

知ってください 自閉症のこと、発達障害のこと

4月2日は世界自閉症啓発デー、2日〜8日は発達障害啓発週間です。

◆啓発展示会
ライト・イット・アップ・ブルー
所沢2020「発達障害感覚アート展」絵画を通してみる過敏な世界」と同時開催です。

■会場 4月2日(木)〜8日(水)午前10時〜午後9時/グランエミオ所沢
◆発達障害支援機関・団体による活動や地域情報のパネル展示
◎ライト・イット・アップ・ブルー所沢2020のシンポジウムが4月4日(土)午後1時〜4時に行われます。詳細は、同実行委員会HPをご覧ください。



問 ども福祉課 ☎29908・9223

◆講演会

「事例に学ぶ育ちの支援」
■4月5日(日)午前10時〜正午
場 新所沢まちづくりセンター
定 申し込み先着200人

◆発達障害が気になるお子さんの乳幼児期から学齢期への移行支援
講 立教大学現代心理学部教授・大石幸一さん
申 ども支援センター(発達支援) ☎29222・2118 ☒29222・2198 に電話・FAX

発達障害児家族のつどい

■3月5日(日)午前10時〜正午
場 どもと福祉の未来館
◎会場に直接お越しください。
対 17歳以下の児童の家族
問 松原学園 ☎29900・34888

市民医療センターの レディースデー人間ドック

大好評の女性限定の人間ドックです。完全予約制で、日帰りコースと生活習慣病コースから選べます(オプション検査も追加可能)。
◎検査により医師・技師が男性になることがあります。

■毎月第3水曜
午前中(9〜12月除く)
申 問 受診希望日の2週間前までに同センター ☎29998・2081 に電話、市HP(人間ドック)から電子申請

◆「ママの親子で楽しむ運動あそび」
■3月14日(土)午前9時30分〜11時
場 どもと福祉の未来館
対 おおむね2〜6歳児と保護者
定 申し込み先着30組(市内在住優先)
持 上履き、脱いだ靴を入れる袋、フエイスツール1人1枚、飲み物
申 問 3月9日(月)からども支援センター ☎29222・2238 に電話



リサイクルふれあい館エコの行事

①包丁研ぎ講習会
■3月21日(土)午後1時30分〜
定 抽選6人(市内在住の大人)
②傘修理(1人1本・部品代実費)
■3月21日(土)午後1時〜3時
③おもちゃの病院
■3月28日(土)午後1時〜3時
④大型家具抽選会
■3月13日(金)・27日(金)午前11時〜
持 傘からエコバッグを作ろう
■3月8日(日)午前9時30分〜正午
定 抽選10人(市内在住の大人)
持 裁縫道具、ミシン糸、ものさし、傘の布



⑥ウールの着物からベストを作ろう
■3月18日(日)午前10時〜午後3時
定 抽選10人(市内在住の大人)
持 裁縫道具、ミシン糸、ものさし、厚食
■5000円



⑦ネクタイからすてきなバッグを作ろう
■3月22日(日)午前9時30分〜午後3時
定 抽選10人(市内在住の大人)
持 裁縫道具、ミシン糸、ものさし、ネクタイ、厚食
■3000円



⑧リメイク裁縫教室(袋物や簡単な服)とお望みの作品を作りましょう
■3月26日(木)午前9時30分〜午後3時
定 抽選10人(市内在住の大人)
持 材料、型紙、裁縫道具、ミシン糸、ものさし、厚食
申 問 ①⑤⑧ 3月1日(日)〜5日(木)に同館 ☎29994・5374 に電話



狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

①狭山丘陵自然観察会
「春望狭山湖雑木林」
■3月14日(土)午前9時30分〜午後2時30分
対 高校生以上
定 申し込み先着20人
持 厚食、飲み物、筆記用具
■4000円

②狭山丘陵自然観察会
「早春の生き物探し」
■3月22日(日)午前9時〜正午
対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
定 申し込み先着20人
持 飲み物、筆記用具
■5000円

③狭山丘陵基礎から学ぶ植物画講座
■4月3日(金)〜令和3年3月5日(金)午前9時30分〜午後3時(全13回)
対 高校生以上
定 申し込み先着10人
持 厚食、飲み物、筆記用具
■14,700円(画材代含む13回)

元気に楽しく健康づくり



60歳以上の方が楽しく明るく日常生活を送るための健康づくりを応援している老人福祉センター。市内にある4つの荘では、介護予防の講座や、計測器を使った簡単な健康チェックや脳トレなどを定期的開催。健康・生活相談ができる場でもあります。

今年度は、機械を使った体力測定を行い、体力、姿勢の歪み、体成分の状態まで細かく分析。さらに個々の体の歪みを治し、筋肉をほぐすストレッチ講座、自宅でできるセルフケア体操などの講座も大好評でした。

さまざまな講座を通して、元気で楽しい健康づくりをしませんか?職員一同、お待ちしております。

利用日時 月〜土曜午前9時〜午後4時30分(日曜、祝休日、年末年始除く)

問 老人福祉センターうしめま荘 ☎2998-4741/牛沼54
◎詳細は市HP(生きがいパワー)をチェック!

分ノ一括払い ④定例ガイドウォーク

■3月1日(日)・7日(土)午後1時30分〜2時30分
集合 ①西武球場前駅前②早稲田大学バス停(小手指駅から同校行き西武バス)③④同センター(下山口駅から徒歩15分)
申 問 ①③ 3月1日(日)午前9時から同センター ☎29339・9412 に電話④当日受け付け

音玉づくり講習会

■4月23日(日)①午前10時〜11時②午後2時〜3時
場 市役所1階市民ホール
定 各回抽選8人
申 問 3月23日(月)(必着)までに往復はがきに住所・氏名・連絡先・希望回を記入し、〒359-8501都市計画課 ☎29998・9192 に郵送
◎応募は1人1回です。1枚で複数人の応募はできません。

クアオルト®健康ウォーキング

■4月 荒幡富士コース…3月29日(日)

午前10時〜11時
10日(火)・22日(日)各日午後1時〜5時
定 各日申し込み先着15人
■5000円

◎県外在住の方は異なります。
申 問 閉庁日を除く2日前までに埼玉県・所沢市ヘルスツーリズム協議会事務局(商業観光課内) ☎29998・9155 に電話・電



女性人権擁護委員の特設人権相談

■3月5日(日)午前10時〜午後3時
場 さいたま方法務局所沢支局(航空公園駅から徒歩10分)
◎会場に直接お越しください。
◆離婚、相続、夫・恋人からの暴力、ストーカー、女性の人権問題、近隣関係など
相談員 女性人権擁護委員、女性弁護士委員
問 さいたま方法務局所沢支局 ☎29992・2677

社会保険労務士の労働相談

■3月19日(木)午後4時〜8時(最終相談午後7時〜/1人50分)
場 市役所別館相談室
対 勤労者、事業主、人事担当者など
定 申し込み先着4人
内 賃金、解雇、就業など
申 問 月初から産業振興課 ☎29998・9157 に電話

クイズ①

20万人以上が訪れる所沢最大級のイベントは?

しゅんフェスティバル

あなたも参加してみない?



ヒント・6面 応募方法は15面