～17:00	大宮武道館(見沼区堀崎町)	西・北・大宮・見沼・岩槻区在住又は在学の小中学生、高校生	市柔道連盟(齊藤) ☎652・3711 FAX663・5527 【17:30～19:30】

※申し込み方法や締切日などは種目ごとに異なりますので、お問い合わせください。