



# 山田公民館だより

## 令和8(2026)年5月号 No.287



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11,782人(男5,922人、女5,860人) 世帯数5,214世帯  
 令和8(2026)年4月1日現在

### 令和8年度の 山田公民館登録グループを紹介します

加入のご希望や、活動内容についての問い合わせは、山田公民館  
 (☎224-4194)までお願いします。山田公民館では、令和8年4月1日  
 現在、以下の団体が登録グループとして活動しています。  
 なお、登録グループは、公民館使用料が5割減免されます。



川越市マスコットキャラクター  
ときも

	団体名称	活動内容	会員数	活動日	会費(円)
1	山田習字クラブ	習字の練習	3	第1・3水曜 9:30~11:30	月額 5,000
2	山田カラオケクラブ	カラオケ練習	11	第2・4水曜日 13:30~15:30	月額 1,000 入会 1,000
3	染色の会 藍夢	草木染の研究	9	土曜日 9:00~15:30	年額 2,000 染会費随時
4	新婦人わかたけ2班	会員相互の親睦	10	ちぎり絵など月1回 (土曜 or 日曜)9:00~12:00	月額 1,000
5	山田民踊クラブ	民踊	13	第1・3火曜 9:00~12:00 第1・3金曜 13:00~15:30	月額 1,000
6	川越山の会 五十雀	山歩き	26	会議 第2木曜 13:00~15:30 山行 月1回	年額 2,000 入会 1,000
7	山田地区ソフトボール 連絡協議会	ソフトボール	144 (8チーム)	随時	チーム 20,000/年
8	川越山田ジュニア バレーボールクラブ	ジュニア バレーボール	19	随時	月額 3,000
9	山田バリエーション	少年野球	36	随時	月額 2,000 入会 1,500
10	RINO☆ADVANCE	ドッジボール	48	随時	月額 2,000



※各自治会から選出された字町公民館長さんに、山田公民館だよりの配布をご協力いただいています。

# 山田地区グラウンドゴルフ大会(個人戦)を開催! <<川越山田スポーツクラブ>>

日程…令和8年6月13日(土)。延期の場合は6月20日(土) 受付時間  
 …午前8時(競技開始は午前8時30分) 終了時間…午後1時頃 会場  
 …山田小学校 参加費…500円(当日受付時に支払い願います) 対象  
 …山田地区在住・在勤の方 定員…先着96人 申し込み…6月1日(月)  
 ~8日(月)に山田公民館☎224-4194(受付時間は午前9時~午後5  
 時まで。土・日曜日は職員不在のため受付不可)



## ~リフレッシュの旅へ~ 筑波山で絶景ハイキング

<<川越山田スポーツクラブ>>

日本百名山の1つ、茨城県の筑波山へハイキングに行き、やさし温泉「ゆりの郷」でリフレッシュしませんか。詳しくは、各自治会で回覧しているチラシをご確認ください。

問い合わせ…山田公民館☎224-4194(受付時間は午前9時~午後5時まで。土・日曜日は職員不在のため受付不可)

### 令和8年度 山田市民センター・山田公民館の職員異動のお知らせ

お世話になりました! 3月31日付で転出しました。

高田俊樹(主事) 国民健康保険課へ

はじめまして! 4月1日付で配属されました。

伊藤亜花里(主事補) 新規採用

今年度のメンバーです。よろしくお祈いします。



川越市マスコットキャラクター  
ときも

坂口純一(所長)、矢島浩子(副所長)、松本和弘(副主幹)、深井英仁(副主幹)、武石理沙(主任)、中林凜輝(主事補)、伊藤亜花里(主事補)

#### ◆公民館の利用申し込み◆

利用月	申込月日	申込方法など
5月・6月	5月	先着、コマ数制限なし
7月	5/1(金) ~5/7(木)	先着、6コマまで予約可 5/1(金)午前9時~開始
	5/8(金)以降	先着、コマ数制限なし
8月	5/1(金) ~5/25(月)	抽選予約申込 4コマまで申込可

※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。

※8月の抽選結果は、5月27日(水)以降に確認できます。

#### 公民館休館日のお知らせ

5月 3日(日) 憲法記念日  
 5月 4日(月) みどりの日  
 5月 5日(火) こどもの日  
 5月 6日(水) 振替休日  
 5月 27日(水) 館内整理日  
 6月 23日(火) 館内整理日  
 7月 20日(月) 海の日  
 7月 31日(金) 館内整理日

集まろう

## 健康マージャン 市社協出前講座



「賭けない・飲まない・吸わない」健康マージャンで楽しみながら脳の活性化と仲間づくりをしませんか。川越市総合福祉センターオアシスの職員が初心者の方にもやさしく丁寧に教えます。

日時…令和8年6月26日(金)午後1時～4時 会場…山田公民館 参加費…無料 対象…どなたでも 定員…先着40人 持ち物…飲み物 申し込み…6月5日(金)までに山田市民センター☎222-0693(受付時間は午前8時30分～午後5時15分まで。土・日曜日、祝日は職員不在のため受付不可)



健康マージャンの  
ルールとマナーに  
についてはこちら



## 北公民館開催講座のご案内

参加希望、興味のある方は北公民館☎222-1400までお尋ねください。

山田公民館・北公民館共催

### はじめての植物画教室

講師は、植物画家・細川留美子(ほそかわるみこ)さん。初心者向けで、絵に自信がない方でも大丈夫です。

日時…令和8年6月18日(木)・19日(金)午前9時30分～午後0時30分 会場…山田公民館 参加費…2,000円(材料費等。5月29日(金)までに北公民館に支払い願います) 対象…市内在住・在勤・在学の18歳以上 定員…12人(抽選)

申し込み…5月15日(金)(必着)までに電子申請または往復ハガキ(往復ハガキの場合は、講座名・氏名・ふりがな・郵便番号・住所・電話番号・年齢を明記)



申し込みはこちら

### ほたる観賞会



日時…令和8年6月13日(土) 午後6時～8時  
会場…北公民館  
対象…どなたでも  
参加費…無料  
申し込み…不要



## 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》

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。たくさんのおもちゃやボールプールで遊んだり、スタッフとも気軽にお話できます。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さまざまな交流をしてみませんか？



日時…令和8年5月21日(木) 午前10時～11時15分  
会場…川越市北部地域ふれあいセンター(山田1578-1。  
65畳の和室。駐車場94台あり)

対象…4歳までの子と保護者(申込不要・入退場自由)

持ち物…バスタオル(赤ちゃんをお連れの場合)

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



令和8年度の予定…7月16日(木)、9月17日(木)、10月15日(木)、  
12月17日(木)、来年2月18日(木)、3月18日(木)

※原則第三木曜日に開催します。6月、8月、11月、1月はお休みです。

問い合わせ…山田公民館 ☎224-4194

今から

## 熱中症予防を始めましょう！

保健推進員だより

《川越市 健康づくり支援課》

これから日中の気温が高くなる日が増えてきますが、からだ暑さに慣れていないため、熱中症がおこりやすくなってしまいます。日常生活の中で汗をかく機会を増やし、からだを暑さに慣れさせましょう。

### ■日常生活でできる暑熱順化(しょねつじゅんか)の方法

暑熱順化とはからだを暑さに慣らして、汗が出やすいからだづくりを行うことです。数日から2週間程度かかるため、暑くなる前から余裕をもって始めましょう。個人の体質、その日の体調・気温・室内環境に合わせて無理のない範囲で行ってください。

- ウォーキング 頻度目安30分 週5回
- 適度な運動 頻度目安30分 週5日～毎日
- 入浴(湯船につかる) 頻度目安 2日に1回

### ■暑さに負けないからだづくりをしましょう(日頃の習慣)

- 水分をこまめにとろう
- 睡眠環境を快適に保とう
- 丈夫なからだをつくろう

