



センターだよりQR

まちづくりセンターだより こてさし 8月

所小セ 第6号
2025年7月10日
第549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 Tel.04-2948-1295 Fax 04-2948-1247

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



まちづくりセンターだより「こてさし」のホームページ QR コードを掲載



分館

子育てサロン “ぶんぶん”



パパ・ママ防災



～乳幼児をもつ保護者のための防災・減災の話～

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。

と き 8月29日(金)

受付9:45～

開催時間10:00～11:20

(10:50～11:20おしゃべりタイム)

ところ 小手指まちづくりセンター分館 2階ホール

対 象 1歳以下の子どもとその保護者(市内在住・在勤)

申込み 不要 当日直接会場にお越しください。

講 師 危機管理室職員

持ち物 靴を入れる袋

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

Tel.2948-8780



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 8月8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 当日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、公共交通機関等でお越しください。

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 8月28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 ボッチャ、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



予 告

本館

第73回小手指地区文化祭

11月1日(土) 10:00~16:00

2日(日) 10:00~15:00

会場：小手指まちづくりセンター本館



※今年は駐車場の使用ができませんので公共交通機関を利用してお越しください。
駐車場ではワークショップやキッチンカーの出店がある予定です。

本館

小手指地区モルック大会

年齢に関わらず楽しめるニュースポーツ「モルック」の小手指地区大会を行います！
詳細は、9月号に掲載する予定です。10月に開催を予定しています。

小手指まちづくりセンター(公民館施設)でサークル活動をしませんか？

小手指まちづくりセンター本館は地域の皆さんが「つどう」、「まなぶ」、「つなぐ」場として、社会教育法で設置されている社会教育施設です。

健康体操、社交ダンス、麻雀、バドミントン、卓球、ラケットテニスなど、色々なジャンルのサークル、団体が活動しています。学習文化活動、スポーツ活動が活発に展開され、活動の成果や経験が地域に還元されることで、「人づくり」、「地域づくり」に繋がることが期待されています。

「小手指まちづくりセンター本館の施設を利用したい」、「新規サークルを立ち上げたい」、「サークルを紹介してほしい」などのご希望がございましたら、公民館グループまでご相談ください。



本館

『きらきら文庫のおはなし会』休会のお知らせ

8月はお休みです。9月から再開します。

9月19日(金)の開催を予定しています。詳細は次号でお知らせします。

夏休みだよ



『体操教室』お休みのお知らせ

8月の〈初級体操教室〉〈元気になる体操教室〉〈からだスッキリ骨盤体操〉〈ボディメイクレッスン〉はお休みです。

本館

〈初級体操教室〉



しっかり汗をかきたい方にお勧めです。
音楽に合わせて身体をたくさん動かします。

と き 9月4日、11日、18日、25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 全身ストレッチ、とこしゃん体操、
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

〈元気になる体操教室〉



ゆっくり、のんびりした環境で行います。
運動経験がない方、体力に自信がない方もどうぞ!

と き 9月4日、11日、18日、25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 1階ホール

対象 所沢市在住・在勤の方

内容 全身ストレッチ、とこしゃん体操、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 Tel 2948-1295

分館

からだスッキリ骨盤体操



ストレッチを中心に、骨盤の歪みを直し姿勢を良くする運動です。初心者でもOKです。

と き 9月10日(水)、19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。

分館

ボディメイクレッスン



ピラティス・ヨガを取り入れて、体幹を鍛えて
美しい姿勢と活動しやすい身体をめざします。

と き 9月10日(水)、19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。

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 Tel 2948-8780

椿峰コミュニティ会館からのお知らせ



SDGs竹や木の実を使って化粧炭を作ろう！

と き	8月23日(土) 10:00~12:00	対 象	成人、親子
ところ	椿峰コミュニティ会館 2階 調理室	定 員	先着12人
内 容	竹や木の実を炭化させてインテリアや 消臭剤になる【化粧炭】を作ります。	費 用	200円(親子の場合は親子で200円)
講 師	当麻 喜明さん	申込み	8月1日(金)9:00から 椿峰コミュニティ会館へ(電話可)
持ち物	空き缶、軍手、エプロン、飲み物		8:30~17:00 Tel2925-2224

応急手当とAED(救命入門チーム)



と き	8月27日(水) 9:30~11:00	定 員	先着20人
ところ	椿峰コミュニティ会館 大集会室	費 用	無料
内 容	応急手当とAED	申込み	8月1日(金)9:00から 椿峰コミュニティ会館へ(電話可)
講 師	所沢中央消防署三ヶ島分署職員		8:30~17:00 Tel2925-2224
持ち物	飲み物、筆記用具		
対 象	成人		

その他の予定

8月9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)
8月11日(月)	休館日(山の日)
8月16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)
8月23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



★まちづくりセンター【公式】Instagram(インスタグラム)

「子育て」「健康づくり」「地域イベント」などの
情報を発信しています。ぜひご覧ください！

TOKOMACHI11

