

令和6～7年度 福原公民館 休館日一覧

休館日・・・館内整理日（定期清掃日）・祝日・年末年始			
3月	20日(木)【春分の日】 28日(金)【館内整理日】	10月	13日(月)【スポーツの日】 28日(火)【館内整理日】
4月	23日(水)【館内整理日】 29日(火)【昭和の日】		3日(月)【文化の日】 23日(日)【勤労感謝の日】 24日(月)【振替休日】 26日(水)【館内整理日】
5月	3日(土)【憲法記念日】 4日(日)【みどりの日】 5日(月)【こどもの日】 6日(火)【振替休日】 26日(月)【館内整理日】	11月	24日(水)【館内整理日】 29日(月)～31日(水)【年末休館日】
6月	25日(水)【館内整理日】	12月	1日(木)～3日(土)【年始休館日】 12日(月)【成人の日】 28日(水)【館内整理日】
7月	21日(月)【海の日】 30日(水)【館内整理日】	1月	11日(水)【建国記念の日】 23日(月)【天皇誕生日】 24日(火)【館内整理日】
8月	11日(月)【山の日】 25日(月)【館内整理日】	2月	20日(金)【春分の日】 27日(金)【館内整理日】
9月	15日(月)【敬老の日】 23日(火)【秋分の日】 24日(水)【館内整理日】	3月	

【注意】 その他、祝日法の改正・公民館事業・公民館主催講座等のため
お部屋を使用いただけない場合がありますので、ご了承ください。

子育てサロン「みんなであそぼ」

小さなお子さんがある保護者の方々の悩み事に、ボランティアスタッフから育児のアドバイスをもらったり、様々な交流が図れます。事前の申込みや参加費は必要ありません。

お子さんの飲み物は各自ご用意のうえ、当日、直接会場へお気軽にお越しください。

- 【開催日】 4月10日(木)
- 【時間】 午前10時～11時30分
- 【対象】 0歳～4歳児
- 【会場】 福原公民館 和室

※中止または日程が変更される場合がございます。詳しくは川越市のホームページまたは福原公民館だよりの最新号をご参照ください。

～令和7年度年間スケジュール(予定)～

5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
8(木)	12(木)	10(木)	7(木)	11(木)	9(木)	13(木)	11(木)	15(木)	12(木)	12(木)

回覧

福原公民館だよりの

第606号	令和7年 3月7日 発行	編集・発行 川越市福原公民館
〒350-1151 川越市今福 481-3		TEL 049-242-5005 FAX 049-240-1753
福原地区の人口統計 3月1日 現在		E-mail fukuhara-cc★city.kawagoe.lg.jp
人口・世帯数	20,855人 (男性 10,506人 女性 10,349人)	9,294世帯
前月比	+ 29人 (男性 + 17人 女性 + 12人)	+ 12世帯【令和7年2月1日比較】
前年同月比	- 36人 (男性 - 13人 女性 - 23人)	+ 112世帯【令和6年3月1日比較】

魅力的なキャラクターが公民館ロビーをにぎやかに彩りました ～福原小学校4年生のみなさんの作品を展示～



2月10日(月)から3月3日(月)までの期間、福原小学校の4年生が川越の魅力を見つけて広める活動として、総合学習の際に制作した「川越の魅力キャラクター」を、担任の先生たちが公民館ロビーに展示しました。

4年1組から3組までそれぞれ7班から8班に分かれ、各班が川越の歴史のほか、時の鐘・蔵造り・さつまいも・川越まつりの山車など本市の特色を調べ、それにちなんで考案された魅力的なキャラクターが、ロビー内をにぎやかに彩ってくれました。

各班の成果を評価してもらうためにアンケート用紙が用意されており、公民館利用者など多くの地域の方々が、興味深そうにアンケートに協力をしていました。色々な年代の方から評価を受けることで、子どもたちにとってよい刺激になることでしょう。



保健推進員コーナー

川越市保健推進員協議会福原支会
健康づくり支援課



「3月1日から8日は女性の健康週間です」

女性は初潮から閉経まで毎月の生理で出血をするため、血液中に含まれる鉄分も失われています。また、失われた分を満たす鉄分の摂取が足りないことで「鉄欠乏性貧血（以下、貧血）」を起こしやすいと言われています。日本人の女性、特に20～40代の女性は生理によって、また妊娠中の女性は胎児に栄養や酸素を送るため、より鉄分を消費することから貧血になりやすくなります。そして、閉経後においてもがんや消化器系の疾患などによって貧血となることがあります。

貧血はめまいや立ちくらみのほかにも動悸や息切れ、倦怠感や頭痛、気力の低下、むくみや爪の変形など様々な不調が生じる原因ともなります。

貧血を予防するために、鉄分、亜鉛、ビタミンB12、葉酸などの栄養素をバランスよく食事から摂取しましょう。特に鉄分は普段の食事では十分な摂取が難しいので、意識的に摂取しましょう。具体的には、あさりやしじみなどの貝類、小松菜やほうれん草、赤身肉、鶏卵、レバーなどに多く含まれています。また、鉄分の摂取だけでなく、鉄分の吸収を促進させるビタミンC（オレンジ、レモン、キウイ、ブロッコリー、パプリカなど）やたんぱく質（肉や魚、卵、大豆製品など）を多く含む食品も摂取できるように意識しましょう。

【高齢者のつどい】南文化会館（ジョイフル）にて開催されました！

2月28日（金）の午前中から正午にかけて約270名の方々が参加され、防犯や火災予防・認知症予防などの時事問題について聞いたり、簡単な体操で体をほぐしました。

また、今福囃子連中のお囃子を観覧して有意義な時間を過ごされているようでした。



さいたまチャイルドラインの 取り組みを通じて見えてくるもの

2/1「ひとづくり講座」で太田代表理事が講演

青少年を育てる福原地区会議主催による「人づくり講座」を2月1日、福原公民館で開催し、地区会議理事をはじめ、青少年代表推進員、中学校PTA役員など52人が出席しました。

講師には、特定非営利活動法人さいたまチャイルドライン代表理事の太田久美（ひさみ）氏を招き、「チャイルドラインの活動から見える子どもたちのSOS」をテーマにした講演が行われました。

同団体では、子どもの権利条約の理念に基づき、電話やチャットを通じて子どもたちの「声」を聴き、受け止めることで、子どもがありのまま安心できる心の居場所をつくること、また、受け止めた「声」を社会に発信し、子どもが生きやすい社会を目指して活動しています。

講演当日は、プロジェクターで資料を投影しながら、データから見える不登校やいじめの認知件数など、子どもたちの現状を紹介。また、「心の声を感じ、聴く力を持つこと」が子どものSOSを受け止めることに繋がっているとの信念のもと、子どもたちとの対話の事例を交えながら日ごろの取り組み状況などについて、丁寧に話されていました。



自己紹介される講師の太田久美さん



講師の説明に聞き入る皆さん

青少年育成推進員に変更がある 地区は手続きが必要です

第21期青少年育成推進員の任期は、令和8年3月31日までですが、自治会内の役職の交代などに伴い任期途中で変更が見込まれる地区については、3月18日（火）までに福原公民館へ自治会長さんから「青少年育成推進員変更届兼推薦書」の提出が必要です。

該当地区の関係される皆様のご理解とご協力をお願いします。

実施率 100%

地域の防犯活動の推進及び青少年の健全育成のため、地区会議では夜間の巡回パトロールを実施しています。

今年度はゴールデンウィークやお盆、年末年始を除き、これまでに42回実施され、実施率は100%となっています。

代表推進員・育成推進員の
夜間巡回パトロール