

# 名細公民館だより



令和7年8月号



←公民館だよりは市HPでも確認できます！



発行・編集：名細公民館（名細市民センター内）

〒350-0811 川越市小堤 662-1

Tel.231-0001 fax239-1166

《公民館窓口受付時間》

月～金 午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日除く）

回覧

名細地区の人口	令和7年7月1日現在
男性 15,106人	全体 29,962人
女性 14,856人	世帯 14,328世帯

## 名細公民館をご利用の皆様へ

～施設の利用申し込みについて～

### 抽選予約

10月分の公民館の抽選申込受付は8月1日（金）～25日（月）です。

抽選結果発表日 8月27日（水）

### 先着予約

9月分の先着予約申込日

先着予約①（合計6コマまで）8月1日（金）～8月7日（木）です。

先着予約②（合計7コマ以上）8月8日（金）からです。

### 8月の休館日

☆11日（月） 山の日

☆29日（金） 館内整理日



## ～名細公民館は「川越ひと涼み処」です～

川越市では熱中症予防と家庭での省エネルギーの推進を目的に、夏の期間、一部の公共施設を暑さをしのぎ涼しく休憩できる「川越ひと涼み処」として開放します。

名細公民館では、1階ロビー多目的室前に椅子を設置しています。お散歩の途中や買い物の帰りなどにお立ち寄りいただき、熱中症を予防しましょう！

## 子育てサロン

～家族みんなのおしゃべりルーム～

お子さんのいるご家族同士で楽しくおしゃべりしませんか？  
はじめての方も大歓迎！ボランティアスタッフがサポートします。

日時 8月26日（火）

午前10時～11時半（時間内は出入り自由）

会場 1階プレイルーム

対象 0歳～就学前の幼児と保護者

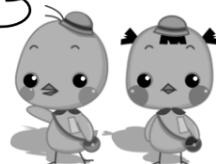
参加費 無料 内容 子育ての情報交換、親子の自由遊びなど

申込み 不要 当日直接会場へ

問合せ 名細公民館



きてね～☆



## 名細公民館文化まつい(10月19日)で 合奏しませんか

昔、小学校の授業で吹いたハーモニカ・・・  
皆でステージの上で、一緒に演奏しませんか？  
音楽を通じて、地域の絆を深めましょう！！  
今年は見ただけじゃなく参加してみたい！  
\そんなあなたに！/

## 懐かしの音色をもう一度！ ハーモニカ合奏会(練習)

文化まついのハーモニカステージでのメンバーを募集します！練習会ではドレミの吹き方から、ゆっくり丁寧にお教えします！！どなたでもぜひ一緒に演奏しましょう！！初心者大歓迎！！

日時 8月22日（金） 9月26日（金） 午前9時半～正午

場所 名細市民センター

対象 ハーモニカをお持ちの方（お持ちでない方は、ご相談ください）

講師 名細ハーモニカクラブ 小林氏 竹田氏

申込み 名細公民館窓口または電話（Tel.049-231-0001）

主催 名細地区文化クラブ協会（実行委員会）

連絡先 五貝（文化クラブ協会実行委員長） Tel.090-2933-7269



# 名細地区文化クラブ協会通信

今年も10月18日(土)・19日(日)に第42回名細公民館文化まつりを開催予定です☆展示作品の構成や舞台発表の練習に段々と熱が入る今日この頃… 😞

✨ みんなで踊ろう！かがやき音頭の講習会を行いました！！ ✨

## 講習会の様子



25名の参加者が集まり先生の元気な掛け声に合わせて、はつらつとした雰囲気の中とても楽しく踊りました。振り付けはとても簡単で皆さんすぐ習得し、参加者全員が輪になって踊る姿はとても素敵でした 😊

当日(10月19日)は、飛び入り参加も大歓迎です!!文化まつりへご参加の際には、ぜひ皆さんも一緒に踊りましょう 🎵 ステージで踊るといふ貴重な体験は、忘れられない思い出となることでしょう!皆様のご参加を心よりお待ちしております 🙌

# 参加してみませんか ☆

名細古典文学の会 公開講座

## < 源氏物語のからくり >



「源氏物語」の若紫巻を取り上げてその仕掛を探ります!!ぜひお越しください♪

日時 9月19日(金) 午前9時半～11時40分  
対象 どなたでも 講師 藤田 一尊 氏(大東文化大学講師)  
参加費 無料 会場 1階多目的室  
申込み 不要 直接会場へ 問合せ 山本 Tel049-232-7607  
主催 名細古典文学の会(名細公民館登録グループ)

太極拳倶楽部 公開講座

## < 太極拳講座 >

いつでも会員募集中です!!是非太極拳の世界に触れてみませんか?

日時 9月3日(水) 午前10時～11時半  
対象 どなたでも 講師 齊藤 保子 氏  
参加費 無料 会場 1階多目的室  
申込み・問合せ 大石 Tel090-3503-0478  
主催 太極拳倶楽部(名細公民館登録グループ)



## かわごえ体力測定会

『日頃の運動の成果を確認したい!』『体力にあまり自身がない…』という方におすすめ!!  
専門職(保健師・管理栄養士・歯科衛生士・リハビリテーション専門職など)からのアドバイスを聞くことができます。お気軽にご参加ください♪

日時 9月11日(木) 午後2時～3時 対象 市内在住の60歳以上の方  
会場 川越西文化会館(メルト)2階 第1・2会議室、研修室  
持ち物 水分、汗拭きタオル  
参加費 無料 申込み 不要  
主催 健康づくり支援課 地域保健担当 Tel049-229-4120



川越市保健推進員協議会名細支会  
健康づくり支援課

## 保健推進員コーナー

～健(検)診を受け、生活習慣病の早期発見や予防をしましょう～

健(検)診を受けることは、ご自身の身体の変化を知るきっかけとなります。川越市の死因の上位であるがん、心疾患、脳血管疾患による死亡割合は約半数(49.6%)を占めています。これらの疾患の多くは糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病が危険因子とされています。生活習慣病の多くは自覚症状が現れにくいので、気づかぬうちに進行し、気づいた時には重症化していることも少なくありません。

健(検)診を受けることでご自身の健康状態に早く気づき、対策することで、重大な病気を防ぐことにつながります。健(検)診後は結果を確認し、基準値を外れる値が出た場合は生活習慣の見直しを行いましょう。生活習慣病は過食や運動不足、喫煙や飲酒などが発症に影響を及ぼします。検査結果を踏まえて日頃の生活を振り返り、生活習慣の改善に努めましょう。さらに、「要精密検査」や「要治療」の項目がある場合には自覚症状が無くとも医療機関を受診しましょう。

