



## 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)診後は…

- 基準値を外れる値が出た場合は、過食や運動不足、喫煙や飲酒など生活習慣を見直しましょう
- 「要精密検査」や「要治療」の項目がある場合は、自覚症状が無くとも医療機関を受診しましょう

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言われています。生活習慣病の多くは自覚症状が現れにくいため、気づかないうちに進行し、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、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。

川越市保健推進員協議会福原支会(川越市健康づくり支援課)

## 公民館で「ひと涼み」しませんか

市では、夏季の一定期間、熱中症予防のため、また、みんなで“涼”をシェアすることで省エネルギーの取組につなげることを目的に、一部の公共施設や民間施設を「指定暑熱避難施設(川越ひと涼み処)」に指定し、空調のきいた施設内のロビーや休憩スペースを、市民の皆様等が暑さをしのぎ、涼しく過ごせる場所として開放しています。

福原公民館も、10月22日(水)まで1階ロビーを「川越ひと涼み処」として、利用することができます(開館日に限ります)。

詳しくは、館内に掲示したポスターや市のホームページをご覧ください。

### ～8月・9月の休館日～

#### 【8月】

- 8月11日(月) 山の日
- 8月25日(月) 館内整理日

#### 【9月】

- 9月15日(月) 敬老の日
- 9月23日(火) 秋分の日
- 9月24日(水) 館内整理日

## 回覧

# 福原公民館だより

第611号	令和7年 8月 8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 8月1日 現在	E-mail fukuhara-cc★city.kawagoe.lg.jp	
人口・世帯数	20,825人(男性 10,501人 女性 10,324人)	9,357世帯
前月比	+ 23人(男性 + 30人 女性 - 7人)	+ 21世帯【令和7年7月1日比較】
前年同月比	- 55人(男性 - 29人 女性 - 26人)	+ 89世帯【令和6年8月1日比較】

福原公民館  
ロビーに開設

## 自習コーナー をご利用ください！

福原公民館では、ロビーに「自習コーナー」を開設しました(4席)。日頃の宿題や試験勉強、読書などにご利用ください。

■利用時間 午前8時30分～午後9時30分  
(休館日・事業開催日を除く)

■対象 学生等



### 利用上のルール

- このコーナーは学習スペースです。ゲームやおしゃべりはできません。
- 車の予約はできません。
- 缶食・水分補給は、他の利用者に迷惑とならない程度なら可(カップラーメンなど匂いの強いものは不可)。
- 貴重品は自己管理してください。
- ごみは持ち帰ってください。
- コンセントで充電はできません。

ルールを守って  
皆で気持ちよく  
使いましょう

## 子育てサロン「みんなであそぼ」

小さなお子さんをもつ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。事前の申込みや参加費は不要です。お子様の飲み物をご持参のうえ、当日、お気軽に直接会場へお越しください。

- 【開催日】 9月11日(木) 【時間】 午前10時～11時30分
- 【対象】 0歳～4歳 【会場】 福原公民館 和室
- 【協力】 ボランティアグループ「あゆみの会」



## 7月に4回、集中開催！ 参加児童は過去最多を記録

今年度の「夏休み勉強会」は、福原地域会議が取り組まれてきた事業の移管を受け、当地区会議として初めて主催して実施したものです。

今年度は夏休み中の子どもたちの学習意識の早期定着を促進するため、昨年度は2か月にわたり開催していたものをすべて7月に集約させたうえで、後半2回には書道の指導者を依頼したほか、学習支援に中学生が参加するなど新たな取り組みも行いました。

今年度の勉強会は、7月23日を初日として、24日・29日・31日の計4回、福原公民館で開催。子どもたちの参加人数は延べ138人と過去最高を記録しました。

学習支援では、昨年度に続き県立川越初雁高校の生徒の皆さんをはじめ、福原中学校の生徒も初参加したことで、1回あたり10～15人と充実した支援体制の下で、事業を開催することができました。

参加された子どもたちからは、「早く宿題が終わることができて良かった」「分かりやすく教えてもらい、理解できた」などの声がありました。



学習支援を受け、それぞれの学習課題に取り組む子どもたち(7月23日、福原公民館で)

次回も、子どもたちにとって有意義なものとなり、また参加したいと思ってもらえるように、内容を精査しながらその充実を図ってまいります。



県立川越初雁高校の生徒有志が今年も学習支援に協力  
新たに福原中の生徒の支援が加わり若い力が集結！

### 青少年啓発立看板

今年度は8月中に  
23か所を交換へ

青少年健全育成啓発立看板は、福原地内に65か所設置されています。

今年度は、8月22日までを目途に、その約3分の1にあたる23か所について、該当する地区の代表推進員、青少年育成推進員の皆さんに交換作業をお願いしています。

今回交換されるのは、犯罪被害防止看板が20か所、水難事故防止看板が3か所となっています。

## こんにちは！ 南公民館です



南公民館は、福原地区にほど近い、ウエスタ川越の中にある公民館です。福原公民館での出前講座のほか、自館での講座も開催しています。

南公民館にもぜひお越しください！

### ふたご・みつご 多胎の集い Peanuts CLUB



ふたご、みつごを育てる親同士のおしゃべり会です。

今回は、「ちょこっとハロウィン」を開催！ プチ仮装でのご参加も大歓迎です♪ 親子でハロウィンを楽しみましょう♪

日時:10月7日(火) 午前10時～11時30分  
会場:南公民館 講座室1・2号  
対象:多胎妊娠中から子育て中の保護者と子ども  
※保護者のみの参加も可



詳細・お申込みはこちら！



### 防災講座「知ってよかった！ 防災の知恵」

命を守る3つの自助や、自治会自主防災組織(共助)の重要性、最適な防災グッズ選びなどについて学びます。

日時:9月11日(木) 午後1時30分～2時40分  
会場:南公民館 講座室1・2号  
対象:市内在住・在勤の18歳以上  
受付:先着受付中! 南公民館窓口(川越市新宿町1-17-17 ウェスタ川越1階)  
電話(049-243-0038)



### その他の南公民館主催講座

#### ・手話講座～入門編～

日時:9月16日～2月10日 毎週火曜 午後1時30分～3時30分  
対象:市内在住・在勤の18歳以上で、手話を初めて学ぶ方  
締切:8月15日(金) ※抽選のため必着

#### ・川越親子手話イベント「手話」ってなあに?

日時:9月28日(日) 午前10時～11時30分  
対象:市内在住・在学の小学4～6年生の児童と保護者  
受付:8月20日(水) 午前10時～先着受付開始!

#### ・夏休み子ども囲碁教室

日時:8月19日(火)・20日(水) 午前10時～11時30分  
対象:市内在住の小学生  
受付:先着受付中!

各講座の詳細  
お申込みはこちら



南公民館 ☎049-243-0038  
住所:川越市新宿町1-17-17 ウェスタ川越1階