

回覧 高階南公民館だより



高階地区 人口 53,888人 26,817世帯 令和6年9月1日現在

10月号 No. 519 令和6年10月1日発行 インターネットでもご覧いただけます→

編集・発行 川越市高階南公民館 (受付時間:平日8:30~17:15)

〒350-1143 藤原町23-7 Tel: 245-3581 Fax: 240-1752



パパとママのベビーマッサージ教室

赤ちゃんとのスキンシップの方法を家族みんなで楽しく学びましょう!

【日時】 12月4日(水)・8日(日) 午前10時~11時30分 ※全2回の講座です

【会場】 高階南公民館 2階 講座室

【対象】 生後3ヶ月~8ヶ月の赤ちゃんパパとママ

①12/4: ママと赤ちゃん

②12/8: パパとママと赤ちゃん で受講してください



【定員】 先着8組 【参加費】 無料

【持ち物】 バスタオル・飲み物(親子分)・赤ちゃんのお気に入りのもの(がらがらやぬいぐるみなど)

*食べ物をご遠慮ください

【申込み】 10月30日(水)午前10時から電子申請にて受け付けます。

右の二次元バーコードからお申込みください。

※電子申請をご利用になれない方は公民館までお問合せください。

お申込みはこちら



高階地区歴史講座

新河岸川舟運が支えた 2つのしょくの世界

~高階地域に目を向けながら川越と江戸・東京の関係を紐解く~

①12/6(金) 川越地方の“織”機文化を支えた新河岸川
13:30~15:30 ~埼玉の別珍村と日本に名を馳せた高階地区~

②12/13(金) 川越地方の“食”文化を支えた新河岸川
13:30~15:30 ~河岸問屋にはそうめん蔵が。菓子屋横丁の源流は高階の人?~

講師 川越市文化財保護審議会副会長・元高階小教頭 松尾 鉄城 氏

会場 高階南公民館 1階 講堂

対象 市内在住・在勤の18歳以上の方 定員 40名(先着) 参加費 無料

申込み 11月5日(火)午前10時から公民館窓口・電話・ファクスで受け付けます。

ファクスで申し込まれる方は ①講座名(高階地区歴史講座) ②氏名・ふりがな ③住所

④電話番号・ファクス番号 を明記してください。

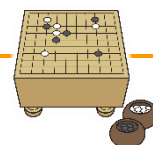


令和6年度 高階南文化祭

主催：高階南文化祭実行委員会 後援：高階南公民館

	時 間	会 場	内 容
10月26日(土) 10:00～16:00	10:00～15:00	玄関	組み木実演・体験コーナー ※1
	10:30～12:00	コミュニティ スペース	バザー ※2
	10:20～11:45	講堂	芸能発表 ※3 (24式太極拳・ハーモニカ・バトントワリング・太極拳)
	13:00～15:00		卓球実演
10月27日(日) 9:00～15:00	9:30～14:00	玄関	組み木実演・体験コーナー ※1
	10:00～15:00	コミュニティ スペース	保健推進員コーナー ※4
	9:15～14:30	講堂	芸能発表 ※3 (リトミック・カラオケ・レクダンス・マジック)
【両日共通】	終 日	コミュニティ スペース	環境サロンコーナー ※5
		会議室2号・ 講座室	作品展示 (七宝焼・組み木・書道・絵画・盆栽・写真 など)
		会議室3号	囲碁・将棋

このほか、1階の廊下壁面に絵画、ガラスケースに行灯や陶芸の作品を展示します



- ※1 悪天候の場合は工芸室で行います。
- ※2 バザー会場の入場整理券は、10:00から事務室前の受付にて配布します。売り切れ次第終了。
- ※3 詳細はプログラムをご覧ください。
- ※4 保健師による血圧測定・健康相談や保健推進員による血管年齢測定など。受付は14:30まで。
- ※5 10:00～11:00・14:00～15:00の2回省エネ相談会を開催。

★駐車場の台数に限りがありますので、徒歩・自転車によるご来館にご協力をお願いします。
併せて、公民館敷地内への自転車・バイク等の乗り入れは危険ですのでご遠慮ください。

「英語リトミック・やんちゃりか」公開講座

♪ 親子でふれあいリトミック ♪



音楽に合わせて体をフリフリ♪「楽しいリトミック」でお部屋を笑顔いっぱいにしましょう！

日時・会場 11月18日(月) 10:00～11:30 高階南公民館 2階 和室

対象・定員 1歳以上の未就園児と保護者 10組(先着)

申込み 11月1日(金)より、下記問い合わせ先へ電話でお申し込みください。

問い合わせ 島村 ☎080-5542-1351



子育てサロン ミルク・くるみ



子育てサロンは、保護者の方と小さなお子さんに開放されたお部屋です。歳の近いお子さんがいる仲間同士、気軽におしゃべりしませんか？

10/25のミルクは

子育て支援センターの職員の方が
親子のふれあい遊びを
教えてくれます。お楽しみに！



	ミルク	くるみ
対 象	0歳と保護者(1歳の誕生日まで参加可)	1歳～未就学児と保護者
日 時	10月25日(金) 10:00～11:30 11月22日(金) 10:00～11:30	♡10月はお休みです♡ 11月8日(金) 10:00～11:30
会 場	高階南公民館 1階 講堂	

※申込み・参加費は不要、途中からの参加や出入りも自由です。

おはなし会

～みんなで、おはなしのくにへいこう～



日 時	10月2日(水)・11月6日(水) 10:00～10:40		
会 場	高階南公民館 1階 会議室1号	参加費/申込み	不要
定 員	7組21名(先着) ※定員に達したときは入場をお断りすることがありますので、予めご了承ください。		

★かんきょうサロン★

光熱費を減らしたい人 情報交換しませんか。

食べ物や生活環境などの情報交換を行うオープンスペースです。

日時 10月17日(木) 10:00～11:30 ◆テーマ「生命力を高める生活～暖身編:布(マイ箸袋づくり)」

11月 7日(木) 13:30～15:00 ◆テーマ「あなたも毎週5gのプラスチックを食べている!？」

※各回の開催時間が異なります。ご注意ください。

会場 高階南公民館 1階 コミュニティスペース 参加費/申込み 不要

持ち物 直近2～3ヶ月分の電気・ガス・水道料金票、10月は裁縫道具と不要な布(最低25cm四方)



パソコン相談室 ～パソコン操作で困ったときは～

パソコン初心者の方のお悩みにお答えします。 ※ウィンドウズOSのみ対象です。

日時 10月3日(木)・19日(土) / 11月7日(木)・16日(土)

【木曜日】 10:00～12:00 【土曜日】 13:00～15:00

会場 高階南公民館 2階 会議室2号 参加費/申込み 不要



*** 仲間になりませんか ***

◆太極拳同好会 楊名時24式太極拳を行っています。

◆活動日時 月3回 月曜日 10:30～12:00 ◆活動場所 高階南公民館

◆対 象 どなたでも歓迎! ◆会 費 入会金 1,000円 会費(月) 1,000円

◆指導者 羽鳥 和子 先生 ◆問合せ 近藤 241-6297

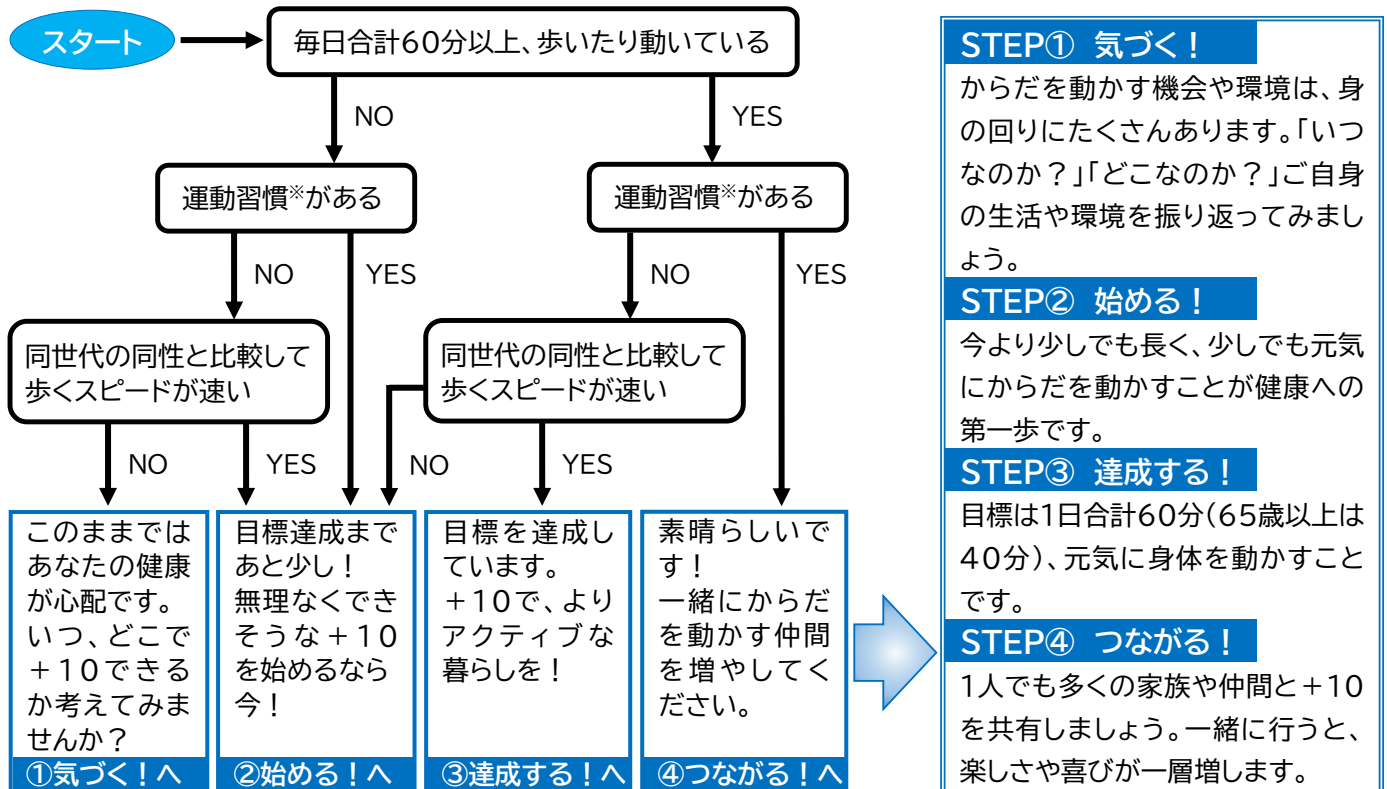


+10（プラス10）から始めよう！

普段から元気なからだを動かすことで、糖尿病、脳卒中、ロコモティブシンドロームなどになるリスクを下げることができます。今より10分多く毎日からだを動かしてみませんか？

～あなたは大丈夫？健康のための身体活動チェック～

【厚生労働省 アクティブガイドより】



※1回30分以上の汗をかく運動を週2回以上、1年以上続けて行っている

公民館からのお知らせ

●公民館施設の予約申込●

- | | | |
|-------------|--------------------|-----------------|
| 12月分抽選予約申込 | 10月 1日(火)～ 25日(金) | 4区分まで申込可 |
| 12月分抽選結果確認 | 10月 27日(日)～ 31日(木) | |
| 11月分先着予約申込① | 10月 1日(火)～ 7日(月) | 抽選当選分含め6区分まで申込可 |
| 11月分先着予約申込② | 10月 8日(火)～ | 区分制限なし |

「公共施設予約システム」の利用時間は、午前4時から午前2時までです。

ただし、先着予約申込①の初日のみ、午前9時からとなります。

●10月の休館日● ※館内整理日は全館清掃のため休館となります

14日(月) スポーツの日 30日(水) 館内整理日

