

回覧

# 霞ヶ関公民館だより

霞ヶ関公民館 〒350-1175 笠幡 177-1  
 TEL: 049-231-1009 FAX: 049-239-1086  
 川越市公式 Twitter ユーザー名: @Kawagoeshilnfo

令和4年8月号 No.455  
 (令和4年7月20日)



川越市マスコットキャラクター  
ときも

## 自治会対抗ソフトボール大会が開催されました

主催: 霞ヶ関体育・文化振興会

晴天に恵まれた6月19日(日)に令和4年度第29回霞ヶ関地区自治会対抗ソフトボール大会が開催され、昨年度より4チーム多い15自治会が参加され、熱戦が繰り広げられました。ご参加いただいた選手・役員の方々をはじめ観戦いただいた方々、大変お疲れ様でした。

霞ヶ関地区自治会対抗ソフトボール大会 結果



## 自治会対抗女子ソフトバレーボール大会が開催されました

主催: 霞ヶ関体育・文化振興会

7月3日(日)に霞ヶ関小学校体育館にて、令和4年度第26回霞ヶ関地区自治会対抗女子ソフトバレーボール大会が3年ぶりに開催されました。参加をいただきました7チーム・自治会の選手・参加者の皆さん、役員の方々のご尽力のもと、熱戦が繰り広げられました。大変お暑い中でのご参加をいただき、本当にありがとうございました。

霞ヶ関地区自治会対抗女子ソフトバレーボール大会 結果

○決勝戦 優勝 **上野自治会** 準優勝 芳地戸自治会

上野 2 [15-10] 0 芳地戸  
 [15-11]

○3位決定戦 第3位 的場1丁目自治会 第4位 大町自治会

的場1丁目 2 [15-4] 1 大町  
 [8-15]  
 [15-11]

参加チーム (自治会)

Aブロック 的場1丁目 倉ヶ谷戸 協栄 芳地戸  
 Bブロック 大町 的場下組 上野



## 子育てサロン ママたちのホットタイム

8月はお休みです  
次回

【開催日時】 9月13日(火) 10:00~11:30  
 【対象】 0歳~4歳 妊婦さんも歓迎!  
 【定員】 先着10組 (要事前申し込み)  
 【会場】 霞ヶ関公民館 会議室・講座室

子育てサロンは、育児の情報交換したり、仲間をつくるための保護者同士の交流の場です。  
 参加費無料、途中の出入も自由です。  
 お気軽にご参加ください。

※お申し込みは、霞ヶ関公民館までお電話ください。  
 受付時間 8時30分~17時15分(平日のみ)  
 電話 049-231-1009

### 今後の予定

9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
13日 27日	11日 25日	8日 22日	13日	17日 31日	14日 28日	14日



## ~公民館からのお知らせ~

新型コロナウイルス感染症の状況により、公民館の利用や講座等の開催が中止となる場合があります。川越市ホームページまたは川越市の公式 Twitter をご確認ください。

### ○8月の休館日

☆ 11日(木) 山の日 ☆ 19日(金) 館内整理日

### ○公民館施設の利用申込

「公共施設予約システム」の利用時間は、午前4時から翌日午前2時までです。  
 ただし、毎月1日のみ、午前9時からの利用になります。

☆ 10月分の抽選予約申込み...8月1日~25日 4コマまで予約可  
 ☆ 10月分の抽選日...8月26日  
 ☆ 10月分の抽選結果の確認...8月27日~月末

☆ 9月分の先着予約申込①...8月1日~7日 抽選当選分含め6コマまで予約可  
 ☆ 9月分の先着予約申込②...8月8日~ 予約コマ数の制限なし

☆ 8月分の先着予約申込...受付中





## 霞ヶ関公民館登録グループ公開講座のご案内



### 公開講座

### レディース卓球クラブ

～卓球、一緒にやってみませんか～

【開催日時】令和4年8月26日(金)午前9時30分～12時

【持ち物】汗拭き用タオル・ラケット(お持ちの方のみ)・飲み物 【参加費】0円

【対象】市内在住の女性と小中学生(男女) 【会場】霞ヶ関公民館 会議室・講座室

【定員】なし(要事前申し込み) 【講師】レディース卓球クラブメンバー

【申込】令和4年8月1日(月)9時～8月19日(金)17時までに

霞ヶ関公民館までご連絡ください(TEL:049-231-1009)

【注意事項】スポーツができる服装とスニーカーでお越しください・当日は時間厳守!

【お知らせ】いつもは毎週木曜日 午前9時30分～12時に活動しています。

随時メンバー募集しています!



## 少年軟式野球の体験教室(霞ヶ関イーグルス)

♪野球好き ♪体力つけたい ♪何かはじめたい ♪友達をたくさん作りたい

【日程】7月24日(日)～8月28日(日)毎週日曜日 午前9時～正午

【会場】霞ヶ関小・霞ヶ関南小・霞ヶ関西小 【対象】小学生

【申込み】当日受付



### ～ 来館時の感染症対策徹底のお願い ～

・来館時の検温(非接触体温計をご用意しております。検温にご協力下さい。)

- ・マスクの着用
- ・手指消毒
- ・こまめな換気を心がける。
- ・対人距離の確保
- ・せきエチケットの徹底
- ・激しい運動、大声を控える。
- ・30秒程度の手洗い。



## 川越まつり解体新書～町衆(まち)の視点、神社(もり)の視点～

市制施行100周年を記念した、川越まつりが100倍楽しめる特別講演会。

プログラム

①「まちの繁栄と川越祭の発展を願って」 講師:「川越祭のすべて」著者 谷澤勇氏

8月27日(土) 午前9時30分～午前11時30分

②「未来へつなぐ「川越氷川祭」」 講師:川越氷川神社宮司 山田禎久氏

9月3日(土) 午前9時30分～午前11時30分

会場…ウエスタ川越小ホール(リハーサル室)

対象…どなたでも(市外の方も可)

定員…各150人(抽選) 入場無料

申込方法など詳しくは市公式ホームページ・広報川越7月号をご覧ください。



### 保健推進員コーナー

#### 「育ちの世代(乳幼児期)正しい生活リズムを身につけよう！」

育ちの世代では、心や身体の機能が大きく発達し、生活機能が形成され始めます。生活習慣の基礎をつくる大切な時期ですが、保護者等の生活リズムが大きく影響するため、周囲が望ましい生活習慣の見本を示し、子どもの健やかな成長をサポートしましょう。

ここでポイントをいくつか紹介します。

①起きたら朝の光を浴びましょう。

朝の日の光を浴びると体内時計がリセットできます。

②朝ご飯を食べましょう。

朝ご飯を食べることで、体温を上げ、脳にエネルギーを補給し、「朝うんち」の習慣をつけることができます。

③昼間はできるだけ体を動かしましょう。

昼間にたくさん活動すれば、夜早く眠れます。

④夕ご飯の時間を早くしましょう。

寝かせる2時間前には夕ご飯を食べられるようにするといいですね。

⑤お気に入りの入眠儀式を見つけましょう。

体をトントンしたり、本の読み聞かせをしたり、お気に入りの儀式を見つけましょう。

家族みんなで望ましい生活リズムを身につけて、健康づくりに取り組んでいきましょう。

(川越市健康づくり支援課)

