

# 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

## 参加者募集 おもてなし料理教室



と き 11月5日(木) 午前10時～正午  
ところ 川本公民館(ワモア川本) 1階 クッキングルーム  
参加費 1,000円(材料費)  
※10月22日(木)以降の欠席連絡は、返金はできません。  
講 師 管理栄養士 中嶋 美德 先生  
定 員 先着12名  
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具  
申し込み 10月8日(木)～10月22日(木)までの  
平日午前9時～午後5時までに、参加費を添えて  
川本公民館へお申し込みください。なお、定員となり次第締め切りとさせていただきます。  
問い合わせ 川本公民館 ☎583-3234

### メニュー

- ☆ピザ 2種(生地から作成)
- ☆じゃがいもとしらすのホットサラダ
- ☆にんじんラテ
- ☆豆乳ときのこのスープ
- ☆りんごと紅茶のジュゼリー

## 参加者受付中

## からだのなかから元気に いきいき血管講座



心臓から送り出された酸素や栄養を全身に届ける大切な臓器である血管。  
血管が衰え傷つくことで、命にかかわる病気にもつながります。  
からだからのサインを見逃さず、血管を元気にきれいに保つ生活を始めましょう。



日 時 10月30日(金) 午後1時30分～3時00分  
場 所 川本公民館(ワモア川本) 大会議室  
対 象 健康増進に興味のある方  
定 員 50名(先着順)  
受 講 料 無料  
申し込み 地域包括支援センターふじさわ苑  
☎571-1234(平日午前9時～午後5時)  
受付開始 9月28日(月) から  
主 催 川本地区協議体



### —— 講義内容 ——

1. 私たちの体と血管
2. 心臓の血管にかかわる病気
3. 脳の血管にかかわる病気
4. 命にかかわる病気を予防する



■みんなで学ぶ介護時間 ■社会福祉法人幸寿会清風苑・長寿福祉課共催事業

## 「食で元気になろう」～毎日の食事から必要な栄養を考える～

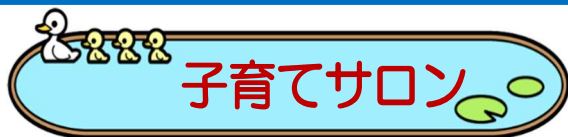
栄養について学んで、つくって、食べながら語り合しましょう。

(1) 日 時 10月26日(月) 午前10時30分～正午  
(2) 会 場 川本公民館(ワモア川本) クッキングルーム  
(3) 講 師 日清医療食品 食育インストラクター 松田 俊樹氏  
(4) 定 員 15名 ※定員になり次第、締め切り  
(5) 参加費 無料  
(6) 持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ可)、筆記用具  
(7) 申し込み・問い合わせ 10月23日(金)までに社会福祉法人幸寿会清風苑へ ☎583-5555



### 地区別人口の掲載について(お知らせ)

住民基本台帳システムの運用の変更に伴い、公民館別の人口等の集計ができなくなったため、10月号から掲載を取りやめることとなりました。



子育てサポーターさんと共に親子で楽しく遊びながら、子育ての喜びや悩みを気軽に話し合える交流の場です。はじめての方もぜひご参加ください♪

と き 10月 5日 (月) 午前 10 時～11 時 30 分

11月 9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



## 第36回さいたま太鼓まつり

日 時 11月1日(日)

午前 10 時～午後 3 時まで

会 場 埼玉県農林公園 野外ステージ  
(深谷市本田 5768-1)

入場料 無料

※ichiren marche (飲食・雑貨)

出店あります。

主 催 さいたま太鼓まつり実行委員会

(畠山重忠公顕彰会重忠太鼓保存会部会)

問い合わせ 会長 眞下和則

☎090-2530-7633



## 夜間断水のお知らせ

川本浄水場電気設備点検のため、10月22日(木)の午後11時30分頃から翌日23日(金)の午前2時頃までの間に、川本地区の荒川より北部の地域で約2分間の断水が2回程度発生します。なお、荒川より南部の地域については本田配水場からの配水となるため、影響はありません。

つきましては、ご利用の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

連 絡 先 環境水道部水道工務課施設係

☎577-7539

当日連絡先 川本浄水場

☎583-2317



## 令和8年度 深谷市戦没者追悼式について

戦没者2,558柱の冥福と恒久平和を願うために、深谷市戦没者追悼式を挙行します。式は2部制(第1部は式典、第2部は一般献花)により開催いたします。

ご遺族や市民の皆さんは、第2部から参列できます。

また、ご参列いただいた方には記念品を贈呈します。

※同会場で式典(第1部)の上映をいたします。

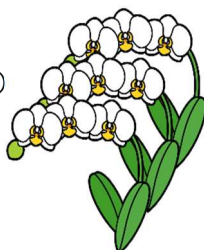
日時: 10月11日(日)

【第2部】一般献花(随時受付)

午後1時～午後3時30分

場所: 深谷市役所本庁舎

1階ロビー及び多目的ホール



## ファミリーミュージカル「3びきの子ぶた」

森の狼と「3びきの子ぶた」の友情を美しい音楽と共に描いた作品です。

と き 10月24日(土) 開場: 午後2時00分

開演: 午後2時30分

入場料 全席指定1,800円 友の会1,500円

チケット取扱所

1. 深谷市民文化会館・・・☎573-8765

2. 花園文化会館アドニス・・・☎584-6127

～チケット発売中～

※3歳以上有料

※バックステージツアー開催

受付先着30名さま

チケット購入者対象で6歳以上

の方対象(当日13:00スタート)

演出スタッフ 劇団東少

問い合わせ 深谷市民文化会館 ☎573-8765



## ■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。

(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 10月19日(月) 午前9時から

(3) 日程(全12回コース)

・ 期間 12月10日(木)～3月11日(木)

・ 日程 毎週木曜日(12/31、2/11を除く)

・ 時間 午後2時～3時30分

・ 定員 先着20人

・ 会場 岡部公民館 多目的室(大)

(深谷市普濟寺 1626-3)

※詳細は申込者に通知します。

(4) 問い合わせ・申し込み先

深谷市社会福祉協議会 ☎573-6563



## 在宅ワーカー育成セミナー（スタートアップセミナー）



と き 11月17日（火）・11月26日（木）の2日間 午前10時00分～午後1時  
ところ WEB セミナー（Zoom）又はサテライト会場（市役所内会議室）  
対 象 自宅にインターネット環境とパソコン（OSがWindowsXP、Vista 又は  
Windows7、8、10は不可）があり、2日間参加可能な在宅ワークを始めたい女性  
内 容 在宅ワークを始めたい女性を対象に、2日間の集合型研修のほか、ご自宅でメンターの  
サポートを受けながらeラーニングや業務の体験ができる、初心者向け実務講座です。  
定 員 先着順 WEB50人 サテライト会場20人（託児あり、生後6か月～未就学児）  
講 師 1日目 佐手 みどり氏（㈱キャリア・ママ）、2日目 青木 悦子氏（㈱キャリア・ママ）  
受講料 無料  
申込み ㈱キャリア・ママ 11月10日までにWEB・電話でお申込みください。☎042-313-7723  
（受付：平日午前9時～午後5時） WEB: <http://www.c-mam.co.jp/fukaya/>

### ■令和8年度「ACP人材バンク事業」ACP普及啓発教室■

#### ～さあ、はじめよう！ACP・人生会議～

命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを伝えたりすることができなくなるといわれておりますが、元気な今だからこそ、身近な医師からの話を聞きながら、人生会議（ACP）を一步前に進めてみませんか？

参加者には、深谷市オリジナルのエンディングノートを差し上げます。

日 時 10月30日（金）  
午後2時～3時30分



会 場 上柴公民館 大会議室1

対象者 市内在住・在勤（在学）のかた（先着80名）

講 師 後藤 貢士先生（深谷赤十字病院 循環器科部長）

申込・問合せ 10月29日（木）正午までに  
電話かオンライン申請で申込  
（長寿福祉課介護保険係 ☎574-8544）

### ふかや市民大学校友会 第10回 生き生きフェスタ

日程 11月14日（土）開 演 午前10時30分～  
終 演 午後3時55分予定  
（開 場 午前9時30分）

会場 深谷市民文化会館大ホール（自由席）

定員 先着300名（一人2枚まで）

費用 無 料

\*但しチケット（入場券）が必要です



演目 【午前の部】 雅楽演奏・書道パフォーマンス  
【午後の部】 軽音楽演奏・チアリーディング・  
トークショー

チケット配布日 10月20日（火）  
午後1時30分～3時00分

配付場所 深谷市民文化会館エントランスホール  
（残券がある場合は問い合わせ先で配布）

問い合わせ 教育委員会 生涯学習スポーツ振興課  
☎572-9581

### ◎フィットネス系教室の開催



- |                |                   |
|----------------|-------------------|
| ① 美ボディメイク教室    | 毎週月曜日 11:00～12:00 |
| ② かんたんエアロ教室    | 毎週火曜日 10:00～11:00 |
| ③ ナイトリラックスヨガ教室 | 毎週火曜日 20:15～21:15 |
| ④ ZUMBA®       | 毎週水曜日 9:30～10:30  |
| ⑤ リラックスヨガ教室    | 毎週水曜日 14:00～15:00 |
| ⑥ Bフィットネス教室    | 毎週木曜日 12:00～13:00 |
| ⑦ 健康体操教室       | 毎週金曜日 9:15～10:15  |
| ⑧ 入門ヨガ教室       | 毎週金曜日 11:45～12:45 |
| ⑨ ストレッチヨガ教室    | 毎週土曜日 20:00～21:00 |

場 所 深谷市総合体育館 サブアリーナ・  
武道場・研修会議室

参加料 1回400円（保険料含）事前予約  
は不要です。  
回数券でのご参加も可能です。

※教室前の1時間でトレーニング室と併用が  
可能です。（④・⑦は教室後の1時間）

主 催 公益財団法人 深谷市地域振興財団  
問い合わせ 深谷ビッグタイトル担当 真下  
☎572-3000



### 「歌声サロン川本」

申込み不要・参加費無料です

サロンでは、一つの歌をみんなで歌い、心地よい連帯感と歌う楽しさをみんなで共有します。

日 時 11月2日（月）午後1時～3時

場 所 川本公民館（ワモア川本）大会議室

主 催 川本地区住民運営ボランティア

地域包括支援センターふじさわ苑

問い合わせ 地域包括支援センターふじさわ苑  
☎571-1234

※参加受付時、歌集を貸し出します。

※交通手段のない方、ふじさわ苑までご相談ください。

※水分補給の飲み物を用意してきてください。

◎次回以降の開催スケジュール

12月7日（月）、1月4日（月）、2月1日（月）



# 川本公民館文芸欄

## 第591回 俳句会

兼題「夏帽子」・当季雑詠 林清吉選



選後一言 特一、ヘップバーンは夏の装いが似合う  
名女優でした。上手い句材を見付けたと感心。特  
二、スケールの大きな夏らしい一句。特三、猛暑日  
の次は線状降水帯。でも秋はすぐそこに。

改札に母の未だ振る夏帽子

矢吹 重信

吾が影と共に歩みぬ夏帽子

飯野 卯一

吊橋や風に飛ばさる夏帽子

藤野 登美江

メッシュ生地汗にまみれた野球帽

内田 専岳

お出掛けにセンスが光る夏帽子

熊谷 政義

園外へ散歩そろいの夏帽子

飯野 常美

夏帽子風に飛ばされどこへやら

真下 はつ枝

笑み浮かべ孫とそろいの夏帽子

矢嶋 すい

釣り人が頭にのせた菅の笠

藤野 孝行

高原の白一色の夏帽子

内田 昌三

山門を真つ赤に染めし百日紅

田那部 久子

夏帽子そろえ応援甲子園

小久保美世子

色あせしかぶる人なき夏帽子

斎藤 甚作

朝の雨揺れて真白き芙蓉かな

金田 正夫

紺碧に純白まぶし夏帽子

明田 眞雅

特三 蕎麦の花裾野明るく武甲山

武井 猛

特二 夏帽の王たる雲や富士の上

高橋 直美

特一 華奢な椅子ヘップバーンの夏帽子

**追記** 9月の句の兼題「吊し柿」他当季雑詠計五句10月31日(土)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。初めてのの方の投稿をお待ちしています。【FAX583-3267】※川柳は引き続きお休みさせていただきます。

### 1. 使用済小型家電の収集日

10月 9日(第2金曜日)

### 2. 有害ごみの収集日

10月16日(第3金曜日)

### 3. リチウム蓄電池等の収集日

10月21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



### 1. ごみの出し方について

このところ、収集所に出されたごみの中にリチウム蓄電池等の発火物が混入されており、回収を行ったパッカー車や処理施設において発火・発煙する事故が発生しています。そのため、今一度ごみの出し方について以下の点にご注意いただきますようお願いいたします。

- ①ごみは必ず分別してください。
- ②米袋や色のついた袋など、中身の見えない袋で出さないでください。
- ③リチウム蓄電池等の充電式電池や充電電池の内蔵された製品は、リチウム蓄電池等の収集日に回収場所へ持参してください。
- ④マッチや花火は水に湿らせてから、出してください。
- ⑤使い捨てライターやスプレー缶、カセットボンベは、有害ごみの収集日に指定場所の収集所に出してください。



### 【追記】

川本地区の収集所において、ごみ(分別ルールを無視した大量ごみ・注射器)の不法投棄が複数発生しています。不法投棄を見かけた方は、寄居警察署(048-581-0110)市役所環境衛生課に連絡し、日時や不法投棄者の特徴、車のナンバーを通報してください。

## 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: 10月10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「日本全国鉄道の旅」10/10(土)~11/30(月)

### 英語のおはなし会

日時: 10月25日(日) 午後2時~3時40分

場所: 深谷公民館 大会議室

対象: 小学生、中学生とその保護者

内容: 英語教育研究会の皆さんによる、英語のおはなし会

「頭と体を使ってみよう」PART2

定員: 先着12名(事前申込み制・先着順)

申込: 10月10日(土) 午前9時から

右記QRコードにより申込



### 令和8年10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



**秋の特別整理休館のお知らせ** 深谷市立図書館は蔵書点検のため、下記の日程において休館します。

\* 深谷図書館 10月20日(火)~23日(金)

\* 上柴・岡部・川本・花園図書館 10月6日(火)~8日(木)

図書館休館日 ※状況により変更になる場合もあります。