

応急手当定期講習会



期日・会場など／下表のとおり

期日	会場	講習
4/12日	消防局 (浦和区常盤)	②
4/18日	東大宮コミュニティセンター(見沼区東大宮)	①
4/25日	上野出張所 (岩槻区上野)	②
5/10日	鈴谷公民館 (中央区鈴谷)	①
5/16日	常盤公民館 (浦和区常盤)	②
5/21日	田島公民館 (桜区田島)	③
5/30日		②

- ①普通救命講習Ⅰ(昼間)  
時間／9時30分～12時30分  
内容／AED(自動体外式除細動器)の取り扱いを含む、成人に対する心肺蘇生法など  
定員／35人
- ②上級救命講習Ⅰ(昼間)  
時間／9時～17時  
内容／普通救命講習の内容に加え、子どもに対する心肺蘇

生法や外傷の手当てなど  
定員／45人  
《①・②共通》  
対象／市内在住、在勤又は在学中、中学生以上の方  
③託児つき救命講習  
時間／13時30分～16時30分  
内容／乳幼児、小児に対する心肺蘇生法や外傷の手当てなど

対象／市内在住、在勤又は在学中、1歳以上の未就学児の保護者 ※保護者のみの受講も可  
定員／35人 ※託児20人  
《共通》  
費用／無料  
申込み・問合せ／電話で、救急課へ(土・日曜日、祝・休日を除く、9時～17時、先着順)。  
☎833-7921、☎833-7201



アクアトレーニング

期日／▶第1～4水曜日  
▶第1～4木曜日 ※いずれも全4回  
時間／10時～11時  
定員／各20人(先着順)

費用／月額3,000円(傷害保険料を含む)  
会場・申込み・問合せ／直接、電話又はファクスで、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を、下落合プール(中央区下落合)へ。  
☎852-2518、☎858-2621

見沼ヘルシーランド水泳講習会



■水泳教室  
日時／水曜日 14時～15時  
■アクアウォーキング教室  
日時／▶木曜日 13時～14時  
▶金曜日(3月20日(祝)を除く) 14時～15時  
《共通》  
対象／20歳以上の方  
定員／20人(先着順)  
費用／無料 ※別途入館料が掛かります。  
申込み・問合せ／直接又は電話で、見沼ヘルシーランド(緑区大崎)へ。  
☎878-0901、☎878-2417

市水泳連盟与野水泳教室

期日／4月7日～6月25日(4月30日(休)、5月7日(休)、6月16日(火)・20日(土)・23日(火)を除く、いずれも全10回)

コースなど／下表のとおり

コース	曜日	時間	費用
小学生コース	火曜日	17:00～18:00	7,800円
	木曜日		
	土曜日		
社会人(中学生以上)コース	火曜日	20:00～21:00	8,900円
	木曜日	19:00～20:00	
	土曜日	20:00～21:00	
アクアウォーキング	火曜日	19:00～20:00	7,300円
	木曜日	20:00～21:00	
	土曜日	19:00～20:00	

※費用には傷害保険料を含みます。  
会場／下落合プール(中央区下落合)  
対象／市内在住、在勤又は在学の方  
定員／各10人(先着順)  
申込み／3月8日(日)の9時30分～11時30分に、印鑑と費用を持参し、直接、与野体育館(中央区下落合)へ。  
問合せ／市水泳連盟与野支部

プラザウエスの講座

3月の休館日／9日(月)、23日(月) 問合せ／☎858-9080、☎858-9020

●講座名・日時など／下表のとおり

講座名	日時	対象	定員	費用
革工芸教室	4/8・22、5/13・27、6/10の各水曜日(全5回) 10:00～12:00	市内在住、在勤又は在学の方	20人	5,000円(材料費など)
油絵教室～静物画を描こう	4/9～30の毎週木曜日(全4回) 9:30～12:00	市内在住、在勤又は在学中、経験のある方	15人	2,000円(画材費)
母の日に贈る～フラワーアレンジメント	4/17・24の毎週金曜日(全2回) 10:00～12:00	市内在住、在勤又は在学の方	20人	3,000円(材料費など)
はじめてのパソコン	4/20(月)～23(木)(全4回) 13:30～16:00	市内在住で、パソコン初心者		1,200円(教材費など)
親子で作って遊ぼう	4/28～5/26の毎週火曜日(5/5(祝)を除く、全4回) 10:00～11:30	市内在住で、満2・3歳の乳幼児とその保護者	13組26人	1,500円(材料費など)

●申込み／往復はがき(1講座1人1通のみ)で、講座名(はじめてのパソコンはパソコン歴も)、住所、氏名、年齢、電話番号を、3月14日(出)必着までに、〒338-0835 桜区道場4-3-1 プラザウエストへ(応募多数の場合は抽せん)。

勤労女性センターの講座

問合せ／☎685-2122、☎687-8521

●講座名など／下表のとおり

No.	講座名・内容	期日	時間	定員	費用
①	パソコン／ワードの基礎(平日コース)	4/16(木)・17(金)(全2回)	9:30～16:30	20人	2,100円
②	パソコン／ワードの基礎(土・日コース)	4/18(土)・19(日)(全2回)			
③	簿記3級／日商簿記3級合格を目指す	5/7～11/5の毎週木曜日(7/30、8/13を除く、全25回)	18:30～20:30	40人	2,500円
④	簿記2級／日商簿記2級合格を目指す	5/12～6/16の毎週火曜日、5/15～11/6の毎週金曜日(7/31、8/14を除く、全30回)			

※費用は、いずれも教材費など  
●対象／市内在住又は在勤の方(学生を除く) ※①・②はパソコンの基本操作ができる方 ●申込み／往復はがき(1講座1人1通のみ)で、講座名、住所(在勤の方は勤務地も)、氏名、職業、電話番号を、①・②は3月25日(火)、③・④は4月15日(火)(それぞれ必着)までに、〒337-0053 見沼区大和田町1-303 勤労女性センターへ(応募多数の場合は抽せん)。※決定者には手続き日をお知らせします。

(渡辺)  
☎687・9990【13時～22時】  
問合せ／体育課  
☎829・1731、☎829・1990

**乗れない人のための  
自転車教室**



日時／3月15日(日) 9時～16時  
※雨天の場合は3月20日(祝)に延期  
集合／9時に、与野本町公民館(中央区本町西)  
内容／交通ルールの講義、自転車運転の実技講習  
対象／市内在住、在勤又は在学中で、小学生～6歳の方  
※小学1～3年生は保護者同伴  
定員／20人(先着順)  
費用／500円(傷害保険料、資料代を含む)  
持ち物／手袋、昼食、自転車(可能な方) ※子ども用の自転車は、持参してください。  
申込み・問合せ／3月7日(土)の13時から、費用を持参し、直

接、県サイクリング協会事務局(浦和区北浦和)へ。  
☎・☎824・2711  
問合せ／体育課  
☎829・1731、☎829・1990

**エンジョイSaturday**

日時／3月28日(土) 9時～12時  
内容／バドミントン、卓球、トランポリン  
対象／おおむね3歳以上の方  
持ち物／運動のできる服装、体育館履き  
費用／無料  
会場・申込み・問合せ／当日、直接、記念総合体育館(桜区道場)へ。  
☎851・5050、☎851・5118

**お花見ウォーキング  
WEEK**



期日／3月28日(土)～4月5日(日)  
(3月30日(月)を除く) ※雨天中止  
集合／9時に、東浦和駅改札前

内容／見沼代用水(緑区大間木)～見沼ヘルシーランド(緑区大崎)の約6kmを歩く  
定員／▶火～金曜日=25人  
▶土・日曜日=50人  
費用／1,500円(入館料、昼食代を含む)  
申込み・問合せ／3月4日(水)～25日(水)の10時～17時に、電話で、見沼ヘルシーランドへ(先着順)。  
☎878・0901、☎878・2417

**お花見ウォークラリー**

日時／3月29日(日) 9時～12時  
集合／9時に、北山公園(見沼区大和田町)  
内容／コース図を頼りに約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(傷害保険料、資料代を含む)  
持ち物／筆記用具、下敷き  
申込み・問合せ／はがき又はファクスで、全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、3月5日(水)～22日(日)(必着)に、〒337-0052 見沼区堀崎町252-3 市ウォークラリー協会(山崎)へ。

☎・☎684・8134【8時～20時】  
問合せ／体育課  
☎829・1731、☎829・1990

**大宮体育館  
スポーツふれあいDAY**



期日／3月29日(日)  
種目・時間など／下表のとおり

種目	時間	定員
バドミントン	▶9:10～10:00	各回16人
卓球	▶10:10～11:00	
ビーチボール	▶11:10～12:00	各回10人
トランポリン	▶13:10～14:00	
器械体操	▶14:10～15:00	各回10人
	▶15:10～16:00	

※当日先着順  
対象／市内在住の方  
費用／無料  
持ち物／体育館履き  
問合せ／大宮体育館(見沼区大和田町)  
☎685・2121、☎687・8521

**2009シーズン Jリーグ開幕**

問合せ／スポーツ企画課 ☎829・1058、☎829・1985

本市をホームタウンとする浦和レッズ・大宮アルディージャの2チームが、リーグチャンピオンを目指し、新たな戦いに挑みます。皆さんの熱い声援をお願いします。  
※日程はいずれもホームゲームのみです。

●浦和レッズ

節	期日	開始	対戦相手	会場
2	3/14(土)	14:00	FC東京	埼玉スタジアム2002 (緑区中野田)
4	4/4(土)	16:00	大分トリニータ	
6	4/18(土)	19:00	京都サンガF.C.	
9	5/2(土)	19:00	アルビレックス新潟	
11	5/10(日)	14:00	川崎フロンターレ	駒場スタジアム(浦和区駒場)
12	5/16(土)	14:00	ガンバ大阪	
15	6/27(土)	16:00	ヴィッセル神戸	埼玉スタジアム2002
17	7/11(土)	19:00	サンフレッチェ広島	
19	7/25(土)	19:00	名古屋グランパス	
20	8/2(日)	18:00	清水エスパルス	
22	8/19(水)	19:30	柏レイソル	

浦和レッズ(☎812・1001、☎http://www.urawa-reds.co.jp/)

大宮アルディージャ(☎658・5511、☎http://www.ardija.co.jp/)

●大宮アルディージャ

節	期日	開始	対戦相手	会場
1	3/8(日)		清水エスパルス	NACK5スタジアム大宮 (大宮区高鼻町)
3	3/21(土)	13:00	ヴィッセル神戸	
5	4/12(日)	16:00	ガンバ大阪	埼玉スタジアム2002
7	4/25(土)	13:00	アルビレックス新潟	
8	4/29(祝)		モンテディオ山形	NACK5スタジアム大宮
10	5/5(祝)		大分トリニータ	
13	5/24(日)	16:00	浦和レッズ	埼玉スタジアム2002
14	6/20(土)		京都サンガF.C.	
16	7/4(土)		横浜F・マリノス	NACK5スタジアム大宮
18	7/18(土)		FC東京	
21	8/16(日)	18:00	ジュビロ磐田	熊谷スポーツ文化公園 陸上競技場(熊谷市)
23	8/22(土)		ジェフユナイテッド千葉	
24	8/29(土)		鹿島アントラーズ	NACK5スタジアム大宮

25節以降の詳細な日程は、Jリーグから7月下旬に発表されます。また、試合日時等は変更となる場合がありますので、各クラブのホームページなどでご確認ください。チケット購入方法や、試合観戦については、各クラブへお問い合わせください。

浦和西体育館  
スポーツ教室

■短期体操教室

日時／4月1日(水)～3日(金)(全3回) 11時15分～12時30分

対象／5・6歳の子ども

定員・費用／30人 1,500円(傷害保険料を含む)

■初心者卓球教室

日時／4月6日～27日の毎週月曜日(全4回) 13時～15時

対象／市内在住の方

定員・費用／10人 500円(傷害保険料を含む)

《共通》

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、電話番号を、3月20日(祝)(必着)までに、〒338-0825 桜区下大久保1676-1 浦和西体育館へ(応募多数の場合は抽せん)。

☎855・4541、FAX840・1465

初心者テニスクール

①ジュニアテニス教室

日時／4月7日～平成22年3月23日の毎週火曜日(祝・休日、12月26日(土)～1月5日(火)を除く、全46回) 17時～19時

会場／大和田公園(大宮区寿能町)

対象・定員・費用／市内在住又は在学の小学生 13人 月額3,500円(傷害保険料を含む)

②初心者テニス教室

日時／4月9日～5月28日の毎週木曜日(全8回) 9時～11時  
会場／天沼テニス公園(大宮区天沼町)

対象・定員・費用／市内在住又は在勤の方 75人 3,000円(傷害保険料を含む)

《共通》

申込み・問合せ／往復はがきで、教室名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を、①は3月13日(金)、②は3月12日(木)(それぞれ消印有効)までに、〒330-0805 大宮区寿能町2-519 大和田公園管理事務所へ(応募多数の場合は抽せん)。

☎642・0478、FAX649・5222

ジュニア硬式テニス教室

①与野中央公園会場(中央区新中里)

日時／4月14日～5月19日の毎週火・金曜日(5月5日(祝)を除く、全10回) 17時～18時

定員／40人

②天沼テニス公園会場(大宮区天沼町)

日時／4月13日～5月20日の毎週月・水曜日(4月29日(祝)、5月4日(祝)を除く、全10回) 17時～18時

定員／30人

《共通》

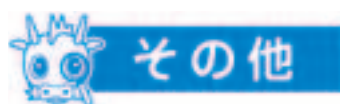
対象・費用／市内在住又は在学中、新小学2～6年生 5,000円(傷害保険料を含む)

申込み・問合せ／往復はがき(1人1通のみ)で、会場、住所、氏名(ふりがな)、学年、性別、電話番号を、3月18日(水)(必着)までに、〒330-0074 浦和区北浦和5-3-3-A-107 市テニス協会(長島)へ(応募多数の場合は抽せん)。

☎833・7847【9時～21時】

問合せ／体育課

☎829・1731、FAX829・1990



ハローワーク  
臨時相談窓口(無料)

日時／3月12日・26日の各木曜日 13時30分～16時30分

会場／南区役所

内容／職業相談・紹介など

申込み／当日、直接、会場へ。  
問合せ／労働政策課

☎829・1370、FAX829・1987

マンション管理専門相談  
(予約制・無料)



日時／3月18日、4月15日、5月20日の各水曜日 13時30分～16時30分

会場／浦和区役所

定数／各6組(先着順) ※相談時間は1組約50分

申込み・問合せ／3月4日(水)から、電話で、住宅課へ。

☎829・1520、FAX829・1982

不動産無料相談会

日時／4月4日(土) 10時～16時  
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)

申込み／当日、直接、会場へ。

問合せ／(社)埼玉県不動産鑑定士協会

☎838・0483

開発調整課

☎829・1427、FAX829・1979

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	日時	対象	費用
①	ジュニアバドミントン体験	3/31(火) 9:00～11:00	小学4年生以上の方	500円
②	卓球	4/1～5/27の毎週水曜日(4/29を除く、全8回) 13:00～15:00	20歳以上の方	4,000円
③	空手道初級	4/4～6/20の毎週土曜日(4/18、6/6を除く、全10回) 9:30～11:00	6歳以上の方	3,000円
		4/16～6/18の毎週木曜日(全10回) ▶17:30～19:00 ▶19:30～21:00		
④	バドミントン	4/13～6/15の毎週月曜日(5/4(祝)、6/8を除く、全8回) 13:00～15:00	20歳以上の方	4,000円
⑤	古武道	4/14～5/26の毎週火曜日(5/5(祝)を除く、全6回) 17:30～19:00	小学生以上の方	2,000円

※費用にはいずれも傷害保険料を含みます。

●定員／各30人 ●持ち物／運動のできる服装 ※ラケットの貸し出しもあります。●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)、未成年の方は保護者の氏名、年齢、電話番号を、①は3月15日(日)、②～⑤は3月21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)。

第1期 与野体育館スポーツ教室

問合せ／〒338-0002 中央区下落合5-8-10 ☎・FAX853・4998

●教室名など／下表のとおり ※いずれも全10回

No.	種別	期日	時間
①	太極拳	4/6～6/22の毎週月曜日(5/4(祝)・25月を除く)	9:30～10:30
②	シェイプアップエアロ	4/7～6/16の毎週火曜日(5/5(祝)を除く)	13:00～14:00
		4/8～6/24の毎週水曜日(4/29(祝)、5/6(休)を除く)	19:30～20:30
③	ヨガ	4/10～6/19の毎週金曜日(5/15を除く)	11:30～12:30
		4/7～6/16の毎週火曜日(5/5(祝)を除く)	13:00～14:00
		4/9～6/11の毎週木曜日	19:30～20:30
④	フラダンス	4/7～6/16の毎週火曜日(5/5(祝)を除く)	14:30～15:30
⑤	ボクササイズ	4/9～6/11の毎週木曜日	19:30～20:30
⑥	マットピラティス	4/11～6/20の毎週土曜日(5/30を除く)	11:00～12:00

●対象／市内在住又は在勤の方 ●定員／各20人 ●費用／5,000円(施設利用料を含む) ●申込み／往復はがき(1人1通3教室まで)で、教室名(③は期日・時間も)、住所、氏名、年齢、電話番号を、3月10日(火)(必着)までに、与野体育館へ(応募多数の場合は抽せん)。