



山田公民館だより

令和7(2025)年1月号 No.271



山田公民館 〒350-0822 川越市山田161-7 TEL 224-4194/FAX 229-1212

Eメール yamada-cc★city.kawagoe.lg.jp

(メールをお送りの際は★を@に変えてください)

【山田地区の統計】人口 11,806 人(男 5,922 人、女 5,884 人) 世帯数 5,164 世帯

令和6(2024)年12月1日現在

こども達の見守り活動のご紹介!!

— 山田公民館からのお知らせ —

1 こども達の登下校の見守り

① 交差点や横断歩道などで見守り(立哨活動)を行っている皆様

- ・保護者、PTA、育成会の皆様
- ・スクールガード・リーダー様(地域学校安全指導員)
- ・各自治会の皆様
- ・山田地区子どもサポート委員会の皆様
- ・青少年を育てる山田地区会議の皆様
- ・山田小・中学校応援団の皆様
- ・上記以外の団体や個人のボランティアの皆様



② 防犯パトロール

山田地域安全推進連絡会では、青色回転灯をつけた車両や広報車による防犯パトロールを、こども達の下校時刻に合わせて行っています。(年間23回)

③ 通学路の点検、改善

交通安全協会山田支部では、山田支会と協力して通学路を点検し、市への改善要望を行っています。今年度は、54件の改善要望を提出し、30件が受理改善方向です。

④ こども110番の家

青少年を育てる山田地区会議(青少年地区会議)では、通学路上の個人のお宅や事業所に「こども110番の家」をお願いしています。(山田地区に102軒) ※目印は黄色の看板(プレート)です。

過去3年の間に、こどもが助けを求めて「こども110番の家」に駆けこんだ事案が14件ありました。



こども110番の家
黄色の看板が目印

2 危険箇所への啓発用立て看板(ポスター)の設置

青少年地区会議では、通学路の暗い道や河川周辺などの危険箇所に注意喚起の看板を設置しています。(山田地区36か所)

3 夜間巡回パトロール、街頭補導、相談活動など

山田支会と青少年地区会議では、小・中学校の「春休み」「夏休み」「冬休み」の土・日の夜間に、学校の周辺等の夜間巡回パトロールを実施しています。(年間21回)

また、少年補導員による街頭補導活動、児童委員による相談活動も行われています。

山田地域会議 視察研修会を実施しました

山田地域会議

11月27日(水)、山田地域会議メンバーと事務局職員の総勢14名で、三芳町にある三富今昔村や農業センター等を訪問し、里山の再生と保全の取組等の施策に関する視察を行いました。美しい田園風景を維持するためには、地域住民の絶えまない努力が必要であることを確認しました。また、「農地・農業」の営みには、さまざまな可能性があり、今後も維持・継承されていかねばならないことを再認識しました。



令和6年度山田セミナー 楽しんでいただきました

山田公民館

『日々の生活の充実を求めて!』をテーマに10月2日から60歳以上の方を対象に山田セミナー(全5回)を開催しました。第1回の「知って得するシニアの住まい選び」の講座に始まり、「太極拳」「孫育て」「薬の飲み方&栄養の取り方」「夢かなう青いバラを折ろう」という楽しい講座に18名の方が参加されました。「楽しいセミナーでした」や「難しかったけどチャレンジしてみました」といった声もありました。



ボランティア研修会を開催しました

山田地区社会福祉協議会

12月14日(土)、山田公民館にて、ボランティア研修会が開催されました。「相続についてののはなし」をテーマに、36名の方が参加しました。

講師の山田地区社会福祉協議会・藤崎副会長が、難しい相続の話を分かりやすく、楽しく、お話しして、皆さん熱心に聞いていました。



山田地区の伝統的な祭り・芸能の紹介

山田公民館

山田地区で行われる祭り(無形民俗文化財)を紹介いたします。
地域で大切に守られてきた伝統の文化財です。

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1月 筒がゆの神事(石田・藤宮神社) | 7月 福田の獅子舞(福田・赤城神社) |
| 4月 石田の獅子舞(石田・藤宮神社) | 上寺山のまんぐり(上寺山・八咫神社) |
| 7月 石田の獅子舞(石田・藤宮神社) | 10月 上寺山の獅子舞(上寺山・八咫神社) |
| | 石田の獅子舞(石田・藤宮神社)(不定期) |

休館日のお知らせ

- 12月29日(日)
～1月3日(金) 年末年始休み
1月13日(月) 成人の日
1月31日(金) 館内整理日
2月11日(火) 建国記念日
2月23日(日) 天皇誕生日
2月24日(月) 振替休日
2月28日(金) 館内整理日
3月20日(木) 春分の日
3月26日(水) 館内整理日

◆利用申し込み◆

- 【1月分】先着予約、コマ数制限なし
【2月分】先着予約
1/1(水)午前9時～、6コマまで予約可
1/8(水)以降、コマ数制限なし
【3月分】抽選受付
1/1(水)～1/26(日)、4コマまで
※予約システムが利用できるのは、窓口で利用登録した団体に限ります。
※抽選結果は1月27日(月)以降に確認できます。

北公民館地域人権講座

北公民館・芳野公民館・山田公民館 共催事業

♪歌&トークユニバーサルデザインのお話し

地域・家庭、日々の生活におもいやりの心を向けて♡

わたしたちの何気ない生活の中にあること・・・ふと、立ち止まってあなたの心で見つめてみましょう。だれもが過ごしやすい、だれでも使うことができる画期的なデザインのおはなし、そして、人々とのおもいやりのおはなしなど、声楽家の先生が「歌とトーク」で素敵に語ってくれます。ぜひお越しください。

【期 日】令和7年2月18日(火)

【時 間】午後2時から午後4時

【会 場】北公民館 1階 会議室

【講 師】声楽家 田中玲子氏

(ピアノ伴奏者 本間礼子氏)

【対 象】市内在住・在勤の18歳以上

【定 員】40人(申し込み多数の場合、抽選)

【参加費】無料

【申込み】令和7年1月6日(月)から28(火)、北公民館へ電子申請・ファクス

《ファクス申込み》①講座名『北公民館地域人権講座』、②氏名、③住所(町名)

④電話番号、⑤ファクス番号を明記し北公民館まで送信してください。

【申込み先 北公民館】

住 所：〒350-0851 川越市氷川町107

電 話：049-222-1400

ファクス 049-229-1210



【声楽家・田中玲子氏(写真右)】



北・ふれあいセンターまつりが開催されました

12月8日(日)、北部地域ふれあいセンターにて、「北・ふれあいセンターまつり」が開催されました。

多くの来場者があり、非常ににぎやかなまつりになりました。



山田民踊クラブ



囃子保存会



ゲームコーナー



キッチンカー

子育てサロン「わんわんキッズ」

《山田公民館・北部地域ふれあいセンター共催》

子育てサロンは、広い和室でお子様を遊ばせながら、交流のできる親子広場です。

保育ボランティア「ちゅーりっぷ」や児童委員、保健推進員のスタッフがお迎えします。たくさんのおもちゃやボールプールで遊ぶことができます。絵本のよみきかせや手あそびもできます。

保護者の方同士で悩みを分かち合ったり、育児のアドバイスをもらったりと様々な交流が図れます。スタッフも気軽に声をかけてくれます。ぜひ、一度お越しください！

- 日 時 1月16日(木) 10:00~11:15
- 場 所 川越市北部地域ふれあいセンター(山田1578-1)
- 定 員 4歳児までの子と保護者 10組(申込不要・入退場自由)
- 協 力 保育ボランティアグループちゅーりっぷ、山田地区民児協、保健推進員
- その他 赤ちゃんをお連れの場合は、バスタオルをお持ちください。

12月のわんわんキッズにサンタさんが来ました！

当日は、8組の参加者があり、プレゼントを受け取って、とても喜んでいました。



保健推進員だより

自分の適正体重を知ろう！

「肥満」が高血圧やメタボリックシンドロームなどの生活習慣病を引き起こすリスクを高めることは広く知られてきました。しかし「痩せ」もまた、骨粗しょう症のリスクを高めるほか、免疫力の低下、卵巣機能の低下を招くなどの悪影響を及ぼすのです。

体重は、太りすぎ・痩せすぎのどちらの場合も健康に悪影響を与えるので注意が必要です。他人の体型と比べるのではなく、自分の標準体重を基準にして健康な状態を目指しましょう！

【STEP1】身長から、自分の適正体重を知る！

$$\text{身長(m)} \times \text{身長(m)} \times 22 = \text{適正体重}$$

(例) 1m60cm の方なら... $1.6 \times 1.6 \times 22 = 56.32\text{kg}$

→56.32kg が適正体重です。

【STEP2】体重と身長から、BMI 値を計算する！

$$\text{体重(kg)} \div (\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}) = \text{BMI 値}$$

(例) 1m60cm で 50kg 方なら... $50 \div (1.6 \times 1.6) = 19.53$

→BMI 値は 19.53 です。

18歳から49歳ではBMI値が25を超えると「肥満」、18.5未満が「痩せ」と定義されています。適正体重を知り、日々の健康づくりに活用してみましょう。

川越市保健推進員協議会山田支会
(川越市健康づくり支援課)