

# 明戸公民館だより

11月号



発行 明戸公民館  
電話 571-0872  
FAX 574-5864  
令和5年11月1日発行(487号)

浪沢栄一翁



## ふれあい祭り & 芸能祭!



日時 11月12日(日) 受付 午前10時  
開会式 午前10時30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3時頃を予定



※芸能祭ステージ、体験イベント等はふれあい祭り開会式終了後にスタートします。

体育室内にて開会式・芸能祭ステージが行われます。



浪沢栄一翁

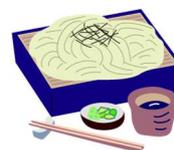


## ～そば打ち教室を開催します!～

おいしい手打ちそばで、年越ししませんか?  
大人のかたも、親子一緒でも、お気軽にご参加ください。  
今回は土曜日開催です!みなさまの参加お待ちしております。

参加者募集~!

日時 12月16日(土) 午前9時00分から午後1時まで(予定)  
場所 明戸生涯学習センター・明戸公民館 調理実習室  
講師 大谷 京子 さん  
募集 12組(先着順)  
(大人は1人1組と数えます)



参加費 1組 1,800 円(材料費)※当日集金  
持ち物 エプロン、三角巾  
申し込み 11月15日(水)から受付開始

平日午前8時30分から午後5時15分までに電話、もしくは窓口にて  
明戸公民館へお申し込みください  
※明戸地区外の方は、11月29日(水)より受付開始  
明戸公民館 ☎571-0872

乾燥する季節になりました。火の取扱いに気をつけましょう!



# 第29回 自治会対抗グラウンド・ゴルフ大会結果



第29回グラウンド・ゴルフ大会が、10月14日（土）に浄化センター内運動公園で行われました。入賞された団体・個人の皆さま、おめでとうございます。



団体の部		
順位	自治会名	スコア
優勝	新井西部	253
準優勝	旭町	259
三位	明戸東部	269

個人の部（敬称略）		
順位	選手名	スコア
優勝	江黒信子	38
準優勝	山下隆	38
三位	内田英昭	39
四位	斉藤弘樹	39
五位	飯嶋市郎	40
六位	加藤治男	40



優勝 新井西部



準優勝 旭町



第三位 明戸東部



## 「市長と語る集い」が開催されました



10月25日（水）自治会連合会明戸支会『市長と語る集い』が開催されました。はじめに、小島市長より「深谷市の主要施策」として、渋沢栄一を核としたひとづくり、農業の強みを生かした産業プロジェクトなど、“元気と笑顔の生産地ふかや”を実現する対応等について、とてもわかりやすい講話がありました。市長講話後は、3名の自治会長による質疑、市担当部長等による応答や意見交換が行われ、終始なごやかな雰囲気の中かで終了しました。



## 明戸小学校の皆さんが来てくれました ♡

10月4日（水）明戸小学校の2年生の皆さんが、生活科の授業で明戸公民館に来てくれました。とても真剣に話を聞きながら見学し、公民館について熱心に質問をしていました。





令和5年度「ACP人材バンク事業」ACP普及啓発教室

「いつかは」のための「いまから」の備え～ACPを知ることから始めよう～

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、よりよく豊かに生きるためになにができるか、考えてみませんか。また、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 令和5年11月25日(土)午後2時～  
 会場 大寄公民館 大会議室  
 対象者 市内在住・在勤のかた(定員30名)  
 講師 佐藤 栄一 医師(佐藤医院)  
 申し込み・問い合わせ 11月24日(金)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



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?



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 継続的に深谷ふっかつ体操を行う機会がないかた

申込受付 11月13日(月)午前9時から受付開始

期間	12月13日(水)～3月19日(火)
曜日	水曜日(12/13、12/20、R6 1/10、1/17、1/24、1/31、2/7、2/14、2/21、3/6、3/13) 火曜日(3/19)
時間	午前10時～11時30分
定員	先着25人
会場	岡部公民館 大会議室

※詳細は申込者に通知します。

問い合わせ・申し込み先 深谷市 長寿福祉課 介護保険係 ☎574-8544 (直通)



第3回 深谷赤十字病院公開講座

深谷赤十字病院の職員が講師となり、健康や介護予防等をテーマに行う公開講座です。

第3回のテーマは、「災害に備えて」とし、深谷赤十字病院に所属する災害看護専門看護師が講師となります。

日時 令和5年12月11日(月)  
午後3時～4時30分

会場 深谷赤十字病院 1階 多目的ホール

対象者 市内在住・在勤のかた(定員50名)

講師 根岸 京子 氏(深谷赤十字病院/災害看護専門看護師)

申し込み・問い合わせ

12月8日(金)正午までに社協へ電話で申込  
 深谷市社会福祉協議会 ☎573-6563  
 長寿福祉課介護保険係 ☎574-8544



介護予防教室

歯ブラシセットのプレゼントつき!

「元気になる栄養とお口のケアのお話」

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」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。

日時 11月29日(水)午前10:00～12:00  
 会場 幡羅公民館大会議室  
 対象者 深谷市内在住の概ね65歳以上のかたやその家族

定員 先着80名

申込期間 11月10日(金)～24日(金)  
9時～17時(平日のみ)

申込み先 地域包括支援センター医師会なごみ ☎577-5371  
 問い合わせ先 深谷市役所長寿福祉課 ☎574-8544

※本教室はためるんピック登録事業です。

参加者募集!



## 第74回 深谷市美術展作品募集

日時 第一部 12月15日(金)～12月17日(日)  
 第二部 12月22日(金)～12月24日(日)  
 公開時間 午前9時30分～午後5時00分  
 茶道は12月17日(日)午前10時～午後3時のみ

場所 深谷市民文化会館 展示室  
 深谷城址公園 掃部寮(茶道)

対象 以下のいずれかに該当する16歳以上の者  
 (1) 深谷市内に在住・在勤・在学者  
 (2) 深谷市に所在する美術団体の会員  
 (3) 深谷市出身者

出品料 出品料は、搬入時に受領。  
 1,000円/点(華道・和紙絵・押し花は500円)

申込み 申込書を文化振興課、公民館または、実行委員へ  
 申込期間 11月1日(水)～12月5日(火)※土日祝を除く  
 午前8時30分～午後5時

主催 深谷市美術展実行委員会  
 問合せ 文化振興課 ☎577-4501

※開催要項・申込書は文化振興課または各公民館にあります。



## 公民館がきれいになりました!



公民館ボランティアの皆様と、  
 明戸婦人会の皆様が公民館敷地  
 内の草取り・花植えをしていただき  
 ました。いつも公民館をきれい  
 にしていただき、ありがとうございます。



## 11月の全館清掃は15日(水)です

## 秋のごみゼロ運動 11月26日(日)



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、紙くずなどのゴミ  
 ※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。

1. 使用済小型家電の収集日は 8日(水)です。
2. 有害ごみの収集日は17日(金)です。



※有害ごみを出す際は、種類ごと(電池、水銀式体温計、蛍光灯、鏡、ライター、スプレー缶)に袋に入れて出すようお願いいたします。また、ガラスや白熱電球は燃やせないごみ、LED電球、LED蛍光灯や電子体温計は使用済小型家電です。

問い合わせ 環境衛生課 ☎578-7332



## 公民館行事予定



11/12(日)	ふれあい祭り&芸能祭	明戸公民館大会議室	午前10時
12/2(土)	親子バスツアー	群馬県	午前8時30分
12/9(土)	家庭教育学級	明戸公民館大会議室	午前10時
12/16(土)	手打ちそば教室	明戸公民館調理実習室	午前9時

### 明戸地区人口と世帯数 ( )は前月比 <令和5年10月1日現在>

男	女	合計	世帯数
2,015人	2,205人	4,220人	1,860世帯
(+4人)	(-3人)	(+1人)	(+8世帯)

