



センターだよりQR

まちづくりセンターだより

こころさし10月

所小セ 第8号

2025年9月11日

第551号

小手指まちづくりセンター本館及び分館で開催する事業や小手指地区内公共施設からの情報などをお知らせするたよりです。

[発行]小手指まちづくりセンター 〒359-1156 所沢市北野南1-5-2 TEL04-2948-1295 Fax 04-2948-1247

E-mail: b9481295@city.tokorozawa.lg.jp

本館

第73回 小手指地区文化祭



キッチンカーが
来るよ!

11月 1日(土) 10:00~16:00
2日(日) 10:00~15:00

小手指まちづくりセンター本館
小手指地区体育館

舞台発表・作品展示・野菜みこし・菊花展・盆栽展
・ワークショップ・キッチンカーなど

主催: 小手指地区文化祭実行委員会



今回は駐車場がありませんので公共交通機関等を利用してお越しください。

分館

第33回 小手指まちづくりセンター分館文化祭

11月 8日(土) 10:00~16:00
9日(日) 10:00~15:45

小手指まちづくりセンター分館

舞台発表・作品展示・模擬店・子ども広場

主催: 小手指まちづくりセンター分館
文化祭実行委員会

※駐車場の数に限りがあります。できるだけ公共の交通機関等でお越しください。



本館

小手指地区文化祭で作品を展示してみませんか

11月1日(土)・2日(日)に開催する小手指地区文化祭で作品を展示してみませんか。

展示スペースは、1人あたりパネル1枚(180cm×120cm)もしくは机1台(45cm×180cm)となる予定です。

対象 小手指地区にお住まいで10月31日(金)午後搬入、11月2日(日)午後3時以降に搬出がご自身でできる方で、小手指地区文化祭参加団体に所属していない個人の方

申込み 10月23日(木)までに小手指まちづくりセンター本館へ

電話または窓口にて 月曜・祝日を除く8:30~17:15 TEL2948-1295

※本文コラム中スタンプ

本館

は、小手指まちづくりセンター本館(所沢市北野南1-5-2 北野天神社近く)で、

分館

は、小手指まちづくりセンター分館(所沢市小手指町4-22-2、小手指駅南口から徒歩7分)で行います。

※駐車場に限りがありますので、公共の交通機関等でお越しください。

本館

談話室 こてまる

介護のこと・子育てのことについて少し相談したい…
ボランティアをしたいけれど、
どこに相談したらよいかわからない…
そんなときには**談話室 こてまる**をご活用ください。

と き 10月10日(金)
14:30~16:00
※偶数月第2金曜日に開催
ところ 小手指まちづくりセンター本館 1階協議会室
対 象 小手指地区に在住・在勤・在学の方
申込み 不要。直接会場にお越しください。
問合せ 所沢市社会福祉協議会
小手指地区担当 CSW: 菅野
Tel 070-3876-0223
土曜・日曜・祝日を除く
8:30~17:15
共 催 所沢市社会福祉協議会



本館

小手指交流サロン

所沢市在住の高齢の方、障がいのある方を対象とした交流サロンを開催します。ぜひご参加ください。

と き 10月16日(木)
10:00~12:00
ところ 小手指まちづくりセンター本館
2階学習室4号
内 容 モルック、体操、歌など
対 象 所沢市在住の高齢の方、障がいのある方
持ち物 飲み物、マスク
申込み 不要。当日直接会場にお越しください。
問合せ 小手指まちづくりセンター本館
月曜・祝日を除く8:30~17:15
Tel 2948-1295



本館

きらきら文庫のおはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居、季節のうたや親子で楽しめる手遊び、ふれあい遊び、簡単工作などをします。
親子で子育て仲間といっしょに、絵本の魅力に触れてみませんか。

と き 10月17日(金)
10:00~11:30
※毎月第3金曜日に開催
ところ 小手指まちづくりセンター本館 2階和室
対 象 乳幼児と保護者
申込み 不要。直接会場にお越しください。
問合せ 小手指まちづくりセンター本館
月曜・祝日を除く8:30~17:15
Tel 2948-1295

きらきら文庫のおはなし会☆スタッフ募集中

絵本が好きな方、歌が好きな方、大歓迎！小さな子どもたちといっしょに絵本の世界に遊びにいきませんか。
みなさまからのご連絡をお待ちしています。見学だけでも、ぜひどうぞ！

開催日 毎月第3金曜日10:00~11:30(8月はお休み)

問合せ 小手指まちづくりセンター本館 月曜・祝日を除く8:30~17:15 Tel 2948-1295

第25回 こてかつウォーキング

今回は、七福神の寺・荒幡富士ほか山口方面の史跡などを訪ねながら楽しくウォーキングを行いたいと思います。普段あまり気にしなかったところにも新しく目を向けてみるのはいかがでしょうか。

と き 10月18日(土) ※雨天中止
集 合 下山口駅前
受付8:45~9:00 出発9:15
解 散 下山口駅前(12:00予定)
対 象 所沢市在住・在勤・在学で5~6km程度
歩ける方
定 員 先着20人
参加費 100円(保険料)
持ち物 帽子、飲み物、タオル等
申込み 9月29日(月)~10月10日(金)までに
所沢市社会福祉協議会 地域福祉推進課へ
Tel 070-3876-0223
(土曜・日曜を除く8:30~17:15)
主 催 こてかつ(小手指をよく知る活動)
協 力 所沢市社会福祉協議会
※当日の連絡先 Tel 090-7839-6652(池田)

秋の環境美化の日~11月16日(日)~

集めたゴミは分別して、午前10時までに指定集積所に置いてください。

主 催 所沢市・所沢市自治連合会・所沢市環境推進員連絡協議会

問合せ 生活環境課 土曜・日曜・祝日を除く8:30~17:15 Tel 2998-9370





腰ほぐし体操教室 3 誰でもできる 簡単な体操

体力に自信がない方、リハビリ中の方、運動経験がない方でも気軽にご参加いただけます♪
個別に姿勢を撮影し、普段の姿勢を確認していただきます。個々の現在の姿勢にあわせた骨盤体操メニューを作成し、開催期間中自宅で行い最終日にどのくらい変化があるか体感していただきます。是非ご参加ください

と き 11月7日(金)、12日(水)、19日(水)、26日(水)(全4回)
9:30~11:00

ところ 小手指まちづくりセンター本館 ホール

対 象 所沢市在住で全4回参加可能な方

※定期的に通院されている方、神経痛等がある場合は医師の承諾を得てからお申し込みください。

定 員 20人(応募者多数の場合は抽選)

持ち物 バスタオル(あればヨガマット)、細長いタオル、水分補給用の飲み物、筆記用具

申込み 10月1日(水)~15日(水)必着

所沢ホームページより電子申請または往復はがき

宛先: 〒359-1156 北野南 1-5-2(①名前②住所③電話番号④年齢⑤教室名)

問合せ 小手指まちづくりセンター本館

月曜・祝日を除く8:30~17:15 TEL2948-1295

※抽選結果は10月24日(金)頃ポスト投函、返信メール配信予定。



↑
電子申請は
こちらから

本館

〈初級体操教室〉 3 誰でもできる 簡単な体操

と き 11月6日、13日、20日、27日
(全て木曜日)

9:30~10:45

ところ 小手指地区体育館

対 象 所沢市在住・在勤の方

内 容 ストレッチ、とこしゃん体操、
脳トレーニング、キックボクササイズ、
エアロビクス、サーキットトレーニング、
リズム筋力トレーニング

持ち物 室内履き、飲み物(水分補給用)、
スポーツタオル、

バスタオル(あればヨガマット)

申込み 不要。当日直接会場にお越しください。

本館

〈元気が出る体操教室〉 3 誰でもできる 簡単な体操

と き 11月6日、13日、20日、27日
(全て木曜日)

13:30~14:45

ところ 小手指まちづくりセンター本館 ホール

対 象 所沢市在住・在勤の方

内 容 ストレッチ、とこしゃん体操、
脳トレーニング、リズム体操、

持ち物 運動靴、飲み物(水分補給用)、
スポーツタオル、

バスタオル(あればヨガマット)

申込み 不要。当日直接会場にお越しください。

問合せ 小手指まちづくりセンター本館 月曜・祝日を除く8:30~17:15 TEL2948-1295

分館

からだスッキリ骨盤体操 3 誰でもできる 簡単な体操

と き 11月21日(金)、28日(金)
10:30~12:00

ところ 小手指まちづくりセンター分館 2階ホール

対 象 所沢市在住・在勤の方

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、
細長いタオル(ストレッチ用)、
汗拭きタオル、飲み物(水分補給用)

申込み 不要。当日直接会場にお越しください。

※11月14日は28日に変更になりました。

分館

ボディメイクレッスン 3 誰でもできる 簡単な体操

と き 11月21日(金)、28日(金)
14:00~15:30

ところ 小手指まちづくりセンター分館 2階ホール

対 象 所沢市在住・在勤の方

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、
細長いタオル(ストレッチ用)、
汗拭きタオル、飲み物(水分補給用)

申込み 不要。当日直接会場にお越しください。

※11月14日は28日に変更になりました。

問合せ 小手指まちづくりセンター分館 月曜・祝日を除く8:30~17:15 TEL2948-8780



子育てサロン“ぶんぶん”



あそんで、学んで、おしゃべりして、みんなで楽しむ子育てサロンです。

ピアノコンサート & 元気にリトミック



と き 10月24日(金)

参加費 無料

受付 9:45~

持ち物 靴を入れる袋

開催時間 10:00~11:20

申込み 不要。直接会場にお越しください。

おしゃべりタイム 10:50~11:20

問合せ 小手指まちづくりセンター分館

ところ 小手指まちづくりセンター分館 2階ホール

月曜・祝日を除く 8:30~17:15

対象 1歳以下の子どもとその保護者(市内在住・在勤)

Tel 2948-8780

分館

10月19日(日)に「もったいない市」開催!

まだ使える古着・古布・食器(陶磁器・ガラス食器)をお持ちいただき、展示します。

気に入った展示品は無料で持ち帰りできますので、持ち込みされない方もぜひお立ち寄りください。

回収時間 9:00~15:00(※もったいない市は、9:30~15:00)

ところ 小手指まちづくりセンター分館 2階ホール

持ち込みできるもの(再使用できるものに限りです)

①古着・古布…簡単に洗濯し、よく乾かしてから透明な袋に入れて出してください。

②食器(陶磁器・ガラス食器)…紙で包まず、透明な袋に入れて出してください。

食品の持ち寄り(フードドライブ)賞味期限1か月以上・未開封の以下の食品

レトルト食品、お菓子類、缶詰、インスタント麺、米、ジュース、コーヒー等の常温保存できるもの

※食品を持ち帰ることはできません。

問 合 せ 資源循環推進課 土曜・日曜・祝日を除く 8:30~17:15 Tel 2998-9146



椿峰コミュニティ会館からのお知らせ



椿峰コミュニティフェスティバル



～発表の部～

と き 10月11日(土) 9:30~16:30

ところ 椿峰コミュニティ会館 別館

内 容 楽器演奏及びダンスの発表

問合せ 椿峰コミュニティ会館 別館

2923-7922

～展示の部～

と き 10月18日(土) 9:00~16:00

10月19日(日) 9:00~15:00

ところ 椿峰コミュニティ会館 本館 大集会室他

内 容 絵画・書道・陶芸等の作品展示

問合せ 椿峰コミュニティ会館 本館

2925-2224

その他の予定

10月11日(土)	休日開庁(印鑑登録、住民票等証明書発行)(8:30~12:30) *小手指サービスコーナー(小手指まちづくりセンター分館内)を除く
	単一素材プラスチック回収 (小手指まちづくりセンター本館・小手指まちづくりセンター分館/9:00~12:00)
10月13日(月)	休館日(スポーツの日)
10月18日(土)	廃食用油回収 (小手指まちづくりセンター本館・小手指まちづくりセンター分館/9:00~12:00)
10月25日(土)	休日開庁(印鑑登録、住民票等証明書発行)(8:30~12:30) *小手指サービスコーナー(小手指まちづくりセンター分館内)を除く