



7月号

NO.529



# 上柴公民館だより

発行 上柴公民館  
 発行年月 2026. 7. 1  
 住所 上柴町西4-2-14  
 電話 572-9001  
 FAX 574-5868

## 夏休み 子ども科学教室&算数教室

### ★子ども科学教室★ (2~5年生)

とき 8月1日(土) 午前10時30分~  
(おおむね1時間半くらい)

ところ 上柴公民館 美術工芸室

対象 上柴西・東小学校の児童

参加費 無料(要申込み)

定員 先着20名



### ★子ども算数教室★ (5、6年生)

とき 8月8日(土) 午前10時30分~  
(おおむね1時間半くらい)

ところ 上柴公民館 大会議室1

対象 上柴西・東小学校の児童

参加費 無料(要申込み)

定員 先着20名

持ち物 ポールペン、定規、大きめのハサミ



申込先・問い合わせ

7月15日(水)~7月29日(水)

平日午前8時30分~午後5時(上柴公民館へ電話又は窓口にて受付)

☎572-9001

主催 上柴地区青少年健全育成会・上柴公民館

## ★ 上柴公民館事業報告 ★

### 6月11日 ふれあいハイキング 白駒の池・八千穂高原自然園

上柴公民館のふれあいハイキングで、長野県白駒の池・八千穂高原自然園へ行ってきました。美しい苔の原生林を巡り静かな池を訪ね、心も体も癒されました。その後は、温泉にゆっくり浸かり疲れを流し、ハイキングを満喫することができました。



### 【埼玉県後期高齢者医療制度にご加入のかたへ】

お手元の資格確認書は、令和8年7月31日に有効期限を迎えます。8月1日からは、マイナ保険証または7月中に届く新しい資格確認書で医療機関等を受診してください。

85歳以上のかた	8月1日から利用できる資格確認書を7月中に送付します。	
84歳以下のかた	マイナ保険証をお持ちのかた	マイナ保険証をご利用ください。ご自身の負担割合などを確認できる「資格情報のお知らせ」を7月中に送付します。
	マイナ保険証をお持ちでないかた	8月1日から利用できる資格確認書を7月中に送付します。

### 【深谷市国民健康保険にご加入のかたへ】

マイナ保険証をお持ちのかた	引き続き、マイナ保険証をご利用ください。 ※70歳以上のかたには、ご自身の負担割合などを確認できる「資格情報のお知らせ」を7月中に送付します。
マイナ保険証をお持ちでないかた	お手元の資格確認書は、令和8年7月31日に有効期限を迎えます。 8月1日から利用できる資格確認書を7月中に送付します。

【担当】保険年金課 ☎574-6641

# 7月 パソコン広場

パソコンやスマホの質問や練習に IT サポーターの方が相談ののってくれます。お気軽にご参加ください。

- 【日 程】 ①7月10日(金) 大会議室 1  
②7月24日(金) 中会議室
- 【時 間】 午前9時30分～午前11時30分  
(入退場自由)
- 【費 用】 無料
- 【問い合わせ】 上柴公民館 ☎572-9001

## 8月のパソコン広場予定

8月7日(金)・8月28日(金)

## 「栄一翁みらい宣言」

《中学生 立志の部》 『自分の目標』

しばさき かずし  
上柴中学校 二年 柴崎 和志  
(受賞当時の学年です)

僕には自分の文房具ブランドを立ち上げたいという夢があります。ペンやノートが大好きで、お気に入りの文房具を使うと、勉強のやる気が自然と湧いてきました。だからこそ、人の毎日をちょっと楽しく、前向きにしてくれるような文房具を自分の手で開発し、みんなに届けたいと思いました。使いやすさとデザインの両方を大切に、性別や年齢を問わず誰かのそばでそっと応援してくれるような文房具を届けたい。今はまだ夢だけど、それをいつか実現できるように、少しずつ準備を進めていきます。そして、私は日ごろから文房具の愛を生かして、いつかオリジナルのシャープペンを開発できるように、ペンをたくさん使っていきたいと思います。夢を実現できるように頑張ります。

## 深谷市文化団体連合会初心者無料講座

※詳細は各講座問い合わせ先でご確認ください。

### こと 箏初心者講座

- 【日 時】 午後5時～午後6時 8/1・22  
9/5・19、10/3・24 (全6回)
- 【場 所】 上柴公民館 和室
- 【申込み・問い合わせ】 ☎090-5801-3160 (伊東)

### 生け花初心者講座

- 【日 時】 午前10時～午後12時 8/7・21  
9/11・25、10/16・23 (全6回)
- 【場 所】 上柴公民館 美術工芸室 10/23のみ小会議室1
- 【申込み先・問い合わせ】 ☎090-2319-7337 (大林)

## 伝統文化子ども体験教室を開催します

- 【対 象】 小学3年生以上
- 【費 用】 無料
- 【主 催】 深谷市文化団体連合会
- 【問い合わせ】 深谷市文化団体連合会 伊東  
☎090-5801-3160

ジャンル	場所	日時	募集人数	持参品
生け花	上柴公民館 小会議室1	8月2日(日) 10時～12時	10人	特になし
お箏	上柴公民館 和室	8月9日(日) 13時～15時	10人	特になし

## あなたのまちの相談相手 民生委員・児童委員

こんな活動をしています！ ある民生委員・児童委員の1か月

- 【相談支援活動】 ●定例会の後に一人暮らしの高齢者宅を訪問した。  
●福祉サービスについての相談を受け、行政の担当者に相談し担当窓口につなげた。
- 【会議・研修】 ●毎月開催される、地区の民生委員・児童委員協議会定例会に出席し、連絡事項や地域の福祉行事の役割決めなどを行った。  
●深谷市民生委員・児童委員協議会主催の研修会へ参加。
- 【地域福祉活動】 ●子どもたちの通学時間にあわせて、あいさつ運動に参加。  
●福祉健康まつりに参加し、民生委員・児童委員活動のPRをした。

※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,

## 元気ふっかつ教室参加者 募集します！

- (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 7月13日(月) 午前9時から受付開始 ※詳細は申込者に通知します。
- (3) 日程 (全12回コース)



期間	9月4日(金)～11月20日(金)
日程	毎週金曜日(9/4・11・18・25、10/2・9・16・23・30、11/6・13・20)
時間	午前10時～午前11時30分
定員	先着25名
会場	深谷市ボランティア交流センター 3階大会議室(深谷市本住町12-8)

(4) 申込先・問い合わせ 深谷市社会福祉協議会 ☎573-6563

使用済小型家電の収集日 8日(水)

有害ごみの収集日 17日(金)

## 令和8年度敬老のお祝い（75歳以上）のお知らせ

令和8年度の敬老のお祝いについては、満75歳以上のかたへ9月中に記念品（深谷市地域通貨ネギーカード）を郵送します。

【対象者】令和8年8月1日現在、市内に住民登録のあるかたで、本年度中に満75歳以上になるかた（昭和27年4月1日までに生まれたかた）

【利用方法】①ネギーカードを利用して1,000円分の買い物に利用する

②敬老記念品カタログから特別商品を1つ選ぶ ※①、②のいずれかの方法となります。

【問い合わせ】長寿福祉課 ☎574-6645



## 令和8年度 88歳・99歳慶祝記念品について

【対象者】令和8年9月1日現在、深谷市住民基本台帳に記録されているかたで、6月1日から継続して市内に在住し、本年度中に満88歳、満99歳になるかた。

○満88歳〔昭和13年4月2日から昭和14年4月1日までに生まれたかた〕

○満99歳〔昭和2年4月2日から昭和3年4月1日までに生まれたかた〕

【慶祝記念品】「保冷ボトルホルダー（サコッシュ）※慶祝文字入り」

【贈呈方法】9月中に各地区民生委員・児童委員から贈呈します。

【問い合わせ】長寿福祉課 ☎574-6645



## 介護予防教室「元気になる栄養とお口のケアのお話」参加者募集！

管理栄養士と歯科衛生士が講師となり、身体もこころも元気になる栄養と口腔ケアについて学ぶ教室です。健康長寿のためには「しっかり噛んで、しっかり食べること」が重要です。いつまでも元気でいられるよう、日々の生活で活かせるポイントをお伝えします。ぜひ、ご参加ください。

(1) 日時 令和8年7月30日（木）午後1時30分～午後3時30分

(2) 会場 上柴公民館 大会議室1

(3) 対象者 深谷市内在住の概ね65歳以上のかたやその家族

(4) 定員 先着50名

(5) 申込期間 7月9日（木）～7月23日（木）

午前9時～午後5時（平日のみ）

(6) 申込先・問い合わせ 地域包括支援センターあねとす病院 ☎577-3201

歯ブラシセットの  
プレゼントつき!!



## 上柴図書館からのお知らせ ☎ 571-5800

上柴図書館 おはなし会

図書展示 今や生活必需品「パソコン・スマホ特集！」  
7/11（土）～8/13（木）

【日時】7月21日（火）午後3時30分～

【場所】上柴公民館 多目的室2

上柴図書館休館日：7月10日（金）



図書展示「夏休み宿題応援コーナー」  
課題図書や自由研究、工作、恐竜、化石、SDGsの本を  
そろえました。  
7月17日（金）～8月31日（月）

## 夏休み子ども図書館員体験

【日時】8月1日（土）午前8時45分～午前11時

【場所】深谷市立図書館（深谷館）

【対象】市内在住の小学1年生～中学3年生

【定員】先着20名

【申込み】7月15日（水）午前9時30分～ 右のQRコードを読み取りオンラインで申込み

【参加料】無料

【内容】選んだ本の貸出体験、図書館探検、おはなし会体験

【問い合わせ】深谷市立図書館（深谷館）☎571-8210



申込用 QR コード



※深谷市内の収集所において、ごみ（資源物・粗大ごみ・小型家電など）の持ち去りが発生しております。お見かけの際は、車のナンバーや人物の特徴などを警察（110番）へ通報していただきますよう、ご協力お願いいたします。

【問い合わせ】環境衛生課 ☎578-7332

# 「令和8年度フィットネス系教室(第2期)」

## ◎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



【主催】公益財団法人  
深谷市地域振興財団

【問い合わせ】深谷ビッグタートル  
☎572-3000

※詳細は問い合わせ先にてご確認ください

## 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。

- 【日時】令和8年8月17日(月)  
午後1時30分~午後3時30分
- 【会場】岡部公民館 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
- 【参加申込期間】7月28日(火)~8月10日(月)  
午前9時~午後5時(平日のみ)
- 【参加申込先】地域包括支援センター エンゼルの丘  
☎546-1216
- 【問い合わせ】長寿福祉課 ☎574-8544

## みんなで学ぶ介護時間 参加者募集!

在宅で高齢者の介護をされているご家族のかたを対象に、介護の仕方などを学ぶためのみんなで学ぶ介護時間を開催します。

- 【日時】令和8年7月14日(火)  
午前10時~午前11時30分
- 【会場】地域包括支援センターふじさわ苑
- 【内容】介護技術体験・介護用福祉用具の説明と体験  
特別養護老人ホームふじさわ苑の施設見学
- 【対象者】深谷市内在住の介護をしているかた
- 【定員】先着10名
- 【持ち物】筆記用具
- 【申込期間】7月10日(金)まで  
午前9時~午後5時(平日のみ)
- 【申込先・問い合わせ】地域包括支援センターふじさわ苑  
☎571-1234

### 川柳募集

### 川柳広場(空っ風)

酒井 青二 選

日頃思っていること、考えていることを五、七、五にして上柴公民館にお寄せください。深谷市のかたならどなたでも応募できます。

選者吟

白壁の傷が地図にも絵にもなり

青二

ゴミ置場カラス待ってる月曜日

大澤 みさを

手術後はよく見えすぎる顔のしわ

清水 茂

歳重ね笑顔でお辞儀やっとな出来

内田 昌三

今でしょ叶うことなら富士登山

高橋 智恵子

まだ早苗もつ値がついて青田買い

木村 寿男

ほっぺたに畳あとあり昼寝の子

矢吹 重信

年のせい誰も遊びに来なくなり

田那部 久子

会いたいと教え子よりの手紙あり

吉田 好恵

ありがたい太陽と月美しい

國分 ノブ子

胃袋も喜こんでいる春ご飯

滝沢 みみ

夜更しを直したいのに午前二時

貫井 義子

道の駅人気集めるつかみ取り

天野 敏香

仲のいい夫婦の会話とぎれない

大澤 陽子

入選

奥さんの後をテクテク袋下げ

眞泉 伸之

人 ステーキの一人前を持って余す

内田 紀美子

### 埼玉短歌会 月例歌会より

- 一人居をのどかに過ごす日曜日  
運動せよと心の声す  
開田 光子
- 九十で「お婆さんとは失礼よ!」と云う  
友のあり吾見習わん  
岡田 優
- 人間に魔物が住むか恐ろしや  
子や妻殺む平然として  
木村 寿男
- 英訳の九ちゃんの歌口遊み  
日本語の良さを再確認す  
康永 京子
- そのうちに孫の記念樹キングサリ  
黄色く咲きて心晴るるや  
山川 梢
- 此の日頃記憶消え初める年となり  
夜の戸締り忘れたりする  
小林 ミドリ
- 天 雑学に目覚め生き甲斐ひとつ増え  
河田 操
- 地 奥さんの後をテクテク袋下げ  
眞泉 伸之
- 人 ステーキの一人前を持って余す  
内田 紀美子