

～ウィズもろやま9月の催し物～

骨盤調整・腰痛改善ヨガ講座

整体師でもあるヨガ講師による「心・体コンディショニングヨガ」を行います。冷え、婦人科系の疾患、腰痛、首の痛みなど様々な影響を及ぼす骨盤の仕組みを知り鍛えます。

- ▶日時 9月2日(月)、4日(水)、9日(月)、11日(水)、18日(水)、25日(水)
各日午前10時～正午
- ▶定員 各回20人(先着順) ▶講師 ^{さなり}佐成千佳さん
- ▶料金 1,500円(1回あたり)
- ▶持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり)

ウィズもろやまのホールで歌おう

自分の声質を知って、ボイストレーニングを始めましょう。歌う喜びを感じたり、ストレス発散、顔のリフトアップにもおすすめです。

- ▶日時 9月13日(金) 午前10時～11時
- ▶定員 10人(先着順)
- ▶講師 西澤真奈美さん
- ▶料金 500円(1回あたり)
- ▶持ち物 フェイスタオル、飲み物、手鏡(任意)

秋の寄せ植え教室

ハロウィンをイメージした寄せ植えを製作します。秋の植物を感じながらハロウィンの飾り付けもしてみましょう。

- ▶日時 9月27日(金) 午後1時～2時
- ▶定員 15人(先着順) ▶講師 ^{わたげ}watage坂本歩さん
- ▶料金 2,800円 ▶持ち物 軍手、エプロン
- ▶申込み 9月20日(金)まで

ハロウィンのランタンをつくろう

木製のランタンに色や飾りを付けてオリジナルのランタンを仕上げます。

- ▶日時 9月28日(土) 午後1時～2時
- ▶対象 小学生以上(未就学児は保護者同伴)
- ▶定員 8人
- ▶料金 1,000円

マタニティ・産後ヨガ講座

ヨガで痛みや不調、悩みや不安を解消して健やかに赤ちゃんとの日々を楽しみましょう。産前、産後の心・身体のケア、体力づくり、リフレッシュにもおすすめです。

- ▶日時 9月30日(月) 午前10時～正午
- ▶定員 15人(先着順) ▶講師 ^{さなり}佐成千佳さん
- ▶料金 1,500円(1回あたり)
- ▶持ち物 バスタオル、フェイスタオル、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり)
- ▶対象 妊娠16週以降のマタニティの人、産後6週以降のママとハイハイまでの赤ちゃん、検診で運動許可が出ている人

【共通事項】

- ▶場所 ウィズもろやま
- ▶申込み それぞれ開催日前日までに、ウィズもろやまにお申し込みください。
- ※秋の寄せ植え教室は9月20日(金)までです。
- ▶問合せ ウィズもろやま ☎295-3111



ウィズもろやまHP



防犯ボランティア『ゆず』 会員を募集します

防犯パトロールに参加して下さるボランティアを募集します。年齢性別は問いません。

安全で安心して暮らせるまちづくりのために一緒に活動しませんか。



▶**活動内容** 青色回転灯防犯パトロール車で児童の下校時にあわせ各学校の通学路をパトロールします。

▶**活動時間** 月曜日から金曜日のうち週1回
午後2時から4時まで

▶**申込み・問合せ** 役場生活環境課交通防犯係
☎295-2112⑨173



商工業者のためのセミナー を開催します

スマホで始める無料・安価なIT活用セミナー

スマホを自らの商売で活用したいけど、何から始めたらよいかわからない…。

そんなお悩みをお持ちの人、お気軽にご参加下さい。

▶**日時** 9月30日(月) 午後2時～3時30分

▶**講師** (公財) 埼玉県産業振興公社 小林誠さん
(中小企業診断士・情報セキュリティスペシャリスト・ITサービスマネージャー)

▶**対象** 町内の商工業者(小規模事業者)でスマホを使用したことがある人

▶**場所** 毛呂山町商工会館

▶**定員** 20人(先着順)

▶**料金** 無料

▶**申込み** 開催日前日までに電話またはファクスにてお申し込みください。

▶**問合せ** 毛呂山町商工会 ☎294-1545 ⑨294-1557



かっちゅう こども甲冑隊鎌倉街道 ゲーム

毛呂山町の東部にある鎌倉街道上道^{かみつみち}が、戦乱により多くの武士たちが通った道であることにちなんで、紙製の甲冑を着て、鎌倉街道でクイズゲームを行います。紙製の甲冑の貸出もしますので、ぜひ、お気軽にご参加ください。

▶**日時** 10月27日(日)

午前10時～正午(雨天中止)

▶**場所** 歴史民俗資料館、鎌倉街道

▶**持ち物** 動きやすい服装、甲冑^{かぶと}・兜(持っていれば)

▶**対象** 小・中学生(小学生は保護者同伴)

▶**定員** 20人(先着順)

▶**講師** 当館職員、サポーター、鎌倉街道ガイドボランティア

▶**料金** 無料

▶**申込み** 9月7日(土)から10月26日(土)までに歴史民俗資料館窓口または電話、メールでお申し込みください。

▶**問合せ** 歴史民俗資料館 ☎295-8282

✉rekisi@town.moroyama.lg.jp



テレビ受信障害対策工事 を実施しています

テレビの地デジ化などにより空いた電波帯(700MHz帯)を各携帯電話事業者が随時、利用を開始しています。これに伴い、町内の一部地域においてテレビの映像が乱れたり、映らないなどの影響が出る場合があります。この影響を防止するため、一般社団法人700MHz利用推進協会が対策工事を実施しています。対象の地域にはチラシを配布し、協会指定の工事作業員が説明に伺います。

工事に係る費用は協会が負担し、視聴者へ費用を請求することは一切ありません。ご不明な点は、コールセンターへお問い合わせください。

▶**問合せ** 一般社団法人700MHz利用推進協会

☎0120-700-012



地球観測センター 施設一般公開

人工衛星からデータを受信する設備の説明や、宇宙から見た様々な衛星画像の展示、講演会など楽しい内容を用意してご来場をお待ちしております。

▶日時 9月28日(土) 午前10時～午後4時
※入場は午後3時30分までです。

▶内容

- 1 施設設備公開、2 宇宙から見た地球の画像、
- 3 講演会・こども宇宙教室、4 動く衛星画像、
- 5 ブルースーツを着てみよう、
- 6 クイズ&スタンプラリー、7 工作体験、
- 8 宇宙グッズ販売・物産展、など

※公開内容は都合により変更されることがあります。



▶場所 宇宙航空研究開発機構 地球観測センター
(鳩山町大橋沼ノ上1401)

※駐車場の数に限りがあるため、公共交通機関の利用にご協力ください。当日は、東武東上線「高坂駅」西口から、地球観測センター行きの無料送迎バスを運行しますのでご利用ください。

▶料金 無料

▶問合せ 宇宙航空研究開発機構地球観測センター
☎298-1200



山根荘10月の予定を お知らせします

利用時間 午前9時～午後4時 休荘日 土日祝日

趣味の会予定

カラオケ同好会	7日 21日	PCクラブ	7日 21日
押し花の会	7日 28日	民謡同好会	28日 30日
桜扇の会	28日 30日	太極拳	21日
声を出す会	2日 16日	おどり「和」の会	2日 16日
身体障害者福祉会	4日 16日	手芸の会	9日 23日
囲碁の会 将棋の会	2日 4日 9日 11日 16日 18日 23日 25日	吟友会	9日 23日
		ダンスサークル	4日 18日
三味線民謡の会	3日 17日	年金カラオケ	18日
いっぽくの会(お茶)	18日	ゆずカラオケ	11日 25日
エコで革小物	未定	健康体操	9日
ペタンク	15日(大会)	マレットゴルフ	11日 25日
パークゴルフ	7日 21日 28日	健康麻雀	3日 10日 17日 31日

※行事日程などは、都合により変更する場合があります。

※趣味の会に入会を希望する人はご連絡ください。

▶問合せ 老人福祉センター山根荘☎294-5545

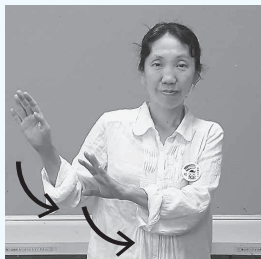


みんなで手話を覚えよう

災害・緊急時の手話

手話が身近な言語になるよう、日常生活で使える簡単な手話を紹介します。皆さんも手話で話してみませんか？

■台風



両手を右上から左下にサッと2回動かす(風が吹き下ろすように)

■川



右手人差し指、中指、薬指を伸ばし右へ波状に動かす

■氾濫



横にした左手の甲に右手のひらをたてに重ねる



右手の指先を開きながら下に動かす(水が溢れるように)

※このコーナーは毛呂山町聴力障害者会、毛呂山手話サークル、手話サロン虹の協力により作成しています。

▶問合せ 役場福祉課障害福祉係 ☎295-2112①113・114・115・116