

～福原地区地域子どもサポート委員会からのお知らせ～

福原小学校 学校応援団活動を行いました

10月18日(金)、福原地区地域子どもサポート委員会と福原小学校PTA保健環境交通委員の共催により、校内の側溝清掃を行う予定でしたが、雨天のため校内花壇への花の植え付けや樹木の伐採に変更となりました。

当委員会では、今後も福原小・中学校を応援する企画を行い、公民館だより等で情報をお伝えしていきますので、みなさまのご協力をお待ちしております。



～福原公民館登録グループ 公開講座のお知らせ～

「ガーディア ステップ 3B」公開講座 <3B体操をしてみませんか?>

【会 場】福原公民館 2階 会議室1・2号

【日 時】令和6年12月6日(金) 午前10時～11時30分

【定 員】なし 【対 象】成人女性 【参加費】無料

【持ち物】動きやすい服装と靴を用意し、飲み物・タオル持参でご参加ください。

【申込み】福原公民館(窓口・電話・FAX) FAXの場合は氏名・住所・電話番号をご記入ください。

【備 考】体調不良の場合は参加をご遠慮ください。マスク着用はご自身の判断にお任せいたします。



子育てサロン「みんなであそぼ」

小さなお子さんがある保護者の方々の悩み事に、ボランティアスタッフから育児のアドバイスをもらったり、様々な交流が図れます。事前の申込みや参加費は必要ありません。

お子さんの飲み物は各自ご用意のうえ、当日、直接会場へお気軽にお越しください。

【開催日】12月12日(木) 【時 間】午前10時～11時30分

【対 象】0歳～4歳 【会 場】福原公民館 2階 和室

【協 力】ボランティアグループ あゆみの会

～11月・12月・年末年始の休館日～

【11月】

○11月 3日(日)文化の日

○11月 4日(月)振替休日

○11月23日(土)勤労感謝の日

【12月・年末年始】

○11月27日(水)館内整理日

○12月26日(木)館内整理日

○12月29日(日)

～1月 3日(金)年末年始

回覧

福原公民館だより

第602号	令和6年11月2日発行	編集・発行 川越市福原公民館
〒350-1151 川越市今福481-3	TEL 049-242-5005	FAX 049-240-1753
福原地区の人口統計 10月1日 現在 (前号再掲)	E-mail fukuhara-cc★city.kawagoe.lg.jp	
人口・世帯数	20,841人(男性 10,508人 女性 10,333人)	9,258世帯
前 月 比	- 28人(男性 - 14人 女性 - 14人)	- 10世帯【令和6年 9月1日比較】
前年同月比	- 53人(男性 - 33人 女性 - 20人)	+ 123世帯【令和5年10月1日比較】

～南公民館・福原公民館 共催講座のご案内～

はじめての シニア向けスマホ講座

スマホをお持ちでない人のための、基本的な操作体験講座です。
当日はスマホ(Android)を貸し出しますので、手ぶらでお越しください。

【日 時】令和7年1月15日(水) 午前10時～正午

【会 場】福原公民館 2階 会議室1・2号

【対 象】スマホをお持ちでない市内在住・在勤の60歳以上の方

【定 員】20人(抽選)

【経 費】無料

【講 師】スマートフォンアドバイザー

【申込み】福原公民館へ往復はがき又は

FAXでお申込みください

12月18日(水)必着でお願いします

【講座内容の問い合わせ先】

川越市南公民館 TEL 049-243-0038

<往復はがき・FAXに記入する事項>

講座名・住所・氏名・ふりがな・年齢

・電話番号(日中連絡が付きやすい番号)

・FAX番号(FAX申込みの方)



～川越市国民健康保険課から福原地区の皆様へ～

毎年受けよう！特定健診！！

令和5年度の国保の特定健診、
福原地区の受診率は…
**5.4ポイント上がり、41.1%に
なりました！**
市全体の受診率まであと
2.5ポイント！

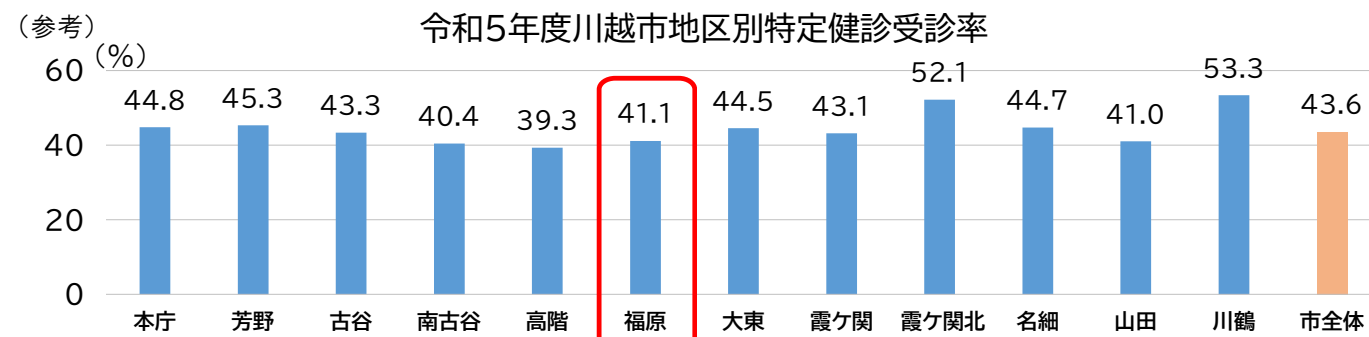
受診した人の結果を見ると、メタボ率
が高く、血糖や血圧の値が良くない人
が市の平均より多かったみたい…



川越市マスコットキャラクター
埼玉県けんこう大使ときも

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！

今年度も引き続き特定健診をみんなで受けて、健康で元気な福原地区を目指しましょう♪



出典：令和5年度国保データベースシステム (KDB) (R6. 6. 13現在)

特定健診は、身近なところ
でも受けられますし、市内
には約100か所の健診医
療機関があります。
がん検診と同時受診が可能
なところもあります。
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。

福原地区内の特定健診実施医療機関

医療機関名	所在地	電話
石井クリニック	今福467-3	244-6205
川越リハビリテーション病院	中台元町1-9-12	245-3555
城南中央病院	中台元町1-16-11	245-3551
西武川越病院	今福265-2	245-7511
関本記念病院	中台1-8-6	241-0300

※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 TEL 049-224-6147

～川越市地域包括支援センターみなみ・川越市国民健康保険課からのお知らせ～

介護予防普及啓発講演会・ときも健康プロジェクト・いきいきエイジング

健康フェスタ in ふくはら

第3弾

【日時】令和6年12月4日(水) 午後1時30分～4時 (開場:午後1時10分)

【会場】福原公民館 2階 (入場無料・出入自由)

【申込み】川越市地域包括支援センターみなみ TEL 049-241-3676 (人数把握のためご連絡ください)

実施内容等詳細は、別途回覧するチラシをご覧ください。

地域会議 通信

ウォーキングを習慣にするための 取り組みが始まります 参加者募集！ ～60歳以上が対象～

福原地域会議では、高齢者部会の事業として健康寿命を延ばすことを課題として掲げ、ウォーキングを推進してきました。この取り組みは今年度で終了となりますが、ウォーキングそのものは継続していくことが大切です。そこで、ウォーキングを習慣化し、定着を推進していくことを目的として、次のとおり事業を実施します。ぜひ、ご参加ください。

- 事業実施期間 令和6年12月2日(月)から
令和7年1月31日(金)まで ※休館日を除く
- 受付時間・場所 午前9時～午後3時まで
福原公民館窓口
- 対象者 福原地区在住の60歳以上の方
- 定員 人数制限はありません
- 参加費 無料



登録は簡単です！

- 1 上記の事業実施期間中に、手続きをしてください。
 - ・登録は初回のみで、簡単です。
 - ・登録したその日から、受付時間内であればすぐに参加できます。
- 2 ウォーキング開始の起点は福原公民館となります。その際、公民館から万歩計を借用してください

歩数の多い上位の方に 記念品を贈呈します！

- ・歩数は万歩計をもとに、その都度「記録簿」に記入していきます。
 - ・1日1回、2時間を上限とします。
 - ・期間終了後、登録者ごとに歩数を集計し、歩数の多い上位の方には記念品を贈呈いたします。
- ※詳しくは、福原公民館にお尋ねください。

地区会議 通信

10月26日、こども体験セミナーの一環として、伊佐沼北側にあるグリーンツーリズム拠点施設において、福原地区の親子、地区会議役員など54人が参加し、「さつまいも掘り体験」を実施しました。



さつまいも掘り体験を実施 グリーンツーリズム拠点施設で

掘り方の説明を受けたあと、早速チャレンジ。1家族あたりベニアズマ5株を掘り取りました。土の中からさつまいもが顔を出すと、小さなシャベルで一生懸命大きなさつまいもを掘り出す子どもたちの姿が印象的でした。



さつまいも掘りを楽しむ
参加者(グリーンツーリズム拠点施設で)