

高階公民館だより

内容盛りあふ
9月号

回覧

No.530 令和7年9月1日号

発行：高階公民館 〒350-1142 川越市藤間27-1（高階市民センター内）

TEL 049-242-6064 ・ FAX 049-240-1751

Eメール taka-cc★city.kawagoe.lg.jp（@部分を「★」と表示しています。）

高階地区 世帯数：27,059世帯 人口：53,837人 男：26,700人 女：27,137人

（令和7年8月1日現在）

* 同じ内容をカラーでご覧になりたい場合は、川越市ホームページで「高階公民館だより」と検索

川越市マスコット
キャラクター
ときも



子育てサロン

赤ちゃん広場「花っぱ」

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♪初めての方大歓迎！
事前の申し込みは不要です。
お気軽に当日会場にお越しください。
託児ボランティア「さくらんぼ」がサポートします。

☆ご来館される前の検温をお願いしています。
☆11月は5日(水)に開催、「図書館職員による絵本読み聞かせ」を実施予定です♪

小江戸おもちゃ119
高階公民館運営支援

おもちゃの病院

【日 時】9月27日(土) 受付午前10時から12時まで

☆ 予約は不要です。当日直接会場にお持ちください

【会 場】高階公民館 講座室2号

【修理数】先着20個まで（1家族2個まで）

【修理代】無料（部品代の実費は頂きます。）

【修理例】プラレール、ぬいぐるみ、ミニカー・ラジコン
子供用キーボード、キャラクター人形など。

こわれたおもちゃ、なおします！

◇公民館の休館日

9月15日(月祝)・23日(火祝)・26日(金)

10月13日(月祝)・31日(金)

◇児童館の休館日

9月1日(月)・8日(月)・16日(火)・22日(月)・29日(月)

10月6日(月)・14日(火)・20日(月)・27日(月)

◇図書館の休館日

9月1日(月)・8日(月)・16日(火)・22日(月)・26日(金)・29日(月)

10月6日(月)・14日(火)・20日(月)・27日(月)・31日(金)

すこやか倶楽部

当日参加・無料

日 時：9月14日(日) 午前10時から午前11時まで

場 所：高階公民館軽体育室

対 象：70代までの成人男女（子ども同伴可 保育なし）

内 容：ロコモ予防体操、楽らくリズム体操、脳トレ手遊び、ゲーム他

服 装：運動のできる服装（ジーンズ、スカート不可）、上ばき（スリッパ不可）

持ち物：水分、タオル

その他：保険は各自でお願いします

（主催）川越市保健推進員協議会高階支会
（お問い合わせ）矢島
※可能な限りメールへお願いします
→ kaorup406y833★gmail.com
（@部分を「★」と表示しています。）
（電話070-5578-0614）

【日 時】9月3日(水)、10月8日(水)

午前10時から11時30分まで

9月は「お月見」、10月は「ハロウィン」に
ちなんだ工作をします！

【会 場】高階公民館 軽体育室

【対 象】0歳児、1歳児及び2歳児と保護者

【持ち物】バスタオル(お昼寝用に必要な方のみ)

【定 員】20組 50名(先着)



途中参加も
大歓迎！！

出入り自由！
お気軽に
どうぞ♪

高階市民センターの休館日



氷 氷

R7
年度

高階公民館文化祭

主催：高階公民館登録グループ連絡会
後援：高階公民館

詳細については公民館まで

10月4日（土）、10月5日（日）9時30分から15時まで

展示発表（1階 講座室）

書道、絵画、手工芸、写真、生花など。
高階小児童による作品の展示あり。

芸能発表（1階 軽体育室）

4日（土）のみ 演歌、民謡、コーラス、楽器演奏、
舞踊、太極拳など。中学校生徒による団体演舞
あり。

茶道体験会（2階 和室）

5日（日）のみ ※当日参加
午前10時から午後3時まで

お茶・お菓子代500円、定員20名程度
お点前を見て頂いて、お茶とお菓子を召し上がっ
ていただきます。



バドミントン体験会（1階 軽体育室）

5日（日）のみ ※事前申込制、参加費無料

皆さんの申込みお待ちしております！

◆午前の部（午前9時15分から11時45分まで）
主 催：高階バドミントンクラブ
対 象：小学生以上の初心者
定 員：先着4名
内 容：バドミントンの基本動作と
試合感覚の体験
申込先：中村（なかむら）
090-2240-8050
※電話は午前9時から午後5時まで
持ち物：競技用バドミントン用ラケット、
上履用運動靴、飲み物

◆午後の部（午後1時半から3時まで）
主 催：新河岸バドミントンクラブ
対 象：中学生以上の初心者
定 員：先着10名程度
内 容：ダブルス試合形式の体験
申込先：岡崎（おかざき）
090-5194-2745
※電話は午前9時から午後5時まで
持ち物：競技用バドミントン用ラケット、
上履用運動靴、飲み物

かわごえ体力測定会

参加費無料！予約も不要！

『日頃の運動の成果を確認したい！』方
や『体力にあまり自信がない…』という
方におすすめです。当日は専門職（保健
師・管理栄養士・歯科衛生士・リハビリ
テーション専門職など）からのアドバイ
スを聞くことができます。

この機会を、ご自身の健康を考えるきっ
かけにして頂ければ幸いです。お気軽に
ご参加ください♪

☆日 程 10月14日（火）
☆受付時間 14時から15時
☆対象者 市内在住の60歳以上の方
☆会 場 高階公民館
軽体育室、講座室1号・2号
★持ち物 屋内履き（スリッパ不可）、水分、
汗拭きタオル
☆注意点 駐車場に限りがありますので、公共
交通機関や自転車、徒歩などでお越
しください。
☆お問い合わせ
健康づくり支援課地域保健担当（電話：229-4120）

高齢者のための教養・健康講座

今年度の高齢者学級は11月7日（金）から開講します。
楽しみながら健康に役立つ知識を学んでみませんか。
地域の皆様のご応募お待ちしております。



【日 時】 下記の表をご覧ください。（全4回・全て金曜日）
第1回、第2回、第3回：午後1時30分から3時まで
第4回のみ：午前10時から11時30分まで

【会 場】 高階公民館 講座室1・2号
【対 象】 高階地区在住の65歳以上の方
【定 員】 50名
【プログラム】



回	開催日時	内 容	会 場	講 師（敬称略）
1	11/7(金) PM1:30	消費者生活講座 「消費生活の身近なトラブル注意報！」	講座室 1・2号	川越市消費生活相 談員
2	11/14(金) PM1:30	介護予防講座 「新時代の健幸づくり」	同上	理学療法士 阿久澤 直樹
3	12/5(金) PM1:30	薬に関する講座 「からだどくすり」	同上	城西大学教授 大嶋 繁
4	12/12(金) AM10:00	楽しく歌って認知症予防と脳活UP！ 「うたごえサロン」	同上	上尾芸術協会理事 石森 宏美

【参加費】 100円（保険代）

【申込み】 10月1日(水)午後1時30分から、講座室1号にて先着順で受付。
ただし、午後1時30分の時点で定員を超えていた場合は抽選。
定員となり次第締め切ります。

※電話・FAXでの申込はできません。

【問合せ】 高階公民館 ☎242-6064（平日8時30分から17時15分まで）



体力アップ倶楽部

参加費無料

いつまでもいきいきと元気に暮らすために、楽しく“元気度”をアップさせる連続4回の教室です。イスやマットを使ったストレッチ・筋力アップ運動や食事・歯と口の健康に関するミニ講話を行います。また、3回目でレクリエーション(ポッチャ)を行います！ぜひお申込みください。

☆対象者 市内在住の60歳以上の方
※できる限り4回参加できる方。

☆会 場 高階公民館 軽体育室

☆申込み
10月21日(火)までにホームページの電子申請
または電話にて健康づくり支援課 地域保健担
当へお申し込みください。(電話:229-4120)

【初級編】運動に自信がない方や苦手な方

☆日 程…11月4日・18日、12月2日・16日
すべて火曜日、13時45分から15時30分（全4回）

【中級編】日ごろから運動習慣がある方

☆日 程…11月7日・21日、12月5日・19日
すべて金曜日、13時45分～15時30分（全4回）

参加者募集

発見！たかしの遺産めぐり 5



川越の「人」と「物」の流れを支え続けてきた高階地区には、歴史を感じさせる遺産が数多く残っています。文化財保護課の職員と一緒に地域を巡り、高階地区を「再発見」しませんか。

【場所】 高階公民館 講座室1・2号(1回目はフィールドワーク、約5km)

【講師】 市文化財保護課職員

【日程・内容・時間】 は下記表のとおりです。

日程	内容	時間
第1回目 10月16日(木)	最初に座学と、高階地区の歴史文化を感じる場所(今回は寺尾周辺の神社や寺院等)を歩くフィールドワークを行います。	午後1時30分から 午後4時まで
第2回目 10月30日(木)	みなさんが残したい遺産として、「たかしの遺産」を検討するワークショップを行います。	午後1時30分から 午後3時30分まで

【対象】 高階地区及び周辺に在住・在勤・在学の成人の方

【参加条件】 原則、2回とも参加できる方、かつ5km程度歩くことができる方。

【定員】 先着20名

【申込み】 9月16日(火)午前9時から参加費をそえて高階公民館窓口へ。

【締切】 定員に達し次第、締め切ります

【参加費】 100円(保険代)※申込時に申し受けます。

過去に参加したことがある方も
まだ参加したことない方も
同じ興味を持つ方と一緒に
地域めぐりをしてみませんか？

たかしのホットメール vol.165

第五ブロック 砂第一自治会・砂弁天自治会



“天王池の復活へ 地下水の供給を開始”

たかしのホットメールvol.150(「高階公民館だより」令和6年6月1日号)で、砂自治会館東側にある天王池の復活に向けた活動を紹介しました。

それは両自治会で、砂地区の水辺環境の整備を目的に「砂の景観を育てる会」を結成し、昨年4月から砂一・砂二・砂三・砂弁天の各自治会の区域内で資源回収を実施し、市からの報償金により、上流の天王川にポンプを設置して地下水を流し、天王池の復活を目指すというものでした。

1年間の活動の成果として、ポンプや給電設備を設置し、6月末から天王川・天王池に地下水を流すことができました。水が流れるとさっそく鳥が水浴びに訪れ、また、周辺が涼しく感じられるようになりました。

3年程水が溜まっていなかった天王池は、流れ込んだ水が地中にしみこみ、溜まらない状況でした。流量を増やした結果、水は溜まりはじめましたが、天王池の復活は道半ばです。



←天王池
右奥に見えるのが
砂自治会館

天王川の上流に
設置されたポンプ→

