

名細公民館だより

令和6年11月号 回覧

発行・編集：名細公民館（名細市民センター内）

↓市HPでも確認できます！

〒350-0811 川越市小堤 662-1

TEL049-231-0001 Fax049-239-1166

≪公民館窓口受付時間≫

月～金 午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日・休館日を除く）



名細地区の人口 令和6年10月1日現在	
男性 15,192人	全体 30,146人
女性 14,954人	世帯 14,328世帯

名細公民館をご利用の皆様へ

抽選予約

1月分の公民館の抽選申込受付は11月1日（金）～25日（月）です。

抽選結果発表日 11月27日（水）

先着予約

12月分の先着予約申込日

先着予約①（合計6コマまで）11月1日（金）～11月7日（木）です。

先着予約②（合計7コマ以上）11月8日（金）からです。



11月の休館日

- ☆3日（日）文化の日
- ☆4日（月）振替休日
- ☆23日（土）勤労感謝の日
- ☆29日（金）館内整理日

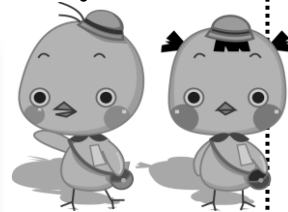
子育てサロン

～家族みんなのおしゃべりルーム～

きてね～☆

お子さんのいるご家庭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 11月26日（火）
午前10時～11時30分（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



スマホの基本とLINE IN 名細公民館

スマートフォンを持ってはいるけれど、使いこなせていないなあ、と感じる初級者の方を対象に、改めてスマホの基本操作を確認し、学びます。また、今回はLINEを中心に体験します。

- 日時 12月6日（金）午後2時から4時
- 会場 1階多目的室
- 講師 ソフトバンク スマートフォンアドバイザー
- 参加費 無料
- 対象 市内在住の60歳以上でスマートフォン操作初心者の方
- 定員 20人（先着）
- その他 公民館が用意するスマートフォンで学びます。
- 申込み 11月12日（火）午前10時から名細公民館へ
電話（049-231-0001）またはFAX（049-239-1166）
※FAXの場合は下記をご記入ください。



①講座名（スマホの基本とLINE） ②住所 ③氏名（ふりがな） ④年齢 ⑤電話番号 ⑥FAX番号

R Dアモーレ 公開講座

< やさしいラウンドダンス >

ラウンドダンスとは、ポピュラーなヒット曲や懐かしのオールディーズに合わせて、全員が同じ振付で円周上を進みながら踊ります。

初心者の方でも大丈夫♡ 簡単なステップからはじめましょう！！

日時 12月4日(水) 午後1時半～2時半

会場 1階多目的室

対象 ラウンドダンスに興味のある女性の方

参加費 無料

申込み 中村 Tel049-233-6278



< こども書道書初め講座 >

日時 12月22日(日) ①午前10時～正午

②午後1時～3時

12月25日(水) ③午前10時～正午

④午後1時～3時

会場 2階会議室1号

対象 小学3～6年生

講師 三田 光彩 氏(日本教育書道藝術院師範)

定員 各回7名程度

参加費 1,000円(当日お支払いください)

持ち物 墨池、墨汁、筆、紙等書初め道具一式

服装 汚れてもよい服装

申込み 下記アドレスにメールまたは、右上の二次元コードを読み込んで応募してください。

kosaishodo.0531@gmail.com



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

～かかりつけ歯科医を持ちましょう🦷～

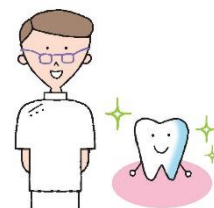


皆さんは、「かかりつけ歯科医」を持っていますか？

「かかりつけ歯科医」とは、単にむし歯や歯周病の治療をするだけでなく、定期的
に歯科健診をして、予防やメンテナンスを十分に行う、歯やお口のことなら何でも
相談できる歯と口の健康づくりのパートナーとなる歯科医師のことです。

【かかりつけ歯科医を持つメリット】

- ①治療法等をわかりやすく説明し、相談に応じてくれる
- ②歯石除去や歯科保健指導等のプロフェッショナルケアが受けられる
- ③治療がスムーズに行える
- ④生涯にわたり、お口の健康管理をしてくれる



歯やお口の健康を維持するためには、継続した長期的な管理がとても大切です。
特に悪いところがなくても、歯がきれいにみがかけているか、むし歯等がないかなど
をプロの目から確認・記録していくことで、些細な変化でも早期に発見し、対処で
きます。

また、かかりつけ歯科医を持つ人は、持たない人と比べると健康で長生きできると
言われています。

いつまでもぴんぴんと健康であるために、ご自身のライフスタイルに合った「か
かりつけ歯科医」を持つようにしましょう。