

川本公民館だより

発行 川本公民館
〒369-1104 深谷市菅沼401
☎ 583-3234 FAX 583-3267



ためるんピックふかや登録事業

かわもとウォーキング

～島山重忠公の故郷を歩く～

日時 5月17日(日) 8:00～ (雨天中止)

集合場所 ワモア川本 玄関前

受付 8:00～8:15 開会式 8:20～ 出発 8:30

コース ワモア川本 ⇒ 重忠橋 ⇒ 島山重忠公史跡公園(休憩) ⇒ 井椋神社 ⇒ 植松橋 ⇒ ワモア川本 (約7.3km およそ2時間)

持ち物 飲み物(水分補給) ※ウォーキングに適した服装、靴でご参加ください。

対象 川本地区在住、在勤、在学のかた(参加費:無料)

協力 自治会川本支会、川本公民館体育部員

主催・問い合わせ 川本公民館 ☎583-3234

申込方法 各自治会に配布の回覧用紙に必要事項を記入し、5月12日(火)までに公民館へお申し込みください。回覧以外の方は5月12日(火)までに公民館窓口にてお申し込みください。

参加賞
プレゼント



自治会長・体育部員・教養部員を紹介します！ (敬称略)

自治会名	自治会長	体育部員			教養部員	
本田第一	吉田 忠夫	松島 宏之	竹澤 佑	島田 智晴	小林 豊	
本田第二	真下 章	真下 淳	関口 修	真下 星	飯野 達也	
本田中央	松本 博之	今井 正宏	江部 祥一郎	真下 幸雄	相原 敏	
本田第4	大澤 章一	相原 信夫	○横田 昌弘	富田 博昭	神山 英範	
本田第5	藤野 清	◎金谷 竜介	松崎 博保	河野 恵子	高橋 喜美枝	
本田第六	吉田 泰之	長嶋 貞夫	本田 敏一	中嶋 美徳	吉田 好子	
島山五所	清水 豊巳	小田原 潤一	吉田 悦雄	田村 典子	藤野 美智子	
島山中央	井澤 進	熊谷 寛之	渡辺 文基	大沢 尚子	小澤 悦子	
島山上郷	関根 直志	丸橋 洋一	井澤 潤	高橋 敏子	◎佐藤 明子	
春日丘	○中西 裕司	小澤 迪則	萩原 旭	橋本 芳江	柴崎 けい子	
上原	塚越 広臣	塚越 秀明	大坪 雅弘	田島 由美	柳 通夫	
田中第一	江原 司	五十嵐 昭人	猪熊 大介	田沼 亨	○田中 裕	
田中南	田尻 英明	小池 信美	田尻 裕貴	内田 孝子	福島 一美	
田中北	◎大澤 誠一	新井 猛	○吉田 公司	遠藤 絹子	戸谷 ちとせ	
武川駅前	馬場 克典	大澤 栄一	山口 大輔	中原 益臣	川中 浩次	
長在家西	堀野 幸雄	山内 康正	小川 和芳	高橋 法子	舟橋 優人	
長在家東	○藤野 香	馬場 倫広	横瀬 博文	今田 博美	長沼 優美	
菅沼	福島 清	飛田 稔幸	加部 博道	宮代 しのぶ	山田 奈菜子	
瀬山	馬場 保巳	横田 文安	田中 きよ子	中條 恵美子	小久保とし江	
瀬山団地	堀内 高夫	内田 良平	高野 泰司	岩月 初江	須藤 直子	
明戸	飯塚 勝行	飯塚 達也	市川 祥路	瀬山 さおり	根岸 淳子	

◎川本支会長 ○副支会長

◎部長 ○副部長



令和8年4月1日現在		川本地区の人口と世帯(前月比)	
男	女	合計	世帯数
5,601人(-9)	5,591人(-10)	11,192人(-19)	5,006世帯(+16)

介護予防教室「おなか元気教室」のご案内

腸を丈夫にすることが健康で長生きにつながる「健腸長寿」という考え方をご存じですか？

健康のバロメーターである「便を出すこと」に主眼を置いた教室を開催します。

日時：5月26日（火）午前10時～11時30分

場所：ワモア川本 大会議室

対象：深谷市在住の概ね65歳以上の方およびその家族

定員：50名

内容：①「おなかの話」腸の働きとその大切さ

②「おなか体操」曲に合わせた簡単な体操を行います。※動きやすい服装でお越しください。

講師：埼玉北部ヤクルト販売（株）管理栄養士

竹内 智津子 氏

参加費：無料

申込み：5月22日（金）までに包括ふじさわ苑へお申し込みください。☎571-1234

（受付時間 平日の10時～17時まで）



あなたのまちの相談相手 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員、主任児童委員って
どんな活動をしているの？



民生委員・児童委員

高齢での生活不安、介護の悩み、障害者の支援など、さまざまな相談に応じています。相談内容にあわせて市役所や社会福祉協議会、地域包括支援センターなど、関係機関につないでいます。

主任児童委員

子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。相談内容に応じて、相談者の地区を担当する民生委員・児童委員や市役所、学校、児童相談所などと連携し、支援活動を行っています。

※民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務があります。安心してご相談ください。

問い合わせ 福祉政策課 ☎568-5041

令和8年度「ちいきの先生」募集

5月から市内全小学校において、土曜日の午前中、「がんばル～ム」が始まります。「がんばル～ム」では小学生の学習支援や相談を行う「ちいきの先生」が不足しております。そこで、小学生の学習をサポートしていただける「ちいきの先生」を募集します。

対象 18歳以上75歳まで

支援教科 国語、算数

支援時間 土曜日の午前中

支援場所 市内小学校

申し込み 問い合わせ先へ

問い合わせ 生涯学習スポーツ振興課 ☎572-9581



子育てサロン

とき 5月11日（月）午前10時～11時30分

6月 1日（月）午前10時～11時30分

ところ 川本公民館（ワモア川本）1階 児童室

内容 おもちゃ遊び、体操、手遊び、歌遊び、情報交換など

参加方法 申し込み制ではありません。

（無料）

※当日直接会場にお越しください。

問い合わせ 川本公民館 ☎583-3234



国民健康保険特定健康診査及び後期高齢者健康診査の予約を開始します！

特定健診対象者：深谷市国民健康保険に加入している40歳以上のかた

後期高齢者検診対象者：後期高齢者医療保険に加入しているかた

内容：身体測定、尿検査、診察、血圧測定、血液検査 ※特定健診対象者は追加で心電図、腹囲測定を実施

費用：特定健診／500円 後期高齢者健診／無料

実施期間：《集団健診》令和8年6月1日（月）～令和9年2月4日（木）

《個別健診》令和8年6月1日（月）～令和8年12月28日（月）

会場：《集団健診》深谷寄居医師会メディカルセンター、深谷市役所本庁舎、藤沢公民館、豊里公民館、岡部公民館、川本公民館、花園公民館

《個別健診》個別健診実施医療機関

予約方法：《集団健診》完全予約制 ※令和8年5月8日（金）から予約開始

予約受付時間 午前9時から午後5時まで（5月8日（金）は午後7時まで）

予約専用電話048-570-6111（深谷寄居医師会メディカルセンター）

（※がん検診の同日申し込み可）

※土・日曜日、祝休日及び年末年始（12月30日（水）から1月4日（月）まで）を除く。

予約開始日から2週間及び午前9時から午前10時までは、つながりにくい場合があります。

《個別健診》広報ふかや5月号の折込チラシに掲載の、個別の医療機関にご確認ください。

詳しい内容・日程等は、該当するかたに5月初旬にお届けする個別通知又は5月広報の折込みチラシをご覧ください。か、下記問い合わせ先までご連絡ください。

問い合わせ：保険年金課 電話 048-574-6641（特定健診・後期高齢者健診）

保健センター 電話 048-575-1101（がん検診）



おいしいコーヒーの淹れ方教室

と き 6月11日(木) 午前10時00分~正午
 ところ 川本公民館 大会議室
 講師 LOTUS Cafe 五十嵐 智さん
 募集人数 先着25名
 参加費 1,500円(試飲・お土産付)
 申込み 5月21日(木)~6月4日(木)の平日午前9時~午後5時までに参加費を添えて川本公民館へお申込みください。※当日欠席の場合、返金はいたしません。
 対象者 川本地区在住、在勤、在学のかた
 ※定員に満たない場合は5月28日(木)~市内全域のかたの申込み可
 内容 ・コーヒーにまつわるお話 ・おいしいコーヒーの淹れ方(実演) ・コーヒーの試飲
 問い合わせ 川本公民館 ☎583-3234



元気ふっかつ教室参加者 募集します！

地域の理学療法士が講師となり、自宅でも継続できる運動を行いながら、栄養や口腔、認知症予防について学ぶ、全12回の教室です。体力に自信のないかた、足腰が弱ってきたと感じるかた、いつまでも元気でいられるよう、おもりを使った簡単な体操(深谷ふっかつ体操)で、気軽に身体を動かしませんか？

- (1) 対象者 次の①~③のすべてを満たし、全日程参加できるかた
 ①深谷市内在住のおおむね65歳以上のかた ②「元気ふっかつ教室」に初めて参加するかた
 ③住民主体の通いの場など、継続的に深谷ふっかつ体操を行う機会がないかた
- (2) 申込受付 5月13日(水) 午前9時から受付開始
 (3) 日程 (全12回コース)

期間	6月24日(水)~9月16日(水)		
日程	毎週水曜日 ※7/29を除く (6/24、7/1、7/8、7/15、7/22、8/5、8/12、8/19、8/26、9/2、9/9、9/16)		
時間	午前10時~11時30分	定員	先着25人
会場	ワモア川本 大会議室		



※詳細は申込者に通知します。

- (4) 問い合わせ・申込み 長寿福祉課介護保険係 ☎574-8544

オーケストラワークショップ 参加者募集

~学校や個人で楽器を学んでいる方、オーケストラに加わって演奏を体験してみませんか!~

対象 小学生以上で楽器演奏経験者
 と き 8/22(土)・29(土)、9/5(土)・19(土)、10/3(土)・12(月・祝)
 全6回 午前10時~正午

ところ 深谷市民文化会館
 募集楽器 バイオリン、チェロ、フルート、ホルン
 (楽器は各自ご用意ください。)

募集人員 20人程度(申込多数の場合は抽選)
 内容 6回の練習後、11月8日(日)開催「深谷シティフィルハーモニー管弦楽団第18回定期演奏会」にて楽団員と一緒に演奏します。

参加費: 1,000円

申込み・お問い合わせ 7月4日(土)までに「申込書」を深谷市民文化会館(☎573-8765)へ
 ※申込書は深谷市民文化会館またはホームページから入手できます。



介護予防教室「転ばない! 歩き方教室」参加者募集!

理学療法士による「転ばない」ための歩き方教室です。最近、歩く速度が遅くなったかたや、つまずきやすくなったかた、杖や歩行器の利用を迷っているかたにお勧めです。自分の足でしっかり歩けるよう正しい歩き方や効果的な運動についてアドバイスします。杖や歩行器の紹介もあります。ぜひ、ご参加ください。

日時 6月17日(水) 10:00~12:00

会場 花園公民館大会議室

対象者 深谷市内在住の概ね75歳以上の歩行に自信のないかた、かつ、本教室に初めて参加するかた(歩行に介助が必要なかたは除く)

定員 先着20名

持ち物 運動靴(外履き用)、水分補給できる飲み物、筆記用具

申込み 5月28日(木)~6月10日(水)の9時~17時(平日のみ)の間に地域包括支援センターふじさわ苑へ(☎571-1234)

問い合わせ 長寿福祉課 ☎574-8544



「春のごみゼロ運動」

と き 5月31日(日)

※開始時間は各自治会の回覧をご覧ください。
 ※雨天時の実施は、各自治会の判断によります。

お願い ゴミのポイ捨てはやめましょう。



収集するゴミ: 自治会内の道路、河川、住宅周辺に捨てられている空き缶、空き瓶、紙くすなどのゴミ

※ごみゼロ運動では不法投棄物(タイヤ、バッテリー、廃家電、消火器など)の回収は行いません。

問い合わせ 環境衛生課 環境衛生係 ☎578-7332

川本公民館文芸欄

第381回 川柳会

課題 「坂」 酒井青二選



選後一言
絶景が広がる。

天位 憧れの人と巡り会えるかも。
地位 喜びを分かち合う。

地位

見たことのない
飯野 常美
加藤 厚
大澤 陽子
福島 知良
島田 正夫
内田 昌三
真下 はつ枝
明田 眞雅
武井 猛
内田 専岳
金子 孝男
田那部 久子
木村 寿男
矢嶋 すい

天 坂道を登りきったら叶う夢
地 米弄過ぎほーら頂上見えてきた
人 この坂は手を取りあって歩くと道
佳作 さかあがりまわれてうれし得意がお
上り坂峠に夢が待っている
人生は上り下りの坂ばかり
斜走路できたえた足で歩いている
難局もま坂の坂で切り抜けた
牛歩でも感謝で登る八十路坂
老いの身のくねる人生いろは坂
坂上の流れる雲に身をまかせ
箱根坂今年もドラマ涙あり
まだ登る人生峠杖も連れ
坂の街登った先に夢が待つ
人生の坂道登る穏やかに
坂道で汗をふきふきひと休み
夫婦坂良くも悪くも五十年

貫井 義子
河田 操
藤野 登美江

第586回 俳句会

兼題 「草餅」・当季雑詠 林清吉選



特一 店番の経木に包む草の餅
特二 赤城山浮かせて利根の春霞
特三 草餅の草より深き緑かな
入選

選後一言 特一、最近経木に包むお店が多くなり、古き良き日本の食文化を思い起こしました。和菓子に合います。特二、季語を活かした上手い写生句。特三、草餅はその色と香りで味わう食文化。

草餅や旧道のあの和菓子店

選者吟

春の雨どこまで土の黒さかな
蓬摘む祖母のお供に孫二人
春の夢見たのか妻にもれる笑み
草餅の青さ匂へる野の息吹き
作り継ぐ妻の草餅祖母の味
春立つや指針が遊ぶ体温計
ふわあつと鼻から抜ける蓬の香
三脚を据えて見あぐる花ごぶし
草餅を孫とつくれば丸さ増す
草もちはつきたてほっこりエメラルド
春風やペダルも軽し里の道
デバ地下の限定草餅長い列

高橋 甚作
齋藤 直美
内田 昌三
明田 眞雅
熊谷 政義
矢吹 重信
飯野 悦子
金田 正夫
真下 はつ枝
矢嶋 すい
飯野 常美
福島 知良

追記 5月の句の兼題「筍」・他当季雑詠計五句、川柳の課題「貨車」三句以内を5月31日(日)までに、公民館へお寄せください。投句用紙は公民館に置いてありますが、ハガキやファックスでもかまいません。初めての方の投稿をお待ちしています。【FAX 583-3267】

1. 使用済小型家電の収集日 5月 8日(第2金曜日)
2. 有害ごみの収集日 5月15日(第3金曜日)
3. ごみ出しのマナーについて
 - ①ごみは必ず分別してください。
 - ②生ごみは水切りをしてください。
 - ③朝8時30分までにごみを出してください。



※ゴールデンウィーク期間中は土日を除く祝日も収集を行います。

4. リチウム蓄電池等の収集日
5月20日(第3水曜日 午前8時30分~正午)
※収集所には出せません。

【回収場所】

- ・深谷市役所本庁舎 1階市民ホール
- ・岡部・川本・花園総合支所 エントランス
- ・深谷清掃センター

問い合わせ 環境衛生課 ☎578-7332

川本図書館からのお知らせ

川本図書館はワモア川本の中です。☎583-6250

川本図書館 おはなし会

日時：5月9日(土) 午前10時30分~
場所：川本公民館 児童室
対象：幼児、小学校低学年



図書展示

- 「図書館でガーデニング」4/10(金)~5/7(木)
- いろいろな「むし」大集合 6月4日は虫の日!
5/8(金)~6/11(木)

令和8年5月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

おはなし会

※今月の整理休館はありません。

こどもの読書週間展示
4/23(木)~5/12(火)
図書館司書が選ぶこどもに読んでほしいイチオシ本!