日時 場場所 対対象 定定員 持持ち物 内内容 費費用 申申し込み 問問い合わせ
☎電話 FAXファックス HPホームページ ✉メール

話のカメラでも可）、時計、電卓、筆記用具、雨具、飲み物等
費 大人2000円（町民は500円）、中学生以下500円
申 町民の方 5月10日（火）までに、生涯学習課で配布している申込用紙に必要事項を記入し、お申し込みください。
町民以外の方 5月10日（火）までに、スポーツエントリーのホームページからお申し込みください。
その他／参加賞を用意しています。詳細はTREKNAO（トレックナオ）のホームページをご覧ください。
問 生涯学習課（☎581・2121内線531）へ。

ご参加ください！ほっとサロン日帰りバスツアー

「ほっとサロン」は、社会福祉協議会の登録ボランティア団体で、心に悩みを抱える方とその家族を支援しています。

今回の事業では、相田みつを美術館へ出かけます。人としてのあり方を語っている詩を通して、安らぎとともに生きる勇気を感じてみませんか。

日 5月25日（水）午前8時～午後3時30分（午前7時45分に役場正面玄関ロータリー集合）
場 相田みつを美術館（千代田区東京国際フォーラム内）
費 2000円
申問 4月25日(月)までに、ほっとサロン会長・酒巻光子(☎586・1262)へ電話でお申し込みください。

ご参加ください！絵手紙教室

日 6月7日、14日、21日、28日（各火曜日、全4回）午前10時～正午
場 小会議室（かわせみ荘1階）
対 おおむね60歳以上の方
定 15人（申し込み順）
持 筆記用具
講師／萱谷由恵先生
費 500円
申 4月30日（土）までに電話、または直接老人福祉センターへお申し込みください。
問 老人福祉センター（☎581・3861）へ。
※月曜日と第4金土曜日は休館日です。

募集

募集します！農業ふれあい講座受講生

農業委員会では、日ごろ農業に接する機会の少ない方に、農業に親しんでいただくため「農業ふれあい講座」を開催します。講師から土の作り方や野菜の作り方、農薬の知識等の講義と、ほ場での実地指導を受けられますので、初心者の方でも気軽にご参加ください。

日 5月～12月の水曜日（午後）月1回程度
場 農業ふれあいセンターおよびほ場（大字用土地内。1人当たりのほ場面積は50～60㎡を予定）
対 講座期間中ほ場を継続して管理できる方
定 20人程度
費 無料※材料費は実費負担（2000円程度）
申 4月15日（金）までに電話でお申し込みください。応募者多数の場合は抽選となります。
問 農業委員会（農林課内☎581・2121内線408）へ。

募集しています！埼玉県食品表示調査員

県では、平成28年度埼玉県食品表示調査員を募集しています。調査員の方には、食品販売店で日ごろの買い物をしながら食品の表示を確認し、定期的に報告（年間20店舗程度）していただきます。

任期／6月～平成29年3月
対 県内在住の20歳以上の方
定 100人（選考）
申 4月21日（木）(必着）までに、埼玉県ホームページからの電子申請サービス、はがき、ファックスのいずれかで、住所、氏名（フリガナ）、電話番号、年齢、職業、応募理由（100字程度）を明記のうえ、県農林部農産物安全課あてにご応募ください。選考結果は5月末までに通知されます。
その他／6月7日(火)(さいたま市内)、9日(木)(熊谷市内)のいずれかの日程で研修会にご参加いただきます。
なお、報告に応じて年間5000円の謝金が支払われます。
申問 県農林部農産物安全課総務・食品品質表示担当（さいたま市浦和区高砂3-15-1、☎048・830・4110、FAX048・830・4832、埼玉県ホームページ・電子申請サービスHP http://www.pref.saitama.lg.jp/a0907/cyousain.html、✉a4070-06@pref.saitama.lg.jp）へ。

その他

「まるえもん」「まるひめ」を栽培してみませんか？

セサミン（ゴマグリナン）が多く含まれている黒ごまの「まるえもん」、白ごまの「まるひめ」の栽培を希望される方へ種を配布します。説明会を実施し、植えつけや収穫方法などを分かりやすく説明しますので、初めて栽培される方も気軽にご参加ください。

日 4月27日（水）①午前11時～②午後1時30分～
場 役場4階402会議室
対 町内在住の方
定 各回30人（申し込み順）
申 4月20日（水）までに、農林課へ電話でお申し込みください。
問 農林課（☎581・2121内線402）へ。

ご協力ください！全血献血（400㎖・200㎖）

次の日程で献血をお願いしています。皆さんのご協力をお待ちしています。

日 4月12日（火）午後1時30分～4時
場 寄居町役場1階ロビー
持 献血カード
※初めての方は、本人確認ができるもの（運転免許証・学生証など）を、ご持参ください。
既に献血にご協力いただいている方は、前回献血との期間・年間総献血量等をお確かめのうえ、お越しください。
問 生活環境エコタウン課（☎581・2121内線222）へ。

離職中の看護職の方は届け出が必要です！

法律の改正により、看護職の資格をお持ちで就業していない方は県ナースセンターへ届け出が必要になりました。転居や出産育児等で離職した方は、県看護協会ホームページ上の「とどけるん」のページから届け出をお願いします。
問 県ナースセンター（☎048・824・7200）へ。

オリックス・バファローズの観戦チケットを無料配布します！

オリックス資源循環株式会社から町に対し、町のスポーツ振興に寄与するため、オリックス・バファローズのプロ野球観戦チケットを寄附していただきました。希望する町民の皆さんへ無料配布しますので、この機会にぜひ球場へ足をお運びください。

配布枚数／全200枚、1人4枚まで
※なくなり次第終了となります。
配布場所／商工観光企業誘致課
観戦場所／西武プリンスドーム他8球場
その他／転売等、野球観戦以外の目的で使用することを禁止します。ご利用になる際は、チケットに記載されている注意事項をお読みください。
問 商工観光企業誘致課（☎581・2121内線201）へ。

ご利用ください！かわせみ河原事前予約スペース

かわせみ河原にはバーベキューなどで利用できる事前予約スペースがあります。ゴールデンウィークなどの行楽シーズンには、かわせみ河原は大変混み合いますので、ぜひ予約スペースをご利用ください。

日 火～日曜日（年末年始を除く）午前9時～午後4時
費 1区画（7m×7m）2000円（環境美化協力費を含む）、全10区画
申 事前に電話、または寄居町観光協会ホームページから申込票を取得し、ファックスでお申し込みください。
その他／バーベキューに必要な食材等は持ち込みとなります。
問 寄居町観光協会（☎581・3012、FAX581・3052）へ。

1000歩運動

シバサキの挑戦　Final

プラス1000歩運動効果で…

改めまして、総務課職員のシバサキと申します。半年間にわたる「シバサキの挑戦」いかがでしたでしょうか。この挑戦を始めてから、多くの皆さんから励ましのお言葉をいただき、半年間挑戦を続けることができました。その結果は、下表のとおりです。

最近はハードなダイエットが流行しています。そういったものと比べれば微々たる結果ですが、マイペースで歩数を増やしていく「プラス1000歩」の方が自分に合っていると感じました。何より、健康について考える機会が増えたのが一番の成果だと思います。

応援してくださった皆さん、本当にありがとうございました！！

	挑戦前	挑戦後	成果
体重	86kg	83kg	−3.0kg
体脂肪	31%	29%	−2.0%
ウエスト	100cm	96cm	−4.0cm

フォローアップ事業ラジオ体操教室開催

3月23日にラジオ体操指導士の上杉恵理先生、25日にNHKテレビ・ラジオ体操指導者の多胡肇先生、アシスタントの原川愛さんをお招きし、総合体育館・アタゴ記念館でラジオ体操教室を開催しました（協力：NPO法人全国ラジオ体操連盟、株式会社かんぽ生命保険関東エリア本部、株式会社かんぽ生命保険熊谷支店）。

アトラクションとして、2月のよりい健康体操サポーター養成講座修了者（よりい健康体操サポーター）による「ふるさと健康体操」の披露があり、その後ラジオ体操第一、第二、みんなの体操についてご指導いただきました。

2日間で約300人が参加し、参加者からは「たいへん分かりやすかった」「明日からテレビ体操を楽しみにしています」「このような教室があるならプラス1000歩運動にぜひ参加したい」との感想が寄せられました。テレビ・ラジオ体操の放送時間は本誌3月号に掲載しています。また、第2回プラス1000歩運動の目標参加者は750人です。詳細は決まり次第、本誌等でご案内します。

問い合わせ／保健福祉総合センター（☎581・8500）へ。