

♪ 消費生活センターだより

vol.97

・・周/消費生活センター(市役所別館4階) ☎463-1111 月~金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前10時~正午、午後1時~4時

「ライブ配信を見るだけ」では済まなかった 「投げ銭(課金)」トラブルに注意!高額になるケース もあります

■相談事例■

【事例1】クレジットカードの利用明細に30万円の 請求があった。驚いて家族に聞くと、小学生の子ども が私のタブレット端末に勝手にライブ配信アプリをダ ウンロードし、気に入った配信者を応援して何十回も 投げ銭をしたと言う。

【事例2】SNSで知り合ったライブ配信者に誘われ て、その人の配信を視聴するようになった。イベント の際に「人気投票で1位になりたい。そのためにたく さん投げ銭をしてほしい」と頼まれた。他の視聴者に もあおられ、気付くと70万円近く課金していた。

◆解説◆

「投げ銭」とは、ライブ配信サービスの配信者を応 援するため、視聴者が配信者に向けてオンライン上で 課金する(お金を渡す)ことです。

ライブ配信なので配信者、視聴者同士の反応がリア ルタイムでわかります。「配信者や視聴者に自分の存 在を知らせたい」という思いから、視聴するだけ、少 額の課金だけでは気持ちが収まらなくなり、気付くと 高額課金をしていたという相談が寄せられています。 未成年の子どもが保護者のクレジットカード(スマー トフォンやタブレット等の端末に登録している決済方 法)を無断で使用して高額な投げ銭をしてしまったり、 社会人が借金をしてまで投げ銭を続け、返済できなく なるケースがあります。

【消費者へのアドバイス】

- 1.視聴や投げ銭については、自身の経済状態を考慮し、 子どもの視聴は家族(親子)で話し合いながらルー ルを決めるなど、節度ある利用を心がけましょう。
- 2.子どもが視聴する際に、保護者の端末を貸す場合は、 保護者のアカウントが使えない状態にしましょう。 子ども専用の端末を与えている場合は、ペアレンタ ルコントロールを利用し、必要な制限をかけるよう にしましょう。

公共交通空白地区の改善に向けて、実証運行を実施します。ぜひご利用ください。なお、小型車両 による運行のため、満員の際は乗車できませんので、あらかじめご了承ください。

運行経路や時刻表など、運行計画の詳細は、右コードから市ホームページをご確認ください。

○運行期間・区間等

期間/12月2日间~令和7年11月29日出 ※期間は変更となる場合があります。

運行区間/①根岸台7丁目周辺~朝霞駅東口 ②膝折町4丁目周辺~北朝霞駅

運行日/それぞれ週3日 ①火・木・土 ②月・水・金 **運行時間**/午前8時30分頃〜午後7時頃 **運行形態**/定時定路線型

運賃/大人:200円、小児:100円(手帳等提示で障害手帳所持者は半額、特別乗車証所持者は無料) ※朝霞・北朝霞駅で市内循環バスとの乗り継ぎ券発行可能







車両イメージ

|やっぱり冢がいい。|

~家族の心と体が休まる場所を~

住む人が幸せになれる。そんな家や空間をご提供していきたい。



耐震等級3 パッシブデザイン UA値0.34 高気密C値0.5 高気密高断熱・高耐震・高耐久・自然素材



獅子倉工務店 朝霞市溝沼7-4-53 TEL048-461-6823

有限会社





情報BOX

スキルを 活かそう!

朝霞市多文化推進サポーターを大募集

問∕地域づくり支援課 ☎463-2645 ⊠ tiiki_sien@city.asaka.lg.jp **風**463-2294

現在朝霞市には、80を超える国の方が在住しています。多文化共生への理解を深め、大事な地域の一員 である外国人にとってもっと暮らしやすい環境を作るため、新たなサポーターを募集しています。特に、次 の言語に対応できるサポーターを募集していますので、ぜひ、あなたの経験やスキルをお貸しください!他 の言語に対応できる方や、文化交流ができる方も募集しておりますので、ぜひ登録をご検討ください。

ネパール語、ミャンマー語、モンゴル語、タイ語、アラビア語など

活動内容

★通訳:市の施設や小・中学校、保育園などで通訳

★翻訳:市や小・中学校などで使用する書類等の翻訳

★文化交流:市や小・中学校などで日本語による外国文化の紹介

登録資格

①18歳以上(高校生を除く)

②外国籍の場合は、在留資格があること

③日本語から外国語、外国語から日本語への通訳・翻訳ができること

④文化交流活動は、日本語が母国語の場合、おおむね2年以上の海外滞在経験があること

お礼

1回の活動につき、1,000円分のクオカード

登録方法

多文化推進サポーター登録申請書を、地域づくり支援課に提出 してください (メール・FAX 可)。申請書は、市ホームページからも ダウンロードできます。



12月3日~9日は障害者週間です



間/障害福祉課 ☎463-1599 麻(463-1025

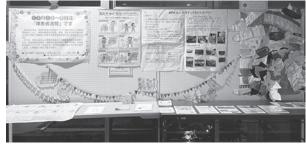
障害者週間は、障害のある方の福祉について国民の関心と理解を深めるとともに、障害のある方が社会、経済、 文化そのほかあらゆる分野の活動に、積極的に参加する意欲を高めるために定められています。

「障害者週間」特別展示のご案内



図書館本館で、障害福祉施設「くれいん」と「ま はろあさか宮戸」の日頃の活動の様子を展示します。

展示期間/12月3日(火)~9日(月)



昨年の展示の様子(図書館北朝霞分館にて展示)

アートにふれて、心をゆたかに

丸沼芸術の森

http://marunuma-artpark.co.jp/

朝霞市上内間木493-1 TELO48-456-2533 「丸沼 | バス停下車徒歩 5 分、朝霞市障害者ふれあいセンターとなり 常設展示はございません。詳細はホームページをご覧くださいませ。

協力:株式会計丸沼倉庫

ハウスクリーニング・エアコンクリーニング専門店

おうちクリーニングにこにこ



ハウスクリーニング士と家事代行アドバイザー の夫婦が、力を合わせて丁寧にお掃除します!

エアコン/洗濯機/浴室/レンジフード/キッチン トイレ/洗面所/玄関/ベランダ/お引越し前後など

今年の大掃除は私たちにお任せください! ⇒





朝霞市三原3-4-37 090-7013-2707 年中無休 8時~19時 お見積り無料



(多) 日本手話情報コーナー No.99

問/障害福祉課 ☎463-1599 風463-1025

ある



斧︎芳の≩のひらを笐にし、 指先をやや斜め上に向けて デ 下ろします。





前に向けた両手のひらを、 同時に内向きにひねります。





当てます。

がし



| 大き | から | にぎ | はな | 大き | がと き | ゆび | はら | 大方の手を軽く握り、鼻に | 片方の手の人差し指の腹を 親指ではじきます。

定りない



片方の手のひらをもう片方 の人差し指で、手前に2回 はらいます。

YouTube 『朝霞社協公式チャンネル』で手話動画を掲載しています ※動画の日本語訳文(例)は社協ホームページにて掲載しています



YouTube



社協ホームページ

わたしたちができること ~障害者差別解消法~

間/障害福祉課 ☎463-1599

No.89 ~ 合理的配慮の具体例 (聴覚 障害) ~



【障害のある方からの申し出】 分からない。



(自し出への対応 (合理的配慮の提供) 例】 のうじょう 通常は、診察室から次の受診者の名前を呼んでいる が、特合室の座席まで呼びに行くようにした。



こうりてきはいりょ こべつ ばめん おう こと 合理的配慮は、個別の場面に応じて異なります。

じょうき れいいがい 上記の例以外であっても、合理的配慮に該当するものがあることに留意しましょう。



しゅってん しょうがいしゃ さべつがいしょう む りがいそくしん 出 典: 障 害者の差別解 消に向けた理解促進のためのポータルサイト

朝霞市産業文化センターで 無料相談会開催!



無料相談会の日時は電話 かHPでご確認ください⇒ ■

2048-486-4811 アレンジライフ行政書士事務所 行政書士 正木隆雄 朝霞市西原2丁目8番10-406号

埼玉県都市ボートレース企業団からのお知らせ

競艇開催日/12月1日(日)~4日(水) 12月13日 金~16日 月 12月28日出~31日以

会場/戸田ボートレース場 ※朝霞市は埼玉県都市ボートレース企業団に加盟して おり、企業団からの配分金をさまざまな事業に活用し ています。

間/埼玉県都市ボートレース企業団

2048-823-8711

https://www.boatrace-toda.jp/

情報BOX募集ご案内能・離

|12月4日(水)~|2月|0日(火)は「人権週間」です!

問/人権庶務課 ☎463-1738

国では、毎年12月4日から10日までの1週間を「人権週間」(県では「人権尊重社会をめざす県民運動強調週間」)と定めています。人権とは、私たち一人ひとりが、かけがえのないひとりの人間として尊重され、幸せに生きる権利です。しかし、現実には差別を受け、悩み苦しんでいる人々がいます。皆さんもいま一度、人権問題について考えてみてください。詳しくは、法務省ホームページをご確認ください。



私たちの身近な人権問題

同和問題 (部落差別)

日本社会の歴史的過程で形作られた身分差別に由来するもので、今なお、日常生活の上でいろいろな差別を受けるなど、我が国固有の人権問題です。平成28年12月には「部落差別の解消の推進に関する法律(部落差別解消推進法)」が施行されました。これは「部落差別は許されない」という理念を示し、国や自治体に相談体制の充実や教育・啓発の実施を求めるものです。また令和4年7月には「埼玉県部落差別の解消の推進に関する条例」が施行されました。

近年では、インターネット上での人権侵害が問題となっており、誹謗中傷被害を防止することを目的に、令和6年5月に情報流通プラットフォーム対処法が可決・成立しました。私たち一人ひとりが部落差別を正しく理解して、思いやりの気持ちを持つとともに、差別を許さないという強い意志を示すことが大切です。

LGBTQ(性的マイノリティ)

LGBTQ の方の多くは、周囲からの差別や偏見を恐れ、当事者であることを隠し生活されており、見えないマイノリティと言われています。埼玉県では令和4年7月に「埼玉県性の多様性を尊重した社会づくり条例」を施行し、性的指向または性自認を理由とする不当な差別的取り扱いや、アウティング(性のあり方を本人の同意なく第三者に暴露すること)の禁止、カミングアウト(自身の性のあり方を自覚し、誰かに開示すること)を強制してはならないことなどが明記されています。また、市では、令和5年4月よりパートナーシップ・ファミリーシップ制度を実施しています。性的指向や性自認を理由とする差別や偏見をなくし、すべての人が自分らしく暮らせる社会を築くため、正しい知識を持ち、理解を深めていくことが大切です。

子どもの人権

子どもは、誰もが生まれながらに「生きる権利、育つ権利、守られる権利、参加する権利」など、さまざまな権利を持っています。平成元年に「子どもの権利条約(児童の権利に関する条約)」が国連総会にて全会一致で採択され、平成6年に日本政府も批准しました。その後、令和4年6月、条約の精神に沿った子ども政策の推進が明記

された「こども基本法」が成立し、令和5年4月に施行されました。子どもの権利のために、子どもにとって一番よいことを第一に考えようという社会の実現へ、私たちの理解を推進することが求められています。朝霞市では、『こども・ほっとそうだん』を令和6年6月に開設しました。学校や家族、友達にも言えない子どもの悩みや声を聴き、子どもの権利を守ります。詳しくは、右コードをご確認ください。



☆人権相談をご利用ください☆

皆さんの毎日の生活の中で、偏見、差別、いじめ等に思い悩んだりすることがあったら相談してください。毎月第一月曜日の午後1時~4時に、市役所1階の市民相談室で人権相談を実施しています。

また、電話等による相談も随時受け付けています。(祝日や年末年始は日時・場所を変更します)

ご受章おめでとうございます!

令和6年11月3日付けで、「令和6年秋の叙勲」等が発令され、朝霞市の方が多数、受章されました。叙 勲等の内容については、右コードから内閣府ホームページをご確認ください。

秋の褒章 ●藍綬褒章 (児童福祉功績)

rsusape 寺嶋深雪さん(61歳)

現 みつばすみれ学園施設長

●藍綬褒章 (人権擁護功績)

要害映子さん(72歳)

現 人権擁護委員

秋の叙勲 ●瑞宝単光章 (統計調査功労)

田中妙子さん(77歳)

元 各種統計調査員





••• 記載のないものは、対象/どなたでも 費用/無料、申込方法/事前申込不要



四四 あさか朝市

問/産業振興課 ☎463-1903

日時/12月1日(日) 午前7時~9時 ※雨天中止

会場/花の池テラス(市役所正面広場)

内容/インテリア雑貨、軽食、野菜など



園庭開放

り(いっしょにあそぼう保育園で)

問/保育課 ☎463-2939

未就園児も自由に遊べるよう園庭を開放しています。

日時/12月3日W·12日休

午前9時30分~11時30分 ※雨天中止

会場/各公設保育園(北朝霞保育園分園は除く)



さくらんぼのイベント

会場・
申・問
/子育て支援センター
「さくらんぼ」 **450-7708**

ピースのお部屋 日程/12月17日以 対象/生後2か月 定員/6組

|タッチのお部屋| **日程**/12月 18日例| 対象/生後5か月 定員/6組

ハニーのお部屋 日程/12月19日(休) 対象/生後8か月 定員/6組

共通事項 時間/午前9時30分~10時30分 申込方法/12月3日似から電話で(先着順)



児童館に遊びに行こう! 【12月の各館のおすすめ事業】

問/各児童館

各児童館でさまざまな事業を実施します。ぜひ、皆さん遊びに来てください♪ ※詳しい日程や参加方法などは、各館のおたより、朝霞市社会福祉協議会 ホームページ等をご確認ください。





公式X

児童館	開催日	事業名	内容
はまさき児童館 ☎486-2477	12月8日(日)	はま DE パパタイム	パパとお子さんで親子体操などをしてリフレッシュしませんか? ※未就学児とその父親対象
きたはら児童館 ☎471-7140	12月8日(日)	きたはらクリスマス会	巨大あみだくじやビンゴ、クリスマス工作など楽しいイ ベントが盛りだくさん♪みんなで楽しもう♪
みぞぬま児童館 ☎ 450-0858	12月19日休~ 21日出	クリスマス3days	クリスマスにちなんだゲームや工作、フォトスポットな どの企画がたくさん!みんなで楽しもう♪
ねぎしだい児童館 ☎450-1815	12月15日(日)	ねぎしDEクリスマス	クリスマスコンサートでもり上がりましょう!クリスマ ス気分になれるミニゲームもあるよ♪
ひざおり児童館 ☎458-6969	12月15日(日)	ひざおりクリスマス会	ゲームや工作、バルーンアートなどクリスマスにちなん だ楽しい企画を用意しています!
ほんちょう児童館 ☎ 487-8582	12月14日出	第6回クリスマス ビンゴ大会	クリスマスビンゴ大会を開催します。素敵な景品も用意 しているよ! ※中高生世代対象

👺 朝霞市農業体験事業 あさか冬野菜収穫体験

問/産業振興課 ☎463-1904

日時/令和7年1月25日出 第1部:午前10時~ 第2部:午前11時~ ※雨天の場合、2月1日出に延期

内容/だいこん・小松菜の収穫体験 会場/根岸台地内

対象/市内在住で、会場まで徒歩・自転車・バス等で参加できる方(子どもだけの申し込み・参加はできません)

定員/各20組(申込多数の場合、抽せん) **費用**/1回500円(だいこん2本・小松菜約1束分)※1組3回まで

申込方法/12月5日休【必着】までに、電子申請またははがきで。はがきの場合、

参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、住所、電話番号、申込口数、希望時間を記入し、

産業振興課「冬野菜収穫体験」係へ郵送(住所は最終ページ下部に記載)

※申し込みは1組1回のみとし、申込後の変更はできません。



第18回 みんな集合!音楽で一日楽しく遊ぼう!

申・問/特定非営利活動法人メイあさかセンター ☎468-6972

会場/ゆめぱれす(市民会館) 1階リハーサル室 **日時**/12月15日(日) 午後1時30分~3時30分

内容/障害児・者も、みんなで意見を出し合って楽しい編成にしてあります。オープニング演奏も障害児・者が元気いっ ぱいに。埼玉県南西部消防音楽隊の演奏でさらに元気で楽しい会場になります。

対象/年齢も障害の有無も超えてどなたでもご一緒に 定員/150人 参加費/無料

情報BOX

•••• 記載のないものは、対象/どなたでも 費用/無料、申込方法/事前申込不要

労働・社会保険・年金等に関する

無料相談会

申・問/埼玉県社会保険労務士会あさか支部 金田 2042-477-3243

日時/12月8日(日)、令和7年1月12日(日)、

2月23日(日・祝)、3月9日(日) 午後1時~4時

会場/産業文化センター

内容/労働・社会保険・年金・成年後見など、社会保険 労務士が無料で相談に応じます。

申込方法/事前予約不要。お気軽に会場へお越しくださ

社会保険労務士による 労働·社会保険相談窓口

申・問/産業振興課 ☎463-1903

日時/毎月第3土曜日 午後1時~4時 ※1人1時間まで

会場/産業文化センター

対象/市内在住・在勤者、市内事業者

相談内容/職場トラブル・労働条件など

申込方法/電話で



障害のある方のための土曜相談

申・問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2400 風486-2418 ☑ soudan@asaka-shakyo.or.jp

日時/12月21日出 午前9時~午後5時

会場/はあとぴあ障害者相談支援センター

内容/障害福祉サービスや日常生活、お仕事のことなど

申込方法/電話・FAX・メールで(事前予約制)





介護予防体操講座&介護相談会

| 申・問/地域包括支援センター朝光苑 ☎450-0855 風450-0966 🖂 chiikihoukatu@choukouen.com

腰や膝に負担をかけずに日常生活を送れるような動作・体操を専門職から学びます。体操後、介護相談会も開催しま す。

日時/令和7年1月14日(以) 午前10時~11時30分 **会場**/栄町市民センター 1階ホール

講師/TMGあさか医療センターリハビリテーション部作業療法士 北村啓太さん

対象/市内在住のおおむね65歳以上の方 定員/35人(事前申込制・先着順) **持ち物**/タオル、飲み物

申込方法/12月2日月から電話・FAX・メールで

令和6年度あさか安と男セミナー「十人十色 ~自分軸で生きられる

社会に~|

申・問/それいゆぷらざ(女性センター)

③令和7年2月5日的~18日例

会場/①②中央公民館・コミュニティセンター 集会室 ③YouTube による動画配信

日時/①令和7年1月19日(日) 午後2時~4時 ②令和7年1月29日(水) 午後2時~4時

定員/1240人(先着順) 3なし

テーマ・講師/①多様な性について考えてみよう 中島 潤さん,

② α 世代に必要な性の知識~みんなで性教育を考えよう~ 高橋佐和子さん

③男性の生きづらさと男女共同参画 福島充人さん

申込方法/12月5日休 午前9時から電話・窓口・市ホームページの申込フォームで

※定員になり次第終了。電話・窓口は、月曜日を除く午前9時~午後5時

保育/500円 (予定・①②の各回5人まで・先着順) ※1歳以上の未就学児対象





市民活動パネル展・消費生活パネル展

- 同/市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☆463-1417(市民活動パネル展) 地域づくり支援課 ☎463-2648 (消費生活パネル展)

市民活動団体の日頃の活動や消費生活に関するさまざまな悪質商法等の事例を紹介する啓発パネルの展示、啓発資料 等を配布します。

日程・会場/12月4日欧~25日欧・市役所1階 市民ホール

12月27日 金令和7年1月7日 以・わくわくどーむ

令和7年1月9日休~22日休,図書館(本館)

※施設の休館日等は除く

11



•••• 記載催し• 講座 記載のないものは、対象/どなたでも 費用/無料、申込方法/事前申込不要



リサイクルプラザ企画運営協議会 子どもせっけんづくり講座

申・問/リサイクルプラザ ☎486-0222

廃油を利用した固形せっけんづくり講座を開催します。

作り方を覚えて、地球環境に優しい活動をしてみましょう!

日時/12月21日出 午後1時~3時 会場/リサイクルプラザ 3階リサイクル工房

講師/市民活動団体 木瓜の樹のみなさん 対象/市内在住の小学4年生以上 定員/15人(先着順)

持ち物/500ml 牛乳パック (パック内を洗い乾かしたもの)、マスク、タオル

その他/長袖・長ズボン着用 ※安全のため、サンダル履き不可

申込方法/12月1日(日)午前9時から電話または直接リサイクルプラザへ

※木曜日は休所日のため申し込みはできません。



筆で遊ぼう〜小筆で自分の名前を〜

主催・甲・問/NPO 法人あさか市民大学 川池 ☎090-5219-0262 □ lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

日時/12月12日は 午前10時~正午 会場/中央公民館・コミュニティセンター

内容/小筆を使い、自分の名前が書けるように分かりやすく指導します。

講師/筆で遊ぼう会代表 鈴木栄子さん **定員**/20人(先着順) **費用**/500円(資料代他)

持ち物/小筆・すずり(小皿)・文鎮(ペットボトル)・下敷き(新聞紙) **申込方法**/電話またはメールで

☑ 初心者向け スマホ動画のつくり方

主催・会場・匣・問/市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417

スマホ動画アプリの特徴や活用法を学んで、これからの活動に役立ててみませんか!

日時/12月21日出 ①午前10時~ ②午前11時30分~ ③午後1時30分~

④午後3時~ ⑤午後4時30分~ ※個別相談形式、1枠1時間程度(事前予約・先着順)

対象/市民活動をしている方または関心のある方(初心者向け)

持ち物/スマートフォン、筆記用具 申込方法/電話で

三 介護入門的研修兼認定訪問介護員合同養成研修

問/長寿はつらつ課 ☎463-1952 申/株式会社シグマスタッフ埼玉支社 ☎048-871-9931 風048-782-5175

介護に必要な知識や技術を学べる研修です。研修修了者は、生活支援のサービスを提供する3市(朝霞・志木・新座) の介護事業所で「認定訪問介護員」として働くことのできる資格を取得できます。

日時/令和7年1月14日以~17日\ 午前9時30分~午後4時30分 ※初日のみ午前10時~

会場/産業文化センター 2階研修室兼集会室 定員/30人(申込多数の場合、抽せん)

対象/市内在住の18歳以上で全日程に参加でき、介護に興味・関心があるまたは介護職として就労を希望している方

申込期間/12月1日(日)~25日(水)(消印有効)(電話の場合、土・日曜日を除く午前9時30分~午後5時)

申込方法/次のいずれかの方法でお申し込みください。

①右のコードから ②株式会社シグマスタッフ埼玉支社へ電話・FAX・郵送(〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町 1-9-1 三谷ビル 7F)

※申込書は、長寿はつらつ課・内間木支所・各出張所・各公民館・各図書館で配布しています。



認知症家族介護教室~頑張ってる自分に花まる!

心が軽くなるひと時をご一緒に~

申・問/長寿はつらつ課 ☎463-1921

認知症の家族を介護している家族の方、物忘れがあり認知症が心配な家族がいる方。疲れた心が軽くなるひと時を一 緒に分かち合いませんか?

会場/ゆめぱれす(市民会館) **日時**/12月14日出 午後1時~4時 3階会議室(梅)

対象/市内在住の方で認知症の家族の方を介護している方、物忘れがあり認知症が心配な家族がいる方、認知症当事者

内容/1部:新座こだまクリニック・児玉医師のお話 2部:介護家族当事者からの体験談、工夫などのお話 3部:認知症介護家族のつどい「知恵袋」

定員/30人 申込期間/12月2日月~9日月(土・日曜日を除く) 申込方法/電話または窓口

情報BOX 票集 CERN

•••• 記載のないものは、対象/どなたでも 費用/無料、申込方法/事前申込不要

🏜 "住民参加型"在宅福祉サービスあいはぁと事業 新規協力会員向け講習会

申・問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2485 風486-2418 ☐ chiiki@asaka-shakyo.or.jp

困った時はお互いさま!協力会員(ボランティア)が高齢者や障害のある方等の日常生活の中での困りごと(窓拭き 掃除、換気扇掃除など)をお手伝いする地域の支え合い活動を行っています。20代~80代の方が協力会員として活動 しています!話だけでも聞いてみたい方大歓迎です。

日時/12月6日台 午前10時~11時 会場/中央公民館・コミュニティセンター 定員/45人 **申込方法**/電話・FAX・メールで、氏名(ふりがな)・電話番号をお伝えください。

※詳しくは、朝霞市社会福祉協議会ホームページをご確認ください。



● 東洋大学オープン講座

問/東洋大学朝霞事務課 ☎468-6311

2024年春に移転・改組し新しくなった東洋大学朝霞 キャンパスにおいて、「マインドフルネスヨガ」をテー マにオープン講座を行います。

日時/12月13日 金・20日 金 午前10時~11時30分

会場/東洋大学朝霞キャンパス(岡48-1) 体育館

講師/食環境科学部

食環境科学科准教授 高橋珠実

申込方法/右のコードで



大学院生によるサイエンス カフェ 2024

問/東洋大学朝霞事務課 ☎468-6311

大学院生がカフェ形式で、サイエンスに関して分かり やすく&おもしろく解説します。

日時/12月10日以・17日以 午前10時~正午

会場/東洋大学朝霞キャンパス (岡48-1) 2号館 2802・2803 教室

内容/「SLEEP~上質な睡眠を」、「水質問題 フルコース~"極上の水"を提供します」等 **申込方法**/右のコードで



ひとり親家庭の自立促進に向け、就業に必要な技能と知識を習得するためパソコン教室を開催します。

日時/令和7年1月11日出·12日回 午前10時~午後3時

会場/埼玉会館(さいたま市浦和区高砂3-1-4)

対象/ひとり親家庭の父・母または寡婦の方

内容/仕事に役立つエクセル講座(初級・中級編)&就業セミナー

定員/20人(申込多数の場合、抽せん) **費用**/800円(教材費)

保育/未就学児に限りあり(申込時にお申し出ください)

申込方法/12月20日岡【必着】までに、「パソコン教室(第4回)」・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、 メールまたは往復はがき(〒330-0074さいたま市浦和区北浦和5-6-5)で

司法書士による無料法律相談会

問/埼玉司法書士会事務局 ☎048-863-7861 申/総合相談センター ☎048-838-7472

日時/12月5日財・12日財・19日財、令和7年1月9日財・16日財・23日財・30日財、2月13日財・20日財・27 日休 午後1時30分~4時30分

会場/ウェスタ川越(川越市新宿町1-17-17)

相談方法/面談での相談(1組1時間・要予約)

相談内容/相続、遺言、登記、債務整理、成年後見、不動産の名義変更など

申込方法/総合相談センターに電話で

わくわくどーながらのご葉内

会場・問/わくわくどーむ (健康増進センター)

☎472-6000

≪スポーツ教室 第5期(12~1月) 開講中!≫

対象/市内在住・在勤・在学の方(医師から運動を禁止されている方は申し込みできません) 参加希望の方は、お気軽にお問い合わせください。

各種教室の募集概要等は、わくわくどーむホームページをご確認ください。



≪わくわくどーむ12月の休館日≫ 12月2日月・9日月・16日月・23日月

※年末年始は、12月30日月~令和7年1月2日休がお休みです。12~2月は毎週月曜日、3~11月(8月は除く) は毎月第1月曜日がお休みです。(祝日の場合は、翌営業日が休館日)