

みなみ 公民館だより



11月号 <No.300>

令和5年 11月1日発行
 深谷市南公民館
 深谷市宿根645-1
 TEL: 575-5550
 FAX: 575-5560

みなみ地区の人口と世帯 (R5. 10. 1 現在)

男 8,955(+3)人 女 8,916(+10)人 計 17,871(+13)人 世帯 8,273(+24)世帯



ためるんピックふかや登録事業

と き: 12月4日(月) 午前9時~
 ところ: 南公民館 調理実習室
 講 師: 麺子倶楽部(メンズクラブ)のみなさん
 対 象: 南地区在住・在勤のかた
 人 数: 16名(先着順)
 参加費: 1,000円/人 (※当日集金)
 持ち物: エプロン・三角巾・ふきん
 打ったそばを持ち帰る容器(そば用・そば湯用)

み な み



そば打ち教室
 参加者募集

申込み: 11月8日(水)より電話か事務室までお申込みください。
 (9時~17時、土日祝日除く)

問い合わせ: 南公民館 ☎575-5550

★新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止となる場合があります。当日熱がある、咳が出る、喉が痛いなどの症状のある方は、ご参加いただけません。

花種募金の お知らせ



と き 11月11日(土)・12日(日)
 午前9時~正午
 ところ 南公民館体育室前
 花苗一例 パンジー・ビオラ
 ストック・セリンセ
 ピンクパンサー、大根など



公民館の緑化の為に
 お力添えを!



ACP

アドバンス・ケア・プランニング ~人生会議をはじめませんか~

自分らしい最期とは?

自分らしく尊厳を持って、最期の時を迎える…。そのために、家族や医療チームへ自分の意思を伝えておきたい。自分の思い、家族の希望を話し合うきっかけに…。

と き 11月30日(木)
 午後2時~3時
 受付: 午後1時30分~

ところ 南公民館 大会議室
 参加者 南地区在住・在勤・在学のかた
 定 員 20人

申込先・問合せ先
 地域包括支援センターはなみずき
 ☎551-1113

申込締切 11月24日(金)



事業報告

グラウンドゴルフ大会

9月21日(木)、仙元山公園多目的広場・野球場で上記大会を開催しました。今年も、個人戦での開催となりましたが、皆さん大いに盛り上がりました。参加選手67名、ホールインワン賞8個出ました。選手の皆さん、役員の皆さん、お疲れ様でした。



		スコア
第1位	黒淵 三男さん	64
第2位	田島 健次さん	64
第3位	黒瀬 英夫さん	70



第2回 みなみふれあい広場

～テーブルマナー教室～



9月30日(土)、埼玉グランドホテル深谷レストランにて、「親子でテーブルマナー教室」を開催しました。

フランス料理のフルコースを食べながら、テーブルマナーについて講義を受けました。マナーを習得、料理も堪能し、皆さん大満足のご様子でした。



バレーボール大会

10月15日(日)、南公民館体育室・南中学校体育館で開催しました。参加者及び大会役員の皆様、お疲れ様でした。

男子の部

優勝 萱場



準優勝 大台東



女子の部

優勝 大台



準優勝 桜ヶ丘



第74回深谷市美術展作品募集

～皆さんの出品をお待ちしています～

- と き 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
 茶道は12月17日(日)午前10時～午後3時のみ
- ところ 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。



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

(2) 申込受付 11月13日(月)午前9時から受付開始

(3) 日 程 全12回コース



期 間	12月13日(水)～3月19日(火)
曜 日	水曜日(12/13、20、R6 1/10、17、24、31 2/7、14、21、3/6、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。

(4) 問い合わせ・申し込み先

長寿福祉課 ☎574-8544

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。

と き 11月25日(土) 午後2時～

ところ 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)

申込み・問合せ 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 ☎574-8544)



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。

と き 12月11日(月)

午後3時～4時30分

ところ 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)

申込み・問合せ

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

手紙でつむぐ

ありがとう

「ありがとう」の思い



がんばっていた桜の木へ

桜ヶ丘小学校 四年(現5年) まつやま しおり
松山 志織

毎年、きれいで美しい花を見せてくれてありがとう。君とはいつもいっしょにいたね。お花見した時も庭で遊んだときも。ずっとずっと見守ってくれたね。君の花はもも色できれいで、においはやさしくてあまいにおいだったよ。いつもいつもいちじくの木となりで会話をしているように木をゆらしていたね。でもゲリラうら雨だった日、君はみきからたおれてしまったね。ないてしまったけどちょっとうれしかったよ。だって君はがんばってたえてくれたんだよね。本当にありがとう。

秋のごみゼロ運動

と き 11月26日(日)

※雨天時の実施は、各自治会の判断による。

収集するごみ 自治会内の道路、河川、住宅周辺に捨てられている
空きカン、空きビン、紙くすなどのごみ

※ **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 ☎578-7332



※卓上コンロのカセット ボンベについて

卓上コンロのカセットボンベは必ず中身を使い切り、穴を開けて有害ごみとして出して下さい。収集車両やごみ処理施設の火災防止のため、ご協力をお願いします。

【使用済小型家電の収集日】11月8日(水)

【有害ごみの収集日】11月17日(金)