

### アートフェスタふじみ野 2023 アートの星に であう・ふれる・つながる

音楽とアートの祭典「アートフェスタふじみ野」を開催します。市内ゆかりのアーティストによる多様な文化芸術を知って、触れて、参加しませんか。各企画の詳細な時間、参加方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

日時 2月10日(土)午前10時～午後4時30分、11日(日)午前10時～午後4時 場所 ステラ・ウェスト



#### ホール企画

チケット(参加協力券) 500円(2日間全企画共通券・自由席。学生以下は無料)

チケット販売 1月10日(水)からステラ・ウェスト、ステラ・イースト、産業文化センターの窓口で販売(当日券あり)

10日 ~Dance&Art 伝統を未来へ~		11日 クラシックの調べを今に 触れる	
内容	出演者など(敬称略)	内容	出演者など(敬称略)
オープニング(吹奏楽とダンスの新コラボレーション)	大井東中学校吹奏楽部、ジャズダンスYOU、舞踊団HARUNA	合唱	大井中学校音楽部
キッズダンス・フラダンス、吹奏楽、さまざまなダンス・音楽のコラボレーション	洋舞連盟、ダンシングスカイ、大井西中学校吹奏楽部、シンエステバンド	藝大生による2台ピアノの饗宴	新井瑛久、金子備安士(ピアノ)
ふじみ野音頭・We LOVE♡ふじみ野	邦舞連盟・大井芸能協会	フルート・ピアノDuo	小林剛史(フルート)、渡辺行野(ピアノ)(文京学院大学)
太鼓合同演奏・ジャズダンス・ヒップホップ等のグループによる熱いダンスステージ	大井みほの太鼓の会・福岡太鼓・喜ら太鼓・地蔵太鼓・和太鼓M8、ジャズダンスYOU、GLITTER★&地域文化クラブ、文京学院大学	ミュージカルコント「バックトゥザエントツ」	エントツ(小林浩、山根亮太<テノール>、内田雅人、水野賢司<バリトン>)、中村達郎(ピアノ)
ダンスアース/みんなで踊ろうBTS“Permission to dance”	喜ら太鼓&舞踊団HARUNA/スペシャルジュニアダンスチーム	音楽劇「100万回生きたねこ」	東海林尚文(朗読)、佐藤兼右(クラリネット)、遠藤益民(チェロ)、うえだよう(ピアノ)
		フィナーレ	相原嵩(指揮)、白石真紀(伴奏)

市民参加企画「みんなで歌おう『プレ第九』」  
※今月号26ページ参照。

#### アートワークショップ

費用 当日支払い

申込方法 ①1月15日(月)～28日(日)にウェブ申込(定員を超えた場合は抽選) ②当日会場で整理券配布(先着順)

#### 10日 親子で楽しむアートワークショップ

内容	実施者(敬称略)	定員	対象	費用
万華鏡写真を撮影してみよう!	上原ゼンジ(写真家)	①4人 ②2人	小学3年生以上	300円
おはなし会&虹色たまご作り	おはなしケムケム	①4人 ②4人	小学生以上	無料
バルーンアートで大きな指輪を作ろう!	渡部由以子(バルーンアート作家)	①7人 ②3人		300円
浮世絵版画	(株)版三	①7人 ②3人	小学3年生以下は 保護者同伴	500円
ポリ袋で簡単!生地から作る手作りピザ	東海林 泉(イタリア料理研究家)	①10人 ②2人		500円
実用アート・コットントートに絵を描こう!	岡部一子(セラミックペインター)	①7人 ②3人		500円

#### 11日 ちょっと本格的なアートワークショップ

内容	実施者(敬称略)	定員	対象	費用
大人の抽象画コラージュ	臼村さおり(画家)	①7人 ②3人	中学生以上	1,000円
浮世絵版画	(株)版三	①7人 ②3人		1,000円
バレンタイン向けフルコース料理	小林葉津子(料理研究家)	①12人		2,000円
干支「龍」の一刀彫	小塚友彦(仏師)	①7人 ②3人		2,000円

#### ギャラリー企画・展示など

日程・場所	内容・出演者など(敬称略)
10日 ギャラリー	参加型イベント「みんなでマトリョーシカラントを作ろう!」・展示/上原光子(マト絵師)
10日 ギャラリー	マトリョミンコンサート/ヨージック
11日 ギャラリー	サイタマティック全市町村ツアーinふじみ野/田辺明(三味線)、柴香山(尺八)、神谷舞(箏・十七絃)、吉葉景子(二十五絃箏)
10~11日 ギャラリー	お楽しみコンサート/NPO法人ふじみ野市音楽家協会
10~11日 2・3階ホワイエ	絵画展示「ふじみ野~自然と命~」/ふじみ野市美術家協会

問合せ●アートフェスタ実行委員会事務局(文化・スポーツ振興課内 TEL 049・262・8124)

●費用の記載がないものは無料

●対象は市民(市外の人でも、在勤在学の記載があるときは該当する人も対象になる)

★「ふじみ元氣・健康ポイント」対象事業





「ご案内」

### ゼロカーボンシティの実現に向けた導入費用を補助

市では、住宅用スマートエネルギーシステム、電気自動車およびプラグインハイブリッド自動車の導入に対する補助金を交付しています。詳しくは、市ホームページ「補助金申請の手引き」(窓口で配布)をご確認ください。

※先着順。予算額に達し次第、終了。現在、予算を増額しています。

●住宅用スマートエネルギーシステム

対象機器・補助金額 左表のとおり

対象機器	補助金額
太陽光発電システム	1キロワットあたり2万円(上限7万円)
太陽熱利用システム	3万円
エネファーム	5万円
蓄電池	1キロワットアワーあたり2万円(上限7万円)
V2H(電気自動車等充電設備)	5万円

対象 市内の既存住宅・新築住宅に対象機器を設置する人および対象機器が設置された建売住宅を購入する人

※新品の機器を設置する場合は対象

### 木造住宅耐震・リフォーム相談会

建築士が図面をもとに無料で簡易耐震診断を行い、診断結果や補強方法、耐震に関する相談に個別に対応します。また、リフォームの相談も行います。

日時 1月15日(月)、2月19日(月)、3月18日(月)午後1時～4時

場所 市役所会議室

対象 昭和56年5月31日以前に着工した木造2階建以下の住宅の所有者が居住者

※リフォーム相談については、築年代を問いません。

申込方法 相談日の1週間前までに窓口か電話で申し込み

建築課 049・220・2069

### 水道管の凍結にご注意ください

気温が氷点下4度以下になると水道管が凍結しやすくなります。特に建物の北側や日陰にあるむき出しの水道管などはご注意ください。

●凍結予防対策

▼使用しなくなった毛布やタオルなどで水道管や水栓を覆う

▼水道管に使用する保温材(発砲スチロール)で水道管を覆い、テープなどで固定する

▼メーターボックス内に使用しないタオルや保温材を入れたビ

※既存住宅・新築住宅に設置する場合は、設置前に要申請。

●電気自動車およびプラグインハイブリッド自動車

対象機器・補助金額 ①電気自動車10万円②プラグインハイブリッド自動車15万円

対象 令和5年4月1日～令和6年1月31日に補助対象車両を導入する市内に1年以上居住している人

※新車を購入する場合が対象。購入後でも申請可。

環境課 049・262・9021

### 消費活性化クーポン1月末まで

令和5年9月～10月に発送(世帯主宛)した消費活性化クーポンの使用期限は1月31日(火)です。まだ使っていない人は、対象事業所でご利用ください。

対象 令和5年7月1日時点で市に住民登録がある人

※不在などで受け取れなかった場合はお問い合わせください。

産業振興課 049・262・9023



ニール袋を入れる 049・220・2078

### イベント

#### ふじみ野市キラリと光るものづくり企業展示会

市内の先端かつ特色ある企業の展示会を開催します。各企業の製品もいくつか展示しますので、ぜひお越しください。

展示期間 1月22日(月)～26日(金)

場所 市役所本庁舎1階ギャラリー

産業振興課 049・262・9023



### 採れたてふじみ野畑

市内で採れた新鮮野菜・狭山茶などの農作物を販売します(売り切れ次第終了)。

●市役所本庁舎玄関脇

日時 1月16日(火)午前10時～正午

●大井総合支所玄関脇

日時 1月9日(火)、2月6日(火) 午前10時～正午

### 重要土地等調査法について(内閣府からのお知らせ)

「重要施設周辺及び国境離島等における土地等の利用状況の調査及び利用の規制等に関する法律」に基づき、防衛関係施設などの周囲おおむね100メートルの区域および国境離島などの区域の区域を「注視区域」「特別注視区域」として指定することとされています。市内の一部の区域が指定されました。指定された区域内の土地・建物で防衛関係施設などの機能を阻害する行為が行われていないか内閣府が調査を行うほか、「特別注視区域」内において面積が200㎡以上の土地・建物を売買

などする際には届出が必要になります。詳しくは、内閣府ホームページをご覧ください。

特別注視区域 大井通信所を中心とした周囲おおむね1000メートルの区域

内閣府重要土地等調査法コールセンター(平日午前9時30分～午後5時30分)

0570001125



河川などの異常水質事故防止に協力ください

県内で、河川や水路に油や薬品などが流れ、魚が死んでしまうな

地域合同就職相談会

業務を拡大し、人材を募集する地元企業と合同就職相談会を開催します。企業の人事担当との個別相談や個別面接が受けられます。

日時 2月6日(火)午後1時30分～4時(1時～3時30分受付)

場所 ウェスタ川越

対象 就職を希望する人

申込方法 1月5日(金)から窓口か電話で申し込み

ハローワーク川越 049・242・0197(部門コード49#)

### スポーツ活動地域支援事業

初心者でもできるさまざまなスポーツを体験してみませんか。

日程・場所・内容 下表のとおり

日程	場所	内容
1月27日(土)	総合体育館	バドミントン・バスケットボール・弓道・アーチェリー、硬式テニス
3月23日(土)	第2運動公園	バドミントン・バスケットボール・卓球・剣道
3月30日(土)	総合体育館	マيسポ(自分に向いてるスポーツが分かるテスト)・卓球・バドミントン・バスケットボール・弓道・アーチェリー・硬式テニス・陸上・サッカー・ソフトバレー

※時間はいずれも①午前9時30分～10時40分②午前10時50分～正午。

※1日2種目まで体験可。

対象・定員 小学5年生～中学3年生、各種目25人(申込順)

費用 1日当たり100円

申込方法 電話で申し込み

上野台体育館(049・263・8988)

### 人間関係障害者就職面接会

日時 1月26日(金)午後1時～4時

場所 富士見市民文化会館「キラリ☆ふじみ」(富士見市大字鶴馬1803-1)

内容 参加企業20社(予定)との面接、就職相談など(手話通訳・要約筆記あり)

持ち物 障害者手帳(原本または写し)、履歴書、職務経歴書などの応募書類、面接希望票(事前予約時交付)

申込方法 1月9日(火)～22日(月)にハローワークで求職登録の上、申し込み(完全予約制)

ハローワーク川越 049・242・0197(部門コード46#)

### 発達障害者就労支援センター(ジョブセンター)

県では、発達障害者就労支援センター(ジョブセンター)を運営し、就労を希望する発達障害者に対して、相談から就労、職場定着までの支援をしています。対象者は、ご相談ください。

対象 医師の診断や障害者手帳の有無に関わらず、発達障害の特性があり、企業などへの一般就労(障害者雇用枠での就労を含む)を希望している人

ジョブセンター川越 049・299・4927

### 「見て」「さわって」「感じる」体験の場 えこらば2月の環境学習講座

①星空教室(初参加優先)

日時 2月9日(金)午後6時～7時30分

内容 冬の星座と木星の観察

対象・定員 小学生以下は保護者同伴、12組

申込期限 1月25日(木)

②バスボムを作ろう

日時 2月17日(土)午前10時～11時30分

内容 入浴剤の制作

対象・定員 小学3年生以下は保護者同伴、16人

申込期限 2月1日(木)

●共通事項

場所 ふじみ野市・三芳町

環境センター環境学習館えこらば

申込方法 電話か電子申請で申し込み

※定員を超えた場合は抽選。当選者のみ①1月30日(火)②2月7日(火)までに連絡します。

環境課(049・262・9022)





オレンジカフェふじみん

●高齢者あんしん相談センター主催

日時	場所・問合せ
1月10日(水) 午後2時～3時	高齢者あんしん相談センターつるがまい(鶴ヶ岡会館 集会所B、TEL049・256・6061)
1月18日(木) 午後2時～3時	高齢者あんしん相談センターかすみがおか(介護予防センター2階、TEL049・264・7620)

●介護事業所など主催

日時	場所・問合せ
1月20日(土)午前 10時～正午	医療生協さいたま ふじみのケアセンター オレンジカフェふじみん「にじ」(上福岡3・3・7、TEL049・261・0985)
毎週火曜日午前 10時～午後4時	オレンジサロンまつ(滝1・3・58、TEL090・4390・5608)

費用 1人100円  
 申込方法 電話で申し込む  
 高 高齢福祉課(TEL049・262・9038)

家族介護教室・家族交流会

介護者間で交流・意見交換などを行い、介護上の悩みや問題を相談しあえます。

日時	場所	主催・問合せ
1月10日(水) 午後2時～3時 30分	市役所第3庁舎 2階 202 会議 室	高齢者あんしん相談センターふくおか(TEL049・261・1126)
1月12日(金) 午前10時～11 時30分	介護予防セン ター	高齢者あんしん相談センターかすみがおか(TEL049・264・7620)
1月18日(木) 午後2時～3時 30分	大井総合福祉 センター4階 多目的ホール	高齢者あんしん相談センターおおい(TEL049・261・3021)

**講座**

**声のアンチエイジング！  
健康発声(継続あり)**

日時 1月11日(水)・18日(水)  
午後2時～3時30分

場所 産業文化センター

内容 発音・発声・滑舌・表現力を鍛えて声帯の老化を予防する

定員 20人程度(申込順)

費用 1600円

※1回体験可(800円)。

申込方法 1月5日(金)正午から窓  
口か電話で申し込む

産業文化センター  
TEL049・269・4811

**腰痛・肩こり改善！ピラティス&ストレッチ(継続あり)**

日時 1月15日(月)・22日(月)・29日(月)  
午後4時30分～5時30分

場所 産業文化センター

費用 3000円(3回分)

※1回体験可(1000円)。

定員 15人(申込順)

持ち物 ヨガマット、飲み物

申込方法 1月5日(金)正午から窓  
口か電話で申し込む

産業文化センター  
TEL049・269・4811

**追加募集(継続クラス)**

外反母趾、巻き爪など足のトラ

ブル、腰痛、膝痛、冷えむくみも改善。運動が苦手な人もどうぞ。

日時 1月20日(土)午前10時～11時

場所 市民交流プラザ(フクトピア内)

費用 1100円(入会後は月謝制、月2回2200円)

募集人数 5人(申込順)

申込方法 1月7日(日)正午から窓  
口か電話で申し込む

市民交流プラザ  
TEL049・264・7971

**普通救命講習**

日時 1月21日(日)午前9時～正午

場所 入間東部地区事務組合消防本部(大井中央1・19)

対象 ふじみ野市、富士見市、三芳町に在住・在勤・在学の人

定員 25人(申込順)

申込方法 1月9日(火)～15日(月)午前8時30分～午後5時に電話で申し込む

入間東部地区事務組合消防本部救急課  
TEL049・261・6673



イベント

神田伯山 独演会

六代目神田伯山さんによる独演会を開催します。

日時 3月30日(土)午後1時30分開演(0時30分開場)

場所 ステラ・ウエストホール

対象 小学生以上(未就学児入場不可)

チケット 全席指定一般3800円(1人4枚まで購入可能)

チケット販売 1月5日(金)午前10時から窓口、午後1時からウェブサイトで販売(ステラ・ウエストでも販売)

ステラ・ウエスト  
TEL049・261・0648



**ケロポンズファミリーコンサート**

●ニューイヤーフAMILYコンサート

子どもたちに大人気のケロポンズによるファミリーコンサートを開催します。

日時 1月14日(日)  
午後1時30分から(1時開場)

**市民・企業講演会**

21世紀は人権の世紀と言われ、平成28年には「部落差別の解消の推進に関する法律」「ヘイトスピーチ解消法」「障害者差別解消法」といった法律が施行されましたが、いまだに人権に関するさまざまな問題が多発しています。この機会に改めて「人権」について考えてみませんか。

日時 1月23日(火)午後1時30分～3時30分(1時開場)

場所 市役所本庁舎5階 A大会議室

内容 暮らしの中の人権  
※要約筆記あり。

会場 ステラ・ウエスト  
TEL049・261・0648



**旭ふれあい寄席**

日時 1月21日(日)午後2時から(1時30分開場)

場所 旭ふれあいセンター

出演 立川 笑えもん

費用 700円

定員 50人(申込順)

申込方法 1月5日(金)から窓口か電話で申し込む

市民総合相談室  
TEL049・262・9025

**マッサージ**

日時 1月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)

午前11時～午後4時30分

場所 エコパ健康相談室

費用 25分当たり1200円(別途入館料)

エコパ  
TEL049・293・7568

一広げよう！笑顔あふれる地域の輪—  
市民活動展示会・交流会 2024

市民活動団体の活動をPRするイベントです。参加団体と交流し、市民活動への参加のきっかけにしませんか。

●展示会

日程 1月29日(月)～2月2日(金)  
 場所 市役所本庁舎1階ギャラリー

●交流会(雨天決行)

日時 2月4日(日)午前10時～午後3時  
 場所 市民交流プラザ(フクトピア内)  
 内容 展示(団体活動紹介・作品展示)、ステージ発表(演奏・ダンス・体操など)、食品販売(はっとう汁・パン・お菓子など)、体験(ワークショップ・マジック・救急救命など)

市民活動支援センター(TEL049・261・0681)



●費用の記載がないものは無料  
 ●対象は市民市外の人でも、在勤在学の記載があるときは該当する人も対象になる

講座

フルート公開  
レッスン

楽器を知り楽器演奏を楽しむ公開レッスンを開催します。楽器演奏に興味のある人なら誰でも参加できます。

**日時** 2月3日(出)午前10時～正午

**場所** ステラ・ウエスト

**内容** ①演奏方法のコツを知ろう  
②プロの演奏を聴いてみよう③みんなで演奏してみよう

**定員** 50人(申込順)

**申込方法** 文化協会 ウェブサイトから申し込む

**お問い合わせ** ふじみ野市文化協会  
TEL090・5527・6360



世界が憧れる日本の  
食材(第2回)

文化芸術活動未来応援事業  
●学んで知ろう「恵方巻きと日本のお汁」

日本の食は、その健康指向と色彩の豊かさから、多くの外国人を魅了し、リスペクトされています。美しくめぐる四季に恵まれた食材で、簡単かつ斬新なメニューを作ります。申込方法などの詳細はクッキング「杏じゅ」ホームページをご覧ください。

**日時** 2月23日(祝)午後1時30分～3時30分

**場所** ウェブサイトから申し込む

**対象** 県内在住で、里親制度について関心のある人

**申込方法** ①住所②氏名③電話番号④講座終了後の個別相談希望の有無⑤講座を知ったきっかけを記載し、フアクスカ、ウェブフォームから申し込む

**定員** 40人(申込順)

**講師** 藤井聡さん(例オールドッグセンター専務取締役)

**主催** 朝霞保健所管内ふじみ野地区狂犬予防協会

**申込方法** 1月9日(火)～19日(金)に電話で申し込む

**環境課**  
TEL049・262・9021



里親入門講座

家族と暮らすことのできない子どもたちを家庭に迎え入れ、育ててくれる里親を募集しています。里親制度の概要を説明し、里親の子育て体験談をお話しします。

**日時** 2月23日(祝)午後1時30分～3時30分

**場所** ウェブサイトから申し込む

**対象** 県内在住で、里親制度について関心のある人

**申込方法** ①住所②氏名③電話番号④講座終了後の個別相談希望の有無⑤講座を知ったきっかけを記載し、フアクスカ、ウェブフォームから申し込む

**定員** 16人(申込順)

**持ち物** エプロン、マスク、ふきん、タオル、筆記用具

**費用** 1500円

**申込方法** 1月8日(祝)からウェブフォームで申し込む

**お問い合わせ** anjucooking@gmail.com



犬の飼い方・しつけ方教室

愛犬の困った行動を解消。絆を深め、スマートな飼い主を目指しませんか(犬の同伴不可)。

**日時** 2月3日(出)午後1時30分～4時

**場所** ふじみ野市三芳町環境センター環境学習館えらぼ

**対象** ふじみ野市・富士見市・三芳町在住の人

**定員** 40人(申込順)

**講師** 藤井聡さん(例オールドッグセンター専務取締役)

**主催** 朝霞保健所管内ふじみ野地区狂犬予防協会

**申込方法** 1月9日(火)～19日(金)に電話で申し込む

**環境課**  
TEL049・262・9021



ふじみ野市認定創業支援  
事業創業セミナー

の正しい知識を持ち、認知症の人や家族が安心して暮らしているように支援していく応援者です。認知症になっても暮らしやすいまちを作っていくために、あなたも認知症サポーターになりませんか。

**日時** 1月27日(出)午前10時～正午(9時40分から受付)

**場所** 介護予防センター

**内容** ①認知症の知識・サポーターについて②講話

**対象** 市内在住・在勤・在学の人

**定員** 30人(申込順)

**申込方法** 1月5日(金)から電話で申し込む

**高齢福祉課**  
TEL049・262・9038



健康

こころの健康個別相談

出が困難な人なども、安心して利用できます。まずは保健センターへお電話ください。

**保健センター**  
TEL049・293・9045



こころの  
オンライン相談

保健センターでは、Zoomを使って、テレビ電話形式でのこころのオンライン相談を行っています(要予約)。身体的理由で外

成人健康相談  
(妊婦含む)

出が困難な人なども、安心して利用できます。まずは保健センターへお電話ください。

**保健センター**  
TEL049・293・9045

新型コロナワクチンが無料で  
受けられるのは、3月31日まで

新型コロナワクチンの接種が公費負担(無料)で受けられる期間は、3月31日までです。昨年9月20日から始まった「令和5年秋開始接種」の対象者で、接種を希望する人は、お早めに接種をご検討ください。

なお、接種券がお手元がない人やワクチン接種に対するご不明な点は、新型コロナワクチンホームページをご覧ください。お問い合わせください。

**新型コロナワクチン接種サポートセンター**  
TEL049-293-3722、FAX049-264-8284  
<聴覚障がいのある人向け>  
✉hokencenter-kami@city.fujimino.saitama.jp



元気・健康メニュー を紹介します！

市では、市内飲食店の協力のもと「元気・健康メニュー」に取り組んでいます。野菜がたくさん取れるメニューなどが認定されています。元気・健康メニューを食べ、普段の食事を振り返ってみませんか。

現在、市内の7店舗で元気・健康メニューを取り扱っています。店舗・メニューなどの詳細は、市ホームページをご覧ください。※メニューは時期によって変更の場合があります。

**保健センター**  
(TEL049・264・8292)

①明太子サラダ



居酒屋にし上 (上福岡1・12・12)

②野菜炒め



黄野菜館プラス (上福岡1・6・17)

③とり天そば



そば処 浅野屋 (亀久保1136・24)

④のらそば



旭庵 甚五郎 (上福岡3・7・14)

⑤冷やし海藻サラダ  
うどん・そば



崑久家 (亀久保4・7・20)

⑥日替わり昼定食



ブランシエール  
川越南 七彩の街 (鶴ヶ岡4・16・15)

⑦野菜たっぷり  
ラーメン(醤油、塩、味噌)



ふじみ野市役所食堂  
こまとり屋 (福岡1・1・1)

ご協力いただける  
市内飲食店を  
募集中！

●費用の記載がないものは無料

●対象は市民市外の人でも、在勤在学の記載があるときは該当する人も対象になる

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業

## 文化芸術活動地域文化クラブ

小学生高学年から中学生を対象に生涯にわたり文化芸術に親しむ機会づくりとして「文化芸術活動地域文化クラブ」を開催します。

日時・内容・対象・定員・指導者 下表のとおり

場所 ステラ・イースト、ステラ・ウェスト

参加費 各500円(保険料・材料費)

申込方法 ウェブサイトで申し込み

〒410-0001 静岡県富士市文化協会 (TEL 090・5527・6360)



コース名・内容	日時	対象・定員	指導者(予定)	
音楽クラブ	①合唱 歌うことが好きな人大歓迎。発声・パート練習・アンサンブル練習などについてプロが指導します。	1月14日(日)・28日(日)、2月4日(日)・18日(日)、3月3日(日)・17日(日)午前11時～正午	小学5年生～中学3年生、15人(申込順)	新井里美さん(ソプラノ)、小西佑里香さん(ソプラノ)
	②楽器演奏 さまざまな種類の楽器演奏を体験。1月はパーカッション、2月はフルート(公開レッスン)、トロンボーンです。	1月27日(土)、2月3日(土)午前10時～正午、2月4日(日)午前10時～午後1時	中学生(2月を除く)、15人(申込順)	濱中陽香さん(パーカッション)、山内豊瑞さん(フルート・公開レッスン)、轟木敬さん(トロンボーン)
アートクラブ	③演劇ワークショップ 人前で話すことが苦手な人大歓迎。表現する楽しさを体感できます。	1月27日(土)、2月24日(土)、3月23日(土)午後1時30分～3時30分	小学4年生～中学3年生、10人(申込順)	劇団銅鑼
	④おはなし会体験 小さい子どもたちへ絵本や紙芝居を読んであげる体験です。	1月20日(土)午前10時～正午、2月10日(土)(アートフェスタへ参加)	小学5年生～中学3年生、10人(申込順)	おはなしケムケム
	⑤美術 1月は「手書きPOPの書き方講座」・「自分だけのメモ帳づくり」、3月は「パステルカードづくり」です。	1月27日(土)午後1時30分～3時30分、1月28日(日)、3月2日(土)午前10時～正午	小学5年生～中学3年生、10人(申込順)	白村さおりさん(画家)、高浦澤侑さん(文京学院大学)、井上芳枝さん
	⑥マトリョーシカペイント マトリョーシカ型の小さな木製人形にアクリル製絵具でペイントします。	1月7日(日)・14日(日)・21日(日)、2月4日(日)午前10時～正午	小学5年生～中学3年生、10人(申込順)	上原光子さん(マト絵師)
	⑦暮らしを彩る食文化 1月は「イタリアのお正月料理」、2月は「チキンの煮込み」、3月は「春野菜の卵焼き」を作ります。	1月20日(土)、2月17日(土)、3月16日(土)午前10時～正午	小学5年生～中学3年生、10人(申込順)	東海林泉さん(料理研究家)
	⑧ヒップホップダンス 初心者向けのダンス教室。アートフェスタふじみ野2023で発表します。	1月14日(日)、2月4日(日)、2月10日(土)(アートフェスタへ参加)、3月24日(日)午後2時～3時	小学5年生～中学3年生、20人(申込順)	MIKA. (GLITTER★)
伝統クラブ	⑨民族舞踊 K-ポップなど若者文化の代表的な踊りを体験。アートフェスタふじみ野2023で発表します。	1月14日(日)、2月4日(日)、2月10日(土)(アートフェスタへ参加)、3月24日(日)午後3時30分～4時30分	小学5年生～中学3年生、20人(申込順)	桜蘭春菜さん、桜蘭将聖さん(舞踊団HARUNA)
	⑩初歩の茶道 日本の伝統文化「茶道」を体験し、抹茶やお菓子、茶花を楽しみます。	1月21日(日)、2月18日(日)、3月24日(日)午後1時30分～3時30分	小学5年生～中学3年生、10人(申込順)	渡辺宗敬さん、志摩宗頼さん、丹羽宗麻さん、桜井宗信さん

## 市民大学ふじみ野 学びあい講座

市民が講師となって講座を企画運営する「学びあい講座」で学びませんか。気になる講座がありましたら、ぜひお申し込みください。

講座名・内容・講師・日時・申込期限 下表のとおり

場所 市民大学ふじみ野講義室

対象・定員 市内在住・在勤・在学の18歳以上、各10人

費用 500円(「初めて油絵を描く」のみ1,500円)

申込方法 ①市民大学ふじみ野ホームページから申し込む

②チラシ(公共施設で配布)に記載の申込書を持参かファクスで申し込む

〒410-0001 市民大学ふじみ野(大井中央2・2・1大井総合福祉センター3階、TEL 049・257・5533)

※水・日曜日、祝日除く午前9時～午後5時。



講義・内容	日時	講師	申込期限
<b>血液・尿検査を知ろう</b> 健康診断や病院を受診した際の血液や尿検査。検査の意味を、代表的な4つの検査について解説します。(全4回)	1月18日(木)、2月1日(木)・15日(木)・29日(木)午後2時～4時	関口 光夫さん(臨床検査技師)	1月15日(月)
<b>初めて油絵を描く</b> 具象的な表現で果物などを用いて、油絵を気軽に楽しく描いてみましょう。小さな作品から始めます。(全3回)	1月22日(月)、2月26日(月)、3月11日(月)午後2時～4時	柴田 百合子さん(埼玉県美術家協会会員、川越美術協会会員)	1月19日(金)
<b>長い人生を生き生きと元気に過ごすために!</b> シニア世代が手応えを感じて生きるための講座です。気力と体力を維持して、元気に暮らすための秘訣を学びます。(全2回)	1月30日(火)、2月20日(火)午後2時～4時	丹 俊幸さん(キャリアコンサルタント、日本ファッションリレーション協会会員)	1月27日(土)
<b>ストレッチ講座～100才目指して～</b> 老化による身体機能低下や不調について、原因と健康寿命をのばすための具体的な改善方法を学びます。簡単な体操やストレッチを行います。(全2回)	1月26日(金)、2月9日(金)午後2時～4時	柏 としえさん(整体ボディケアセラピスト、リラクゼーションセラピスト)	1月23日(火)
<b>キレイな姿勢とは～ヨガピラティス～</b> ヨガの体の使い方を学びながら、キレイな姿勢を目指しましょう。簡単なヨガとピラティスを行います。(全2回)	3月1日(金)・15日(金)午後2時～4時	柏 としえさん(整体ボディケアセラピスト、リラクゼーションセラピスト)	2月27日(火)
<b>「クイズで脳活」早押しクイズ入門</b> 一般常識・時事問題・郷土の歴史文化・雑学など、さまざまな事柄をクイズにして楽しく学びます。クイズ番組の解答者のように、早押しクイズを体験できます。(全3回)	2月8日(木)・22日(木)、3月7日(木)午後2時～4時	富田 信太郎さん(パネルクイズ アタック25 優勝者)	2月5日(月)
<b>ヘッドスパとハンドケアの基礎講座</b> いくつになっても綺麗でいたいあなたへ。ヘッドスパとハンドケアの基礎講座です。基礎知識、簡単な施術をお伝えします。(全3回)	2月5日(月)・19日(月)、3月4日(月)午後2時～4時	古原 和美さん(セラピスト、スキンケアアドバイザー、アクアセラピスト)	2月1日(木)

●費用の記載がないものは無料  
●対象は市民市外の人でも、在勤在学の記載があるときは該当する人も対象になる  
★「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業