

明戸公民館だより

10月号



発行 明戸公民館
電話 571-0872
FAX 574-5864

令和8年10月1日発行 (第522号)



明戸地区市民体育祭



(明戸中学校合同体育祭)



日 時 10月4日(日)
開 会 式 午前8時
競技開始 午前8時30分
場 所 浄化センター内運動公園
*雨天中止(気象状況により判断)



自治会対抗グラウンド・ゴルフ大会

日 時 10月24日(土) 開 会 式 午前8時
試合開始 午前8時30分
場 所 浄化センター内運動公園
*雨天中止(気象状況により判断)



皆さまの応援 お待ちしています!

明戸地区 みんなのふれあい祭り&芸能祭



日時 11月7日(土) 受 付 午前 9時30分
開会式 午前 9時45分
販売開始 開会式終了後
場所 明戸生涯学習センター・明戸公民館
*終了時間 午後2時30分予定



※今年も「芸能祭」は、ふれあい祭りと同時に開催します。
※開会式の時間は変更になる可能性があります。
※芸能祭はふれあい祭り開会式終了後にスタートします。



スマホ教室を開催しました！



9月7日（月）に、IT サポーター深谷の石川美佐子先生を講師に招き、スマホ教室を開催しました。

スマホでの検索の仕方が分からない…という方を対象に、Google での検索の基本操作を学びました。

参加された方は、先生の説明に合わせて熱心に各自のスマホを操作し、Google での検索の便利さを感じる教室となりました。



親子バスツアーに行ってきました！

9月12日（土）明戸地区青少年健全育成会の主催による、親子バスツアーが開催されました。『日本科学未来館』では宇宙や科学技術について学習し、『江戸東京博物館』では江戸の暮らしや文化を学ぶことができました。どちらの施設でも楽しく学ぶことができ、笑顔溢れる充実した1日となりました。



祝！ 明戸中学校開校80周年



今年度、明戸中学校が開校80周年を迎えました。記念行事のひとつとして、10月20日（火）に、学校の歴史を振り返るとともに地域への感謝の気持ちを込めて「開校80周年記念集会」を開催します。動画やくす玉、そして、100周年に向けてのメッセージを収納するタイムカプセルなど、全校生徒による手作りの集会になる予定です。なお、学校支援地域本部に作っていただいた横断幕は、集会で披露した後、校門付近のフェンスに掲示いたします。また、作成した動画等は、ふれあい祭りや盆栽展で公開する予定ですので楽しみにしてください。



令和8年度 男女共同参画支援講座

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 | 令和8年11月17日（火）・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があり、2日間参加可能な在宅ワークを始めたい女性（OS が WindowsXP、Vista 又は Windows 7, 8, 10 は不可） |
| 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 WEB 50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 2日目 青木 悦子氏 （株）キャリア・ママ |
| 受講料 | 無料 |
| 申込み | （株）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。
電話：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 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举行します。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ご用意しています。※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



〇〇理学療法士による「転ばない」ための歩き方教室 〇〇

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。

(1) 日 時 令和8年10月27日（火）10:00～12:00

(2) 会 場 八基公民館1階体育室

(3) 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）

(4) 定 員 先着20名

(5) 持ち物 運動靴（室内履き用）、水分補給できる飲み物、筆記用具

(6) 参加申込期間 10月6日（火）～10月20日（火）9時～17時（平日のみ）

(7) 参加申込先 地域包括支援センター 医師会なごみ 048-577-5371

(8) 問合せ先 深谷市役所長寿福祉課 048-574-8544

※本教室はためるんピック登録事業です。



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いますが、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）を一歩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。

(1) 日 時 令和8年10月30日（金）午後2時～3時30分

(2) 会 場 上柴公民館 大会議室1

(3) 対象者 市内在住・在勤（在学）のかた（先着80名）

(4) 講 師 後藤 貢士先生（深谷赤十字病院循環器科部長）

(5) 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 ☎048-574-8544）



ACP



ふかや市民大学校友会 第10回 生き生きフェスタ

【日程】 令和8年11月14日（土）開演 午前10時30分～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）

【問い合わせ先】 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 |
| ④ZUMBA® 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 |
| ⑥B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の併用が可能です。（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

問合せ：深谷ビッグタートル ☎048-572-3000



1 使用済小型家電の収集日は14日（水）です。

2 有害ごみの収集日は16日（金）です。

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



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。



問い合わせ 環境衛生課業務係 ☎578-7332



公 民 館 行 事 予 定



10/ 4（日）	明戸地区市民体育祭（中学校合同）	浄化センター内運動公園	午前 8時
10/24（土）	明戸地グラウンドゴルフ大会	浄化センター内運動公園	午前 8時
11/ 7（土）	明戸地区みんなのふれあい祭り&芸能祭	明 戸 公 民 館	午前9時30分