

川鶴公民館だより

令和7. 8. 25
第 371 号

〒350-1176 川越市川鶴 2-8-3 TEL 233-9306 FAX 239-1088

川鶴地区の人口と世帯数《令和7年8月1日現在》() 前月比			
男(人)	女(人)	人口(人)	世帯数(世帯)
2,676 (+4)	2,843 (+1)	5,519 (+5)	2,643 (+2)



H P で も
ご 覧 い た だ
け ます。



令和7年度 川鶴公民館 子育てサロン

にこにこ子育て教室 9月18日(木)



「離乳食とこどもの歯の健康」

講師：母子保健課職員 共催：川鶴地区社会福祉協議会

- 【時 間】午前10時～11時30分
【会 場】川鶴公民館2階 和室・保育室
【持ち物】飲み物等
【対 象】0～4歳の乳幼児と保護者
(きょうだいの参加もOK！)
【問合せ】川鶴公民館(233-9306)



川鶴地域推進会議 主催

地域交流サロン「みんなの家」

地域交流サロン「みんなの家」は、地域の皆さんの交流の場として、原則として毎月第2・第4月曜日に開催しています。9月の開催予定日は次のとおりです。

皆さまのご参加をお待ちしています。(青空市場も同時開催)

9月8日(月)・22日(月)

時間：午前9時30分～12時

会場：川鶴公民館 1階 図書コーナー

【問合せ】川鶴公民館(233-9306)

令和7年度 川鶴地区文化祭開催のお知らせ



出展・出演募集要項

【日時】 令和7年10月25日(土) 午前10時～午後3時

10月26日(日) 午前10時～午後3時

※開催時間は、「出展・出演」の申込状況により変更される場合があります。

【会場】 川鶴公民館

【出展・出演資格】 原則として川鶴地区内に在住・在勤の方、又は川鶴公民館ご利用の方

【出展・出演種目】

絵画 日本画 洋画 アニメ 漫画等 (日本画・洋画は原則として額縁の付いたもの)

手工芸 陶芸 七宝焼 編物 はり絵 木彫り 押し花アート 組木 パンプラワー等

(各辺50cm程度の立方体に収まるもの)

書 (展示できる状態のもので、半切の条幅以上、仮表装以上)

写真 (原則として4つ切り以上額縁付のもの、パネルでも可。規格外はご相談ください)

生け花・盆栽・山野草

俳句・短歌・川柳 (俳句・短歌は短冊で5枚以内、色紙は2枚以内)

芸能部門の発表 コーラス 舞踊 太極拳 民謡等

(出演希望日時が他グループと重なる場合は、ご希望に添えないことがあります)

その他 お茶席等

【出展・出演の申込み】

出展・出演の申込書は、川鶴公民館にありますので、必要事項を記入し8月25日(月)～9月16日(火)の間に、川鶴公民館(平日:午前9時～午後5時)に直接ご提出ください。

【出展作品の搬入・搬出の期日と時間について】

搬入 10月24日(金) 午前11時00分～11時30分

搬出 10月26日(日) 午後3時15分～4時00分

(出展者は公民館での搬入・搬出時間を厳守してください)

【お願い事項】

1. 展示方法については、川鶴地区文化祭実行委員会に一任させていただきます。
2. 出展品は、き損の恐れのない状態でご提出してください。
3. 作品に関する説明は、出展者で実施くださるようお願いいたします。
4. 出展、出演される団体・グループは、会場設営・片づけの協力者2名の選出をお願いいたします。
5. “拡大実行委員会の開催”:10月8日(水)午後1時30分～3時00分
上記の通り、開催いたしますので、団体・グループ代表者・協力者はご出席願います。

【問合せ先】 文化祭に関するお問い合わせは、川鶴公民館へお願いします。(☎049-233-9306)

主催:川鶴地区文化祭実行委員会 後援:川越市川鶴公民館

「陶芸教室」、「木工教室」及び「夏休み宿題大作戦」を開催

毎年恒例の「陶芸教室」(7月23日、8月8日、20日)、「木工教室」(8月7日)及び「夏休み宿題大作戦」(7月29日、30日、8月5日、6日)の3講座が川鶴公民館で開催されました。

霞ヶ関西公民館共催の「陶芸教室」と「木工教室」は、抽選になるほど人気が高く、陶芸グループの皆さんや川越高等技術専門校の先生等の指導の下、参加した子どもたちは思い思いに作品づくりを楽しんでいました。中には、陶芸グループに参加したいというほど、陶芸に興味を持った児童もいました。

また、川鶴地域推進会議主催の「夏休み宿題大作戦」には、4日間で延べ77人の参加があり、地域のボランティアの方や、川越市少年の船・翼修了者の会ミストラルの皆さんの指導を受けながら、各自持ち寄った夏休みの宿題や自主学習に取り組んでいました。



「陶芸教室」

「木工教室」

「夏休み宿題大作戦」

《会 員 募 集》

【団 体 名】 **かわつる茶友会 (同好会)**

【活動内容】 裏千家茶道 【募集対象】 老若男女 2名

【活動日時】 毎月第1・第3火曜日 午前9時00分～12時

【活動場所】 川鶴公民館

【費 用】 入会費1,000円 会費1,500円/月

【指 導 者】 大久保 宗豊 ・ 野本 宗貞

【連絡先】 川鶴公民館 電話049-233-9306



『保健推進員だより』

「野菜を1日350g以上食べよう！」

みなさんは毎日どのくらいの野菜を食べていますか。

野菜の摂取は体重コントロールや高血圧等の循環器疾患、2型糖尿病の予防に効果があると言われています。

1日350g以上の野菜を食べることで、カリウム、ビタミンC、食物繊維等の適量摂取ができます。1日350g以上を目標に野菜を食べましょう！

【野菜を350g以上食べるには】

小鉢（1皿約70g）の野菜料理を5皿食べるとおおよそ350gです。まずはいつもの食事にプラス1皿から始めてみましょう。

1食分の野菜量の目安は両手1杯分です。

加熱すると片手のひら1杯分までかさが減り、食べやすくなるのでおすすめです。

また、冷凍野菜やカット野菜を利用すると手軽に野菜をとることができます。

川越市では「お手軽野菜レシピ」をホームページに掲載しています。公民館や総合保健センターなどでは紙での配布もしておりますのでぜひご活用ください。



川越市ホームページ
「お手軽野菜レシピ」
動画を掲載中！



© 川越市2010

川越市保健推進員協議会川鶴支会
(川越市健康づくり支援課)

◎公共施設予約システムのお知らせ（9月分）◎



- 9月分 先着申込み（制限なし） ⇒受付中
10月分 先着申込み（6コマまで）⇒9/1（月）から9/7（日）まで
先着申込み（制限なし） ⇒9/8（月）から
11月分 抽選申込み（4コマまで）⇒9/1（月）から9/25（木）まで
＊11月分の抽選結果の確認は、9月27日（土）以降にお願いします。

★川鶴公民館9月・10月の休館日★

9月：15日（月）敬老の日、23日（火）秋分の日
30日（火）館内整理日
10月：13日（月）スポーツの日、31日（金）館内整理日

