



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

11月分の公民館の抽選申込受付は8月1日（土）～25日（火）です。

抽選結果発表日 8月27日（木）

先着予約

10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（土）～8月7日（金）です。

先着予約②（合計7コマ以上） 8月8日（土）からです。

8月の休館日

☆ **11日(火) 山の日**

☆ **31日(月) 館内整理日**

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ませんか♪ ボランティアスタッフがサポートします！

日時 8月25日（火）
午前10時～11時30分（時間内は出入り自由）

会場 1階プレイルーム

対象 0歳～就学前の幼児と家族 参加費 無料

内容 親子の自由遊び、子育ての情報交換など

申込み 不要 当日直接会場へ 問い合わせ 名細市民センター

はじめての方、
大歓迎です♪

SMILE KIDS DANCE 公開講座

～夏休み KIDS DANCE ワークショップ～

初めてでもワクワクいっぱいキッズダンス体験会です♪ 学年別のレッスンで同世代のお友だちと一緒に、カッコいいダンスに挑戦しましょう！

日時 8月24日（月）※対象年齢によって時間が異なります。

会場 1階音楽室 定員 対象年齢ごとに各10名（先着） 参加費 500円（リボン代ほか）

対象者 ①4歳～未就学児 午後1時30分～2時30分 講師 小室 由美子 氏
②小学1年生～3年生 午後3時～4時 主催 SMILE KIDS DANCE
③小学4年生～6年生 午後4時30分～5時30分 （名細公民館登録グループ）

申込み・問合せ 小室（080-5453-4371）

令和8年8月号

回覧

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）



名細地区の人口	令和8年7月1日現在
男性15,085人	全体29,901人
女性14,816人	世帯14,505世帯

名細古典文学の会公開講座

～説話の中の清少納言～

「枕草子」の作者でおなじみの清少納言。説話集に収められた逸話では、史実の姿とは異なった様子が描かれています。今回の講座では、そうした特徴ある逸話を紹介していきます。ご興味のある方も、古典文学になじみのない方も、清少納言の新しい一面にふれてみませんか？



日時 9月25日（金） 午前9時30分～11時40分

会場 1階多目的室

定員 なし

参加費 なし

問合せ 山本（049-232-7607）

講師 藤田 一尊 氏（大東文化大学講師）

対象 どなたでも

申込み 不要 当日直接会場へ

主催 名細古典文学の会（名細公民館登録グループ）

保健推進員コーナー

川越市保健推進員協議会名細支会
健康づくり支援課



喫煙と歯周病の関係

～身体とお口の健康を守るために～



「歯みがきをしっかりしているのに、歯ぐきの調子がなかなか良くならない」そんな悩みをお持ちではありませんか？実は、その原因の一つに「喫煙」が隠れているかもしれません。

喫煙者は非喫煙者に比べ、歯周病にかかりやすく、また症状が悪化しやすいことが多くの研究で明らかになっています。さらに、喫煙は歯周病治療の効果を大きく下げてしまいます。歯周病治療の基本は「歯みがき」と「歯石除去」ですが、喫煙習慣があると、これらの処置をしても十分な改善が期待できません。

厚生労働省でも、喫煙は歯周病の予防や治療を妨げる大きな要因であると指摘しており、喫煙者の歯周病治療には「禁煙」が不可欠であるとしています。

禁煙を始めると、歯肉の血流が改善し、免疫や細胞の働きが高まります。その結果、歯周病のリスクが低下し、治療の効果も格段に上がりやすくなります。歯周病がある程度進行してしまった場合でも、禁煙は非常に有効です。禁煙を始めると「遅すぎる」ことはありません。

人生100年時代、いつまでも自分の歯でおいしく食事を楽しむために、身体とお口の健康を守る第一歩として、今日から禁煙にチャレンジしてみませんか？