

今から

熱中症予防

保健推進員コーナー

を始めましょう！

川越市保健推進員協議会福原支会（川越市健康づくり支援課）

梅雨の晴れ間や、梅雨明けの蒸し暑くなった時期は、身体が暑さに慣れていないため、熱中症が起こりやすい時期です。早めに熱中症予防を始めましょう！

日ごろから、運動やお風呂につかるなど、汗をかく機会を増やそう！

身体を暑さに慣れさせましょう

のどが渇かなくても、こまめに水分補給を。
寝る前も忘れずに！

こまめに水分補給をしましょう

こんな日は…
要注意

- ・気温が高い日、湿度が高い日
- ・急に気温が上がった日
- ・風が弱い日
- ・日差しが強い日

室温が28℃を超えないようにしましょう

エアコン等をつかいましょう

暑い日は涼しい服装で、日傘や帽子を利用しよう！

強い日差しをさけましょう

頭痛、めまい、吐き気、倦怠感、熱中症のサインかも！

「おかしい」と思ったら病院へ！

子育てサロン「みんなであそぼ」

小さなお子さんをもつ保護者の方同士で悩みを分かち合ったり、育児のアドバイスをもらったりと様々な交流が図れます。事前の申込みや参加費は不要です。お子様の飲み物をご持参のうえ、当日、お気軽に直接会場へお越しください。

★読み聞かせ会開催★

7月10日（木）は高階図書館職員による、読み聞かせや手遊びなどを行います。
詳しい内容は当日までのお楽しみ！ ぜひご参加ください！

【開催日】 7月10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 和室
【協 力】 ボランティアグループ「あゆみの会」、高階図書館

回覧		福原公民館だより	
第609号	令和7年 6月 7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 6月1日 現在		E-mail fukuhara-cc★city.kawagoe.lg.jp	
人口・世帯数		20,824人（男性 10,473人 女性 10,351人）	9,337世帯
前 月 比		- 6人（男性 - 9人 女性 + 3人）	- 5世帯 【令和7年5月1日比較】
前年同月比		- 77人（男性 - 63人 女性 - 14人）	+ 97世帯 【令和6年6月1日比較】

福原公民館主催

シニアセミナー 2025

参加者募集！！

福原地区在住の60才以上の方ならどなたでも

月1回（全5回）

日 時 7月16日（水）～11月12日（水）
時 間 9：30 ▶ 11：30
会 場 福原公民館 2階会議室
参加費 300円（運営費・保険代等）
★第4回の講座は、開講式以降、実費（800円予定）を別途徴収します。
定 員 50名（先着）
協 力 川越市老人クラブ連合会 福原支部

- 第1回 7/16（水）開講式、県政出前講座「特殊詐欺被害防止ワークショップ」
- 第2回 8/27（水）eスポーツ（太鼓の達人・ぶよぶよ）を体験しよう！
- 第3回 9/17（水）「睡眠」と「健康」の知恵袋講座 別途実費800円
- 第4回 10/15（水）カラーサンドを使ったミニ観葉植物の鉢植えを楽しもう
- 第5回 11/12（水）腰痛・ひざ痛予防体操【地域包括支援センターみなみ共催】、閉講式

お申し込み・お問い合わせ

6月18日（水）～7月2日（水）までに参加費を添えて、福原公民館までお申し込みください（受付時間：平日10：00～17：00）。

～6月・7月の休館日～

【6月】
○6月25日（水）館内整理日

【7月】
○7月21日（月）海の日
○7月30日（水）館内整理日

第54回福原地区壮年ソフトボール大会

予告

《主催：福原教育振興会 共催：体育協力員連絡協議会》

皆さま、お誘い合わせのうえ、観戦・応援に足をお運びください！

【日時】7月6日(日)(雨天中止)

開会式：午前7時～ / 試合開始：午前7時50分～

【会場】スポーツパーク福原、福原小・中学校グラウンド

(受付・開会式・閉会式はスポーツパーク福原で行います)

※駐車場に限りがありますので、車での来場はご遠慮ください。

～福原公民館・南公民館 共催講座のご案内～

おもしろ理科教室

～紙トンボを作ろう!!～

竹とんぼの形を参考に、牛乳パックとストローで紙トンボを作ります。

高く、遠くに飛ばすには？

翼に細工をすると飛び方がどう変わるかな？

『飛ぶ』仕組みを学ぼう！

【日時】8月4日(月) 午後1時30分～3時

【場所】福原公民館 2階会議室

【対象】市内在住の小学生(3年生以下は保護者の同伴が必要です)

【定員】20人(先着)

【参加費】200円(材料費等)

【講師】「くらりか」講師

【持ち物】牛乳パック、筆記具、飲み物、ハンカチ、作品持ち帰り用の袋

【申し込み】7月1日(火)午前10時～ 電子申請にて受付(福原公民館の当講座のホームページから電子申請用のQRコードを読み取ってください)
申し込み後、7月28日(月)までに参加費をお支払いください。

●講座内容のお問い合わせ：南公民館(049-243-0038)

★ボランティアグループ「あゆみの会」メンバー募集!!★

福原公民館主催の子育てサロン「みんなであそぼ」の保育協力者として、ご協力いただける方を募集しています!! お問い合わせは福原公民館まで。

青少年

を育てる福原地区会議 主催事業のご紹介



今年度、地区会議が主催する夏休みの事業として、「夏休み勉強会」と「夏休み親子体験バスツアー(こども体験セミナー)」の二つの事業をご紹介します。どちらの事業も対象は、小学生(学年の制限なし)となります。

また、参加者募集のチラシを7月1日(火)から福原公民館でお渡しいたします。事業の詳細はそちらをご覧ください。お申し込み、お待ちしております。

夏休み勉強会

今年は、7月に4回開催。高校生による学習支援も引き続き行います。ぜひ、ご参加ください。

■日時 7月23日(水)・24日(木)・
29日(火)・31日(木)

■場所 福原公民館 2階 会議室1号・2号

■対象 福原地区在住の小学生

■定員 各日先着40人

■参加費 無料

■申し込み 7月10日(木) 午前9時～

「参加申込書」を福原公民館へ提出



夏休み親子体験バスツアー

夏休みの思い出づくり、親子で出かけませんか。今回は、人気のおかしパークなどを訪問します。

■日時 8月21日(木)

午前8時15分～午後5時30分

■集合場所 福原中学校(正門付近) 午前8時

■行き先 おかしパーク(栃木県小山市)
いわねフルーツパーク(栃木市)
ほか1か所(昼食)いちこの里

■対象 福原地区在住の小学生と保護者

■定員 40人(定員を超えた場合は抽選)

■参加費 大人・子ども 1人3,000円

■申し込み 7月4日(金) 午前9時～10日(木)
午後6時までに「参加申込書」を福原公民館へ提出

福原地域会議 主催による

青少年

関連事業のご紹介



福原地域会議における青少年部会では、今年度から新たに「子どもたちの安全・安心対策の推進」を掲げ、関連する取り組みを実施してまいります。

その第1弾が、夏休みを実施する「子どもたちを対象とした安全・安心見学ツアー」です。このツアーには、福原地区地域子どもサポート委員会の方も引率者として同行します。



子どもたちの安全・安心見学ツアー

■日時 8月8日(金)
午前8時～午後0時30分

■場所 埼玉県警察本部(さいたま市浦和区)

■対象 福原地区在住の小学3年生～6年生
で地域における安全・安心への取り組みに興味のある方

■定員 先着25人(保護者は参加しません)

■参加費 無料

■申し込み 7月10日(木) 午前9時～「参加申込書」を福原公民館へ提出

*青少年を育てる福原地区会議及び福原地域会議が主催する上記の事業については、それぞれ「参加申込書」を7月1日(火)以降、福原公民館でお渡しします。詳しくは、同館へお問い合わせください。