

6月22日に公民館の花壇と敷地内の除草の為、「館庭美化美化大作戦！」を開催いたしました。登録グループの方々や地域の皆様、多数のご参加、誠にありがとうございました。

<保健推進員だより>

「生活習慣病の早期発見や予防のため、毎年健(検)診を受けましょう！」

「時間がない」「症状がない」と健(検)診を後回しにしていませんか？健(検)診を受けることは、ご自身の身体の変化を知る大切なきっかけとなります。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全体の約半数(48.1%)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。

定期的に健(検)診を受け、早期発見・早期治療につなげることで、病気が深刻な状態になるのを防ぐことができます。健(検)診後は必ず結果を確認しましょう。「経過観察」や「軽度異常」の項目がある場合は、この機会に生活習慣を見直すことが大切です。また、「要精密検査」や「要治療」の項目がある場合には自覚症状がなくても、すぐに医療機関を受診するようにしましょう。



健康づくり支援課・川越市保健推進員協議会

<ジョイフルからお知らせ> (公財)川越市施設管理公社主催事業

○ジョイフル体幹トレーニング教室(第2期)

日時：8月6日～11月26日(木) 全15回 ①午後2時45分～3時30分
②午後7時30分～8時15分

対象：市内在住、在勤、在学 ①18歳以上15人(先着)、②13歳以上15人(先着)
※中学・高校生は保護者の同意が必要です。

会場：川越南文化会館 経費：9,000円

○ジョイフルビギナーヨガ教室(第2期)

日時：8月6日～11月26日(木) 全15回 午後3時45分～4時30分

対象：市内在住、在勤、在学の18歳以上15人(先着)

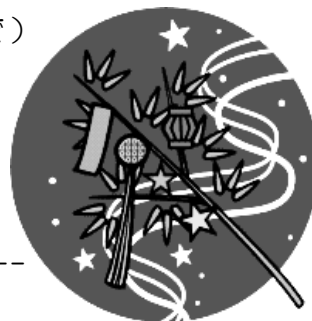
会場：川越南文化会館 経費：8,000円

申込みは両教室とも7月2日(木)午前9時から、川越南文化会館あてに、(1)申込用紙(会館で配布または公社ホームページでダウンロード)に必要事項(氏名、ふりがな、住所、電話番号、生年月日)を記入し、会館窓口に申込み。(2)メールから申込み。(3)FAX又は電話による口頭での申込み。

申込先：川越南文化会館 電話049-248-4115 FAX049-248-4118

公民館の申し込み・休館日のお知らせ

- ◆10月分の抽選予約申込日 7月1日～25日(4コマまで)
抽選日 7月26日
抽選結果確認期間 7月27日～月末
- ◆10月分の先着予約申込日
先着受付①(合計6コマまで) 8月1日～7日
先着受付②(合計7コマ以上) 8月8日～



◎7月の休館日 7月20日(月)海の日
7月30日(木)館内整理日

◎8月の休館日 8月11日(火)山の日
8月27日(木)館内整理日



No.483号 2026年7月発行

大東南公民館(〒350-1165 川越市南台3-4-3)

・TEL 049-242-0498

・Fax 049-240-1755

友達クラブ 募集中!

第2回は卓球で笑顔

●期 日：9月6日(日)午前10時～11時30分

●内 容：初心者でも気軽にできる卓球を楽しめます。

●対 象：知的障害のある方と同伴者、知的障害に理解のある方で楽しく体を動かしたい方

●定 員：20名(先着)

●参加費：無料

●申込み：7月29日(水)午前10時から
窓口・電話・FAXで、氏名・フリガナ・性別・住所・電話番号を同館へ。



夏休み子ども映画会のお知らせ



公民館が映画館になるよ！ おともだちといっしょに観にきてね♪

●日 時：8月28日(金)・29日(土) 午前10時～11時30分

●会 場：大東南公民館 1階 集会室・学習室1号

●定 員：先着50名 申込み不要、直接会場にお越しください。

●内 容：幼児～小学生向け16mmフィルム映画

8/28(金)

★ばんじ休す ★ミッキーマウスとゆかいな仲間たち

★千口の本大さくなあれ ★月の輪グマ

★山に輝くガイド犬平治号

8/29(土)

★ペンギンと白熊 ★白鳥の王子

★ニルスの不思議な旅 ニルスの子守

★ロビンソン・クルーソー 無人島の冒険



<公民館からお知らせ>

今年も公民館のロビーに七夕飾りを立てました。みなさん、ぜひ短冊に願い事を書きに来てください。お待ちしております。

<大東・大東南公民館共催事業>

みんなで仲良く楽しもう！ ゆめひろば

わくわく夢広場

「わくわく夢広場」は、小学校1年生から6年生までのお友だちが、楽しく公民館で遊ぶ広場です。レクゲーム、工作、クリスマス会など楽しいことが盛りだくさん！ また、自分とちがう小学校の人ともたくさん来るので、いろんなお友だちと仲良くなれますよ☆

講師はボランティアサークル「夢創作隊」の皆さんです。

- ☆会場 大東南公民館
- ☆対象 小学校1～6年生
- ☆定員 30名（申込多数の場合、抽選）
- ☆費用 2,000円（1年間の保険料及び材料費等）
- ☆申込み ①・②いずれかの方法でお申込みください。
- ①平日の9:00～17:00の間、申込書に110円切手を添えて 8月6日（木）までに直接大東・大東南公民館窓口へ。但し、切手は1家族1枚で結構です【大東公民館】（大東市民センター内）
〒350-1118 川越市豊田本5-16-1 TEL 049-243-0022
- ②【大東南公民館】
〒350-1165 川越市南台3-4-3 TEL 049-242-0498
- ② 右の二次元バーコードから
電子申請 8月6日（木）必着



<電子申請用 二次元バーコード>



<日程>

回	日程	時間	タイトル	内容
1	9月12日（土）	13:30～ 15:00	わく夢よろしく会	自己紹介ゲームなど
2	10月10日（土）	13:30～ 15:00	わく夢工房	工 作
3	11月14日（土）	13:30～ 15:00	わく夢ミニ運動会	チーム対抗ミニゲーム
4	12月12日（土）	13:30～ 15:00	わく夢クリスマス会	クリスマス工作
5	1月16日（土）	13:30～ 15:00	わく夢お別れ会	レクゲーム

※日程・内容が変更になる場合があります。



大東南自習室

涼しい公民館で夏休みの課題をしませんか。勉強道具等は各自お持ちください。申込みは不要です。当日直接会場へどうぞ。

- 日 時 8月12日（水）・13日（木）
午前9時30分～午後5時
- 対 象 大東地区在住、在学の小中高大学生
- 定 員 10名（先着）
- 費 用 無料
- 場 所 大東南公民館 学習室1号

※会場へお越しの際は、交通事故等にお気をつけください。

※低学年のお子さんは、保護者の方の送迎をお願いいたします。



初めての絵画教室

再 掲

絵画の手法の初歩を学んで、絵を描く楽しさを感じてみませんか？

すてきな絵ハガキを作成しましょう！公民館の登録グループ「スケッチクラブつくしんぼ」のみなさんが、丁寧にご指導してくださいます。これを機会に、表現の幅を広げてみませんか。学生の皆さんも夏休み期間ですので、ふるってご参加ください。

- 【日 程】 8月18日（火）午後1時30分～3時30分
- 【作 成】 絵はがき
- 【会 場】 大東南公民館 2階 学習室2号
- 【対 象】 小学生から成人までどなたでも
※小学校3年生以下は保護者とともに参加
- 【講 師】 登録グループ「スケッチクラブつくしんぼ」の花田誠八講師と会員のみなさん
- 【定 員】 15人 先着順 【費 用】 無料
- 【持ち物】 特になし ※画材は、こちらで準備いたします。
- 【申込み】 6月23日（火）午前10時から、大東南公民館の窓口、または電話・FAXでお申込み



講師の花田先生の作品です。

大東南公民館の子育てサロン

「あそびの部屋」

参加費無料&
申込みは不要です。

公民館の親子広場です。公園に行くような気軽さでお越しください。託児ボランティアや地域の民生児童委員の方々が、子育ての応援をしてくださいます。

- 7月は、2日（木）・9日（木）・14日（火）の計3回
- 8月は夏休みです。 ●9月は、3日（木）・10日（木）・15日（火）
- ・時間／午前10時～11時30分 ・会場／大東南公民館
- ・対象／0歳児から4歳までの子と保護者
- ・持ち物／ねんねの赤ちゃんは、バスタオル1枚

