



# 山田公民館だより

## 令和5(2023)年10月号 No.256



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 11,908人(男 5,987人、女 5,921人) 世帯数 5,144世帯

令和5(2023)年9月1日現在

### 山田地域会議及び川越市自治会連合会山田支会からのお知らせ

山田地域会議及び川越市自治会連合会山田支会は、令和5年9月1日(金)午前11時から、川越市役所4階迎賓室において、都市計画マスタープランについての要望書を連名にて市長に提出いたしました。

※都市計画マスタープランとは、都市計画法に規定される「市町村の都市計画に関する基本的な方針」として定めるものであり、20年ごとに改定されることになっています。川越市では令和6年度が改定時期となっております。



### 川越市民体育祭(野球の部)の報告

<山田スポーツクラブ>

令和5年度第76回川越市市民体育祭野球の部が初雁球場で開催されました。山田地区からはベテラン主体の山田Aチームと若手主体の山田Bチームが出場し、山田Aチームが準決勝まで進みました。

### 山田地区字町対抗パタック大会結果報告

<山田スポーツクラブ>

9月16日(土)に開催されました山田地区字町対抗パタック大会の結果を報告いたします。

優勝 寺山自治会  
準優勝 南山田自治会  
3位 上寺山自治会



### ひまわりの花が咲きました

<山田地域会議>

7月に播いたひまわりの種から、8月末~9月上旬にかけて花が咲きました。とってもきれいな花畑が見られました。

### 休館日のお知らせ

10月 9日(月) スポーツの日  
10月 27日(金) 館内整理日  
11月 3日(金) 文化の日  
11月 23日(木) 勤労感謝の日  
11月 29日(水) 館内整理日  
12月 27日(水) 館内整理日  
12月 29日(金)~1月3日(水)  
年末年始休館日

### ◆利用申し込み◆

【10月分】先着予約、コマ数制限なし

【11月分】先着予約

10/1(日)午前9時~、6コマまで予約可

10/8(日)以降、コマ数制限なし

【12月分】抽選受付

10/1(日)~10/26(木)、4コマまで

※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。

※抽選結果は27日(金)以降に確認できます。

## 第10回ふれあい音楽祭開催のお知らせ

コロナで中断されていた音楽祭を4年ぶりに開催いたします。県内No.1の吹奏楽団<川越奏和奏友会吹奏楽団>の演奏を生で聴けるチャンスです。是非、ご来館下さい。心よりお待ちしております。

【日時】 令和5年11月12日(日)

開場:午前10時 開演:午前10時30分

【会場】 川越市北部地域ふれあいセンター多目的ホール

【主催】 NPO法人川越市北部地域ふれあいセンター運営協議会

☎223-7221

入場無料



## 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》

子育てサロンは広い和室でお子様を自由に遊ばせながら、仲間づくりや情報交換のできる親子広場です。

**10月は保健師が来て、健康相談を行います！**

■日時 **10月19日(木)** 10:00~11:15

■場所 川越市北部地域ふれあいセンター(山田1578-1)

■定員 4歳児までの子と保護者 先着10組(申込不要)

■協力 山田地区民児協、ちゅーりっぷ(ボランティアグループ)、保健推進員

■その他 ・感染防止徹底のため、大人の方はマスクの着用をお願いします。

また、体調がすぐれないときは参加をお控えください。

・赤ちゃんをお連れの場合は、バスタオルをお持ちください。

※今後の予定…毎月第3木曜日

11月16日、12月21日、1月18日、2月15日、3月21日

保健推進員だより

## 自立の世代 COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていますか？

シーオービーディー

COPDはなかなか聞きなれない言葉ですが、とても恐ろしい病気です。Chronic Obstructive

Pulmonary Disease の略で、「まんせいはいそくせいはいしっかん慢性閉塞性肺疾患」と呼ばれています。主に長年の喫煙習慣が原因で発症し、呼吸機能が低下していく病気です。COPDは、初期には自覚症状がほとんどない場合が多く、ゆっくりと進行して、次第に重症になっていきます。呼吸機能の低下が進行し通常の呼吸では十分な酸素を得られなくなると(呼吸不全)、呼吸チューブとポンベの酸素吸入治療法なしには日常生活が送れなくなってしまうこともあります。

COPDは長年にわたる喫煙が大きく影響するという意味で「肺の生活習慣病」とも言われており、患者の9割は喫煙者と言われています。以下の自覚症状がある方は、かかりつけ医や呼吸器科の受診をしましょう。

・少しの動作でも息切れしやすい

・一度に何度も咳が出る

・呼吸をする時にゼイゼイ、ヒューヒューと変な音がする



COPDの予防と治療には禁煙することが重要です。禁煙を始めるのはいつからでも遅くありません。また、禁煙外来では、一定の条件を満たせば健康保険が適用され治療することができます。COPDは禁煙、運動療法、薬物療法、食事療法などを適切に行うことで、肺の機能が改善し、咳やたん、息切れなどの自覚症状を抑えることが期待できます。

(川越市健康づくり支援課)

## 藍染め体験教室を行いました

<山田地区子どもサポート委員会>

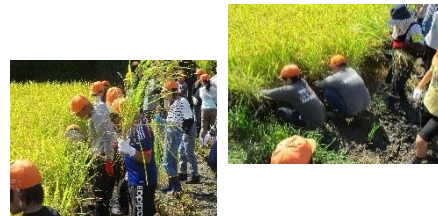
9月9日(土)、山田公民館にて藍染め体験教室を行いました。参加者の皆さんは、様々な模様をつけてランチョンマットを染め、とても満足していました。



## 稲刈りをしました

<山田地区子どもサポート委員会>

9月12日(火)山田小学校の5年生の生徒が暑い中、子どもサポート委員会のスタッフから鎌の使い方を教わり、一生懸命みんなで協力しながら稲刈りをしました。



## 第20回 (令和5年)

# 北公民館 かんきょう祭り ～ 19年間のあゆみ ～

期 間 令和5年 11月1日(水)～11月30日(木)

会 場 川越市北公民館 ホワイエ

時 間 午前 9時 ～ 午後 5時

2001年(平成12年)にスタートした北公民館「かんきょう祭り」は、皆さまのご協力により、19回開催することができました。

2023年(令和5年)20回目の「かんきょう祭り」は、今まで開催されたかんきょう祭りを写真やチラシで振り返ります。

なつかしくあの頃に思いをはせてみませんか？

お問合せ先 川越市北公民館  
〒350-0851 川越市氷川町107  
電話 049-222-1400  
FAX 049-229-1210  
2015年撮影のDVD(4分間)も  
上映しています。

## セカンドライフのための友達づくり

～エニアグラム性格診断で自分を知り、交流に役立てよう！～

実施日 令和5年11月14日(火)  
11月21日(火) 全2回  
時 間 午後1時30分から3時30分  
会 場 北公民館 1階 会議室1・2号  
対 象 市内在住の60歳以上  
定 員 20名(申込多数の場合、抽選)  
参加費 無料  
申込締切 令和5年10月27日(金)必着

お申し込み・問い合わせ先  
北公民館

〒350-0851

川越市氷川町107 電話:(049)222-1400 FAX:229-1210

### 【申込方法】

電子申請、往復はがき、ファクスのいずれかで、北公民館に申し込みます。

申し込み締め切りは、10月27日(金)必着です。

【電子申請】川越市 HP 上の講座ページから申し込みます。

【往復はがき、ファクス】下記の内容を明記のうえ、10月27日(金)必着で北公民館に申し込み。(1)講座名「セカンドライフのための友達づくり」、(2)氏名・ふりがな、(3)郵便番号・住所、(4)電話番号、(5)年齢、(6)ファクス番号(ファクスの場合のみ)

# シニア向けスマホ講座 ～スマホの基本とキャッシュレス決済～

**会場** 山田公民館  
**日にち** 11月9日(木)  
**時間** 14:00～16:00  
**対象** 市内在住・在勤の60歳以上の方  
**定員** 15名(先着)

**参加費** 無料  
**持ち物** 筆記用具  
**※当日は、スマートフォンを1人1台お貸しします**  
**※使用するスマホは、androidです**  
**内容** スマホの基本的な操作方法、  
 キャッシュレス決済、PayPay体験など

## 申込み

10月10日(火)午前9時から

窓口、電話、FAXにてお申し込みください。

FAXでお申し込みの場合、1.講座名「シニア向けスマホ教室」 2.郵便番号・住所 3.電話番号  
 4.氏名(ふりがな) 5.年齢 6.FAX 番号をご記入ください。

【宛先】川越市北公民館 〒350-0851 川越市氷川町 107  
 TEL 049(222)1400 FAX 049(229)1210

～川越市国民健康保険課から山田地区の皆様へ～

## みんなで受けよう！特定健診!!



受診率が低いところは、  
メタボ率が高かったり  
するらしいよ

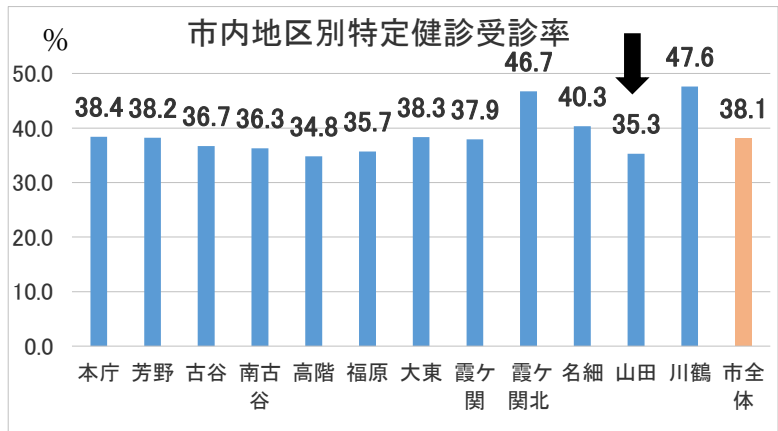
昨年度の国保の特定健診、  
山田地区の受診率は低かったんだって！  
実は…例年受診率が低いみたいだよ



通院中の人も健診受けられるんだよ。  
約1万円分の内容がなんと無料！

今年度はみんなで健診受けて、健康で元気な山田地区を目指しましょう♪

特定健診は、年に1回、ご自身の体と向き合う大切な機会です。市内には約100か所の健診実施医療機関があり、がん検診との同時受診が可能なおところもあります。山田地区内では「康正会総合クリニック(電話224-2756)」が実施機関です。ご自身のため、また大切なご家族のために、ぜひ受診しましょう。



※対象となるのは、40歳から74歳の川越市国民健康保険加入の方です。

国民健康保険課 管理保健担当 ☎049-224-6147

出典：令和4年度国保データベースシステム (R5.6.30 現在)