

# 名細公民館だより



令和7年10月号



公民館だよりは市HPでも確認できます！



発行・編集：名細公民館（名細市民センター内）  
〒350-0811 川越市小堤 662-1  
Tel.049-231-0001 fax239-1166

回覧

名細地区の人口	令和7年9月1日現在	
男性	15,085人	全体 29,954人
女性	14,869人	世帯 14,325世帯

## 名細公民館をご利用の皆様へ

### ～施設の利用申し込みについて～

12月分の公民館の抽選申込受付は10月1日（水）～25日（土）です。

抽選結果発表日 10月27日（月）

#### 先着予約

11月分の先着予約申込日

先着予約①（合計6コマまで）10月1日（水）～10月7日（火）

先着予約②（合計7コマ以上）10月8日（水）からです。



### 10月の休館日

☆13日（月）スポーツの日

☆31日（金）館内整理日

## ～リチウムイオン電池を正しく分別しましょう～



### ☆廃棄するときのルール☆

- ①廃棄する製品からリチウムイオン電池を取り外し、端子部をテープ等で絶縁
- ②電器店、ホームセンター等の設置協力店にあるリサイクルボックスに持ち込む
- ③設置協力店の回収が利用できないものは「有害ごみ」の回収日に集積所に出す
- ④内臓電池が取り外せない製品は本体ごと「有害ごみ」の回収日に集積所に出す

詳細は、こちら  
↓川越市HP↓



## 子育てサロン

～家族みんなのおしゃべりルーム～

お子さんのいるご家族同士で楽しくおしゃべりしませんか？  
はじめての方も大歓迎！ボランティアスタッフがサポートします。

日時 10月28日（火）

午前10時～11時半（時間内は出入り自由）

会場 1階プレイルーム

対象 0歳～就学前の幼児と保護者

参加費 無料 内容 子育ての情報交換、親子の自由遊びなど

申込み 不要 当日直接会場へ

問合せ 名細公民館



## こぐまの秋のおはなし会

★みんなわくわく＆にこにこの楽しいお話し会★

人形劇、読み聞かせ、手遊びなど内容が盛りだくさん！！

日時 11月6日（木）午前10時半～11時40分

会場 1階プレイルーム 定員 20組（先着） 参加費 無料

申込み 不要 当日直接会場へ 共催 名細公民館・読み聞かせサークルこぐま

◆わらべうたパペットシアター □きせつわらべうたあそび ●パネルシアター ◇紙芝居



名細・伊勢原公民館共催事業「健康増進講座」

## からだとくすり

↓電子申請はこちら↓



内容 11月7日（金）

一部：午後1時半～3時 講演会『からだとくすり』 講師 大嶋 繁 氏（城西大学薬学部教授）

二部：午後3時～4時 イベント開催 ☆健康相談（薬・健康・栄養）

☆健康測定（血圧・血管年齢・脳年齢・足指力・握力）

会場 1階多目的室 対象 市内在住の18歳以上の方

定員 30人（事前申込み制）

申込み 電子申請：10月15日（水）午前9時から10月22日（水）午前9時まで（先着15名）

名細公民館窓口または電話：10月22日（水）午前10時～定員になりしだい受付終了

## ウォーキングで手に入れる 本当の健康

ウォーキングを通じた心身の健康の維持管理を学びます。

理論と実践をとあして、得られるウォーキングの驚き効果！！

日時 10月26日（日）午後1時半 対象 18歳以上（動きやすい服装でお願いします）

会場 東洋大学キャンパス内7号館2階（川越市鯨井2100番地） 参加費 無料

講師 加藤 千恵子 氏（東洋大学総合情報学部学部長） 定員 30名（先着）

申込み 10月1日（水）午前10時から名細公民館電話・窓口で受付 Tel.049-231-2202

主催 名細地域会議



# 参加してみませんか♪

## 名細ダンススポーツクラブ 公開講座

### < 名細ダンススポーツクラブ 社交ダンス講座 >

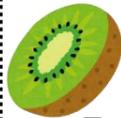
日時 11月1日(土) 午後7時~8時  
 場所 1階多目的室  
 対象 社交ダンスに興味のある方 参加費 無料 定員 なし  
 申込み 横山 Tel080-5549-3125  
 主催 名細ダンススポーツクラブ(名細公民館登録グループ)



## 草遊会 公開講座

### < 草木染め~キウイでピンク系に染める~ >

日時 11月15日(土) 午前9時~午後3時半  
 場所 1階実習室 講師 浅見 晴江 氏  
 対象 市内在住・在勤 参加費 3,000円(ストール代) 定員 15人(先着)  
 申込み 11月1日(土)から右記連絡先へ電話にて受付 浅見 Tel049-231-4801  
 主催 草遊会(名細公民館登録グループ)



## 上戸小校区スポーツ振興会グラウンドゴルフ大会

当日も受付します♪景品多数あり!皆さんお誘いあわせのうえお越しください!!

日時 10月25日(土)  
 ※雨天の場合は10月26日(日)に順延 その場合は、午後1時受付  
 受付 午前9時~9時半  
 開催時間 午前9時40分~(午前9時50分競技開始予定)  
 参加費 無料  
 会場 河越館跡史跡公園(上戸小学校裏)  
 対象 上戸小学校校区在住の小学4年生以上の方、名細・広谷小学校区の方  
 ルール 日本グラウンドゴルフ協会公認ルール(競技は個人戦)  
 主催 上戸小校区スポーツ振興連絡協議会  
 申込み・問合せ 自治会ごとに申込先が分かれていますので、当てはまる担当者に電話



自治会	担当者	電話番号
鯨井	伊藤	090-8810-2879
上戸・つくし	加藤	090-4626-2874
みどり会	石川	090-9136-2291
住友あおい	渡辺	090-3099-0101
平塚・みよしの	芝本	080-1131-1277



## ウォークランに参加しませんか?

名細市民センターから菓子屋横丁まで片道5kmのコースです♪ 昼食(各自)・買い物を  
 含め約2時間の滞在予定です。名細市民センターには午後1時15分頃到着予定となります!  
 参加賞あり!!

日時 10月26日(日) 午前8時~8時15分 受付 午前8時半 スタート  
 集合場所 名細市民センター南側芝生広場 参加費 無料  
 申込み 10月10日(金)までに下記問合せ先へ  
 問合せ 鈴畑 Tel080-5047-0724 主催 名細小校区スポーツ振興連絡協議会  
 ※お車での参加はご遠慮ください ※雨天中止



## 仲間になりませんか♪

### < ロコモヨガ リラックスいすヨガ >

初めての方でも安心してできる教室なので興味のある方は一緒に活動しませんか♪

活動日 水曜日(月3回) 【いすヨガ】午前9時半~10時半 【ヨガ】午前10時45分~11時45分  
 会場 名細公民館  
 対象 成人女性 会費 2,500円  
 講師・問合せ 長岡 安子 氏 Tel090-4455-1513



## 保健推進員コーナー

川越市保健推進員協議会名細支会  
 健康づくり支援課

### ~健康フェスタ2025☆県民の日11月14日開催~

私たち保健推進員協議会は、「地域の健康応援団」として、健康に関するさまざまな情報を地域の  
 皆さんに発信しています。

健康フェスタは、楽しく健康情報を得られるイベントです。ぜひお越しください。

「わが町のお元気さん」ポスターの展示、各種測定(ベジチェック、血管年齢他)、健康相談、理学  
 療法士による運動指導、スタンプラリーなど盛りだくさんです♪

日時 11月14日(金) 正午~午後3時  
 場所 総合保健センター 3階(川越市小ヶ谷817-1)  
 参加費 無料 申込み 不要

主催 川越市役所健康づくり支援課 Tel049-229-4120

