

山田公民館だより

令和5(2023)年11月号 No.257

山田公民館 〒350-0822 川越市山田161-7 TEL 224-4194/FAX 229-1212

Eメール yamada-cc★city.kawagoe.lg.jp

(メールをお送りの際は★を@に変えてください)

【山田地区の統計】人口 11,901 人(男 5,991 人、女 5,910 人) 世帯数 5,142 世帯
令和5(2023)年10月1日現在

青色回転灯防犯パトロールなどを再開しました

<山田地域安全推進連絡会>

9月から、青色回転灯防犯パトロールと広報車によるパトロールを4年ぶりに再開しました。小学生の下校時刻に合わせて、おおむね毎週水曜日の15時15分から1時間程度、通学路などを巡回しています。巡回時には、下校時の安全や詐欺などの犯罪被害防止を呼び掛ける音声を流しています。

当会では、「安全で安心な山田地域」の実現を図るために、犯罪、事故及び災害の発生を未然に防止するための地域安全活動を推進しています。

今後とも地域の皆様には、活動へのご協力をお願いいたします。



青色回転灯防犯パトロール

ご長寿の皆様にご記念品を贈呈しました

<川越市自治会連合会山田支会・山田地区社会福祉協議会・山田地区民生委員児童委員協議会>

山田地区の発展にご尽力いただいた85歳以上の方(申請された207名)に、感謝の気持ちとして、記念品と感謝状を贈呈しました。記念品は、男性にはシルバー、女性にはパープルの箸をお贈りしました。

ご長寿の皆様におかれましては、これからも豊かな経験と知識でご指導くださいますようお願い申し上げます。



休館日のお知らせ

- 11月 3日(金) 文化の日
- 11月 23日(木) 勤労感謝の日
- 11月 29日(水) 館内整理日
- 12月 27日(水) 館内整理日
- 12月 29日(金)~12月31日(日)
年末休館日
- 1月 1日(月)~1月 3日(水)
年始休館日
- 1月 8日(月) 成人の日
- 1月 26日(金) 館内整理日

◆利用申し込み◆

【11月分】先着予約、コマ数制限なし

【12月分】先着予約

11/1(水)午前9時~、6コマまで予約可

11/8(水)以降、コマ数制限なし

【1月分】抽選受付

11/1(水)~11/26(日)、4コマまで

※予約システムが利用できるのは、窓口で利用登録した団体に限ります。

※抽選結果は27日(月)以降に確認できます。

子育てサロン「わんわんキッズ」

《山田公民館・北部地域ふれあいセンター共催》

子育てサロンは広い和室でお子様を自由に遊ばせながら、
仲間づくりや情報交換のできる親子広場です。
ぜひお越しください。

- 日時 **11月16日(木)** 10:00~11:15
- 場所 川越市北部地域ふれあいセンター(山田1578-1)
- 定員 4歳児までの子と保護者 先着10組(申込不要)
- 協力 山田地区民児協、ちゅーりっぷ(ボランティアグループ)、保健推進員
- その他 ・感染防止徹底のため、大人の方はマスクの着用をお願いします。
また、体調がすぐれないときは参加をお控えください。
・赤ちゃんをお連れの場合は、バスタオルをお持ちください。

※今後の予定・・・毎月第3木曜日

12月21日、1月18日、2月15日、3月21日

ちようせん まが玉づくりに挑戦しよう!

<山田地区子どもサポート委員会>

やわらかい石をナイフやヤスリで削^{けず}って、まが玉アクセサリーを作ります。

出来上がったものはお持ち帰りできます。



日程: 12月25日(月) 10:00~12:00

会場: 山田公民館(2階会議室1・2号)

対象: 山田地区在住の小学1年生~中学生 先着15名
※小学1年生~2年生は、保護者同伴

参加費: 300円(保険料、材料費)当日集金

申込: 11/13(月)~11/24(金)山田公民館(049-224-4194)へ電話
平日午前8時30分から午後5時15分

持ち物: 汚れてもよい服装、手をふくタオル、水筒、マスク着用
材料や石を削る道具はサポート委員会で用意します。

問合せ: 山田公民館(049-224-4194)

山田セミナー開講しました

山田セミナー第1回は、10月4日(水)地域包括支援センターきたのセンター長安原和美さんに「介護保険にまつわるエトセトラ」と題して講義をいただきました。

第2回は、10月17日(火)コヤナギコーヒーニッポン代表小柳貴人さんに「スペシャルティコーヒーの世界を味わう」と題して講義をいただきました。参加者の皆様は、新しいことを知ったり、コーヒーの淹れ方の実演をみて試飲をしたりとても満足されている様子でした。

11月と12月に、残りの3回を予定しております。

第3回 11月 1日(水) 相続おしかけ講座

第4回 11月22日(水) こどもの城「プラネタリウム」見学

第5回 12月 6日(水) 消しゴムハンコづくり



保健推進員だより

お腹の赤ちゃんもママも健康に！

妊娠中は、お腹の赤ちゃんの成長に伴って、つわりや便秘など様々な体の変化が起こります。お母さんの健康と、赤ちゃんのすこやかな発育のために、食事にも気を配りましょう。

【妊娠中の食事はバランスを意識して】

つわりで食欲がない時は、食べられる時に食べられるものを口にしましょう。つわりが落ち着いてきたら、適量をバランスよく食べることを意識しましょう！

主食・主菜・副菜が揃うと
栄養バランスが良くなります。



【便秘を予防しましょう】

妊娠中は便秘になりがちです。水分をこまめにとり、食物繊維を多く含む野菜を積極的に食べましょう。



【お酒は我慢しましょう】

妊娠中の飲酒は、低体重や発育の遅れ、脳障害など赤ちゃんに深刻な影響を及ぼすことがわかっています。妊娠中のどの時期でも、少量の飲酒でも可能性があるため、妊娠中の方は完全にお酒をやめるようにしましょう。大切な赤ちゃんのため、ビタミンCや食物繊維がたっぷりとれるフルーツなどを食べてリフレッシュしましょう。



©川越市 2010

(川越市健康づくり支援課)

第13回 北・ふれあいセンターまつり 12月10日(日)



9時～12時 雨天開催

川越いもの子作業所
手作りの「干し芋」や「いも菓子」等の
販売♪



(有)戸田食品工業所
贈答用から久助まで各種
煎餅の販売♪



島崎農園
のしもち・米の販売
のしもち 3K ¥2,500

びさい川越
手作り「ハーバリウム」「手染Tシャツ」
販売♪ 出張ビサイクル等



JAいるま野小江戸支店
物販・野菜販売
あそびコーナー

サッポロめんフーズ
製麺工場直売!!
生麺(うどん・中華麺・パスタ)や
冷凍食品(餃子)等の販売♪



埼玉ヤクルト川越北センター
ヤクルト飲料販売・ふうせんプレゼント
「おなか体操」「おなか教室」開催



マミーフラワー
季節のお花販売♪

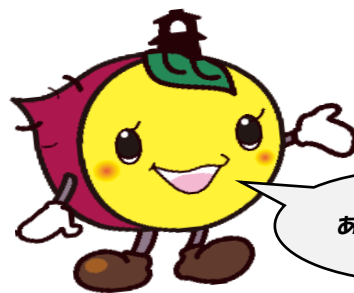


佐原ファーム
長ネギ等冬野菜販売♪



キッズ クリスマスリース教室
オリジナルの小さなクリスマスリースを作いませんか？

華やかに粋に…祭りを盛り上げます！
北山田囃子保存会・府川囃子連・石田囃子連
川越どじょう掬い会・山田民謡クラブ



あそびにきてね♪

★「ときも」ぬい絵 大募集！★ (11月1日～配布・11月30日 提出×切)

ぬい絵と交換に **お菓子券** プレゼント♪ 詳しくは センター窓口まで…



「もろ丸くん」

☆ゆるキャラ「ときも」と「コバトン」と、今回は毛呂山町から「もろ丸くん」も来るよ～♪♪

その他… 冬至だよ！毛呂山町の柚子 詰め放題！

「輪投げ」でお菓子をゲットだぜ!! など楽しい企画が盛りだくさんです♪

ご家族 ご近所 皆さま揃ってお出かけください!!

NPO 法人川越市北部地域ふれあいセンター運営協議会

☎223-7221

★催し物の内容は変更になる場合がありますのでご承知おきください★