

三ヶ島まちづくりセンターだより  
(公民館だより)

三ヶ島まちづくりセンター

所沢市三ヶ島 5-1639-1

# こだま 4・5月号



コミュニティ推進  
公民館グループ  
窓口サービスグループ

☎ 04-2948-1204  
☎ 04-2948-2754

## 利用者説明会 4月20日(土)

団体登録ご希望  
の皆さま



時間 : 午前10時から  
会場 : 三ヶ島まちづくりセンター公民館(ホール)  
対象 : 三ヶ島公民館・三ヶ島地区体育館利用登録をご希望の団体  
(1年更新です。現在登録している団体も対象になります)  
内容 : 団体登録について、登録申請書の配布、手続き等の説明

\*団体登録を希望される方はご参加ください。  
\*各団体原則1名の参加でお願いします。また、なるべく登録・更新後に役員をされる方の出席をお願いします。

## 4・5月のお知らせ (講座情報は内面をご覧ください)

### 4月の公民館行事

10日	10:00~	元気大学(開講式)	※
14日	10:00~	菊づくり教室(2回目)	※
16日	10:00~	子育てひろば「ふれあいパーク」	当日受付
19日	9:30~	子ども会育成者等地域研修会	4/2より受付
20日	9:30~	子ども会育成者等地域研修会	
20日	10:00~	利用者説明会	当日受付
24日	10:00~	元気大学(2回目)	※
28日	10:00~	菊づくり教室(3回目)	※

※は連続講座のため、申込み受付終了しています。



### 5月の公民館行事

8日		元気大学(3回目)	※
8日	16:00~	子どもたちの学習お手伝いします	4/16より受付
12日	10:00~	菊づくり教室(4回目)	※
18日	9:30~	子どもたちの学習お手伝いします	4/16より受付
19日	14:00~	苔玉づくり講座	5/1より受付
21日	10:00~	子育てひろば「ふれあいパーク」	当日受付
22日	10:00~	元気大学(4回目)	※
22日	16:00~	子どもたちの学習お手伝いします	4/16より受付
28日	10:00~	春の子育て交流会(1回目)	5/1より受付
30日	10:00~	春の子育て交流会(2回目)	-
31日	10:00~	春の子育て交流会(3回目)	-

### ★窓口サービスグループ★

### 土曜開庁日のお知らせ

【第2・4土曜日 午前8時30分~12時30分】

4月 13日・27日

5月 11日・25日

☆ 住民票等の証明発行、住所異動、年金、市税の納付など各種手続きができます。

【お問合せ】 ☎ 04-2948-2754

### 拠点回収

【実施時間 午前9時から正午】

(三ヶ島まちづくりセンター・狭山ヶ丘コミュニティセンター)

単一素材プラスチック 4月13日(土) 5月11日(土)

廃食用油 4月20日(土) 5月18日(土)

紙パックは常設しています。よく洗い、乾かし、開いてお出してください。



### 春の環境美化の日

5月26日(日)

三ヶ島地区の人口と世帯数(令和6年2月末日現在)

👤 人口: 40,402人  
(前号比 -130人)

🏠 世帯数: 19,766世帯  
(前号比 -42世帯)



\* 開催予定の講座・体操教室等、急ぎよ中止・変更となる場合があります。お出かけ前に、ホームページ・お電話でご確認ください。また、イベント・講座等のご参加、ご来館の際は、予めご自宅等での健康確認、入口での手指の消毒にご協力をお願いいたします。

第3火曜日

## 子育てひろば ふれあいパーク

親子で元気に体操！また、ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなど行っています♪  
ちょっと遊びにきませんか？

**4月16日(火)・5月21日(火)**

時間：午前10時から

会場：三ヶ島まちづくりセンター公民館

対象：乳幼児と保護者

定員：15組(当日先着順)

内容：10時～ 親子で体操  
10時30分～ ちいさな劇場  
11時～ おしゃべりタイム



初めての方も是非  
お気軽にお越しください♪

## 育成者研修会



地域や学校で役員になったけど、  
育成会ってなんだろう？ に答えます！

**4月19日(金)・20日(土)**

両日内容は同じです。いずれかの日にお申込みください。

時間：午前9時30分から12時

会場：三ヶ島まちづくりセンター公民館

対象：子ども会・地域の子ども会育成活動に携わる方など

※青少年の活動に関心のある一般の方も  
参加できます

定員：各日30名

**申込み**：4月2日(火)午前8時30分から  
(月曜・祝日を除く午後5時15分まで)  
電話申込み可 ☎04-2948-1204



## 子どもたちの学習お手伝いします！



地域のボランティアさんが、宿題や普段の勉強のお手伝いをします！

**5月 8日(水) / 18日(土) / 22日(水)**

**6月 8日(土) / 12日(水) / 22日(土) / 26日(水)**

**7月 3日(水) / 13日(土)**

時間：【水曜日】午後4時から7時  
(原則 小学生午後5時30分まで  
中学生午後7時まで)

【土曜日】午前9時30分～  
11時30分まで

会場：三ヶ島まちづくりセンター公民館(和室 他)

対象：三ヶ島地区内の小学生・中学生

定員：各日10名(先着順)

持ち物：勉強したい教科の教科書など  
筆記用具  
水分補給のための飲み物

**申込み**：4月16日(火)午前8時30分から  
(月曜・祝日を除く  
午後5時15分まで)

電話申込み可

☎04-2948-1204



目も心も休まる苔玉を  
自分で作ってみませんか？

## 苔玉づくり講座

**5月19日(日)・6月16日(日)**

※ お申し込みは、どちらか1日のみとなります。



時間：午後2時から

会場：三ヶ島まちづくりセンター公民館

定員：各日30名(先着順)

材料費：500円

持ち物：ゴム手袋、水受け皿、  
持ち帰り用ビニール袋

**申込み**：5月1日(水)午前8時30分から  
(月曜・祝日を除く午後5時15分まで)  
電話申込み可 ☎04-2948-1204



# 春の子育て交流会

1歳から未就園児のお子さんとその保護者を対象とした交流会です。  
親子一緒に…またちょっと離れて、楽しくリフレッシュしませんか？

【日程】 ※ 4回講座になります  
(各日とも午前10時～11時30分)

5月28日(火) 親子でアートを楽しもう☆



5月30日(木) フラダンスでリフレッシュ♡  
(保育あり)

5月31日(金) 子どもの歯の健康について  
保育士さんとあそぼ♪



6月1日(土) お菓子作りをしましょう♪  
(保育あり)

会場：三ヶ島まちづくりセンター公民館  
対象：1歳から未就園児とその保護者  
定員：12組  
(すべての日程に参加できる方優先)

参加費：300円(材料費)

申込み：電子申請のみ

5月1日(水)から14日(火)まで

← こちらのQRコードから  
お申し込みください。  
申し込み多数の場合は、  
抽選になります。



## みんなで学ぼう！ もしもに備える防災講座開催報告

3月9日(土)午後2時から、三ヶ島まちづくり協議会主催の防災講座を開催しました。クイズ形式で災害対策のイロハを学び、災害時用備蓄品について教えていただきました。当日出題されたクイズを2つご紹介します。皆さんもできることから始めましょう！

Q1 家の中にいる時、突然大きな揺れを感じました。一番に行うことは何でしょうか？

①火を消す ②身を守る ③外に出る 答 ②

Q2 自分の地域に大雨洪水警報が発令されました。どうしますか？

①心配なので近くの川や畑の様子を見に行く  
②まだ大丈夫なので食料や水などの買物に行く  
③停電の恐れがあるのでスマホや携帯電話を充電したり  
懐中電灯などを身近に準備する 答 ③

## 脳トレ講座

### にこにこアートを楽しもう！

3月14日(木)午後2時から、脳トレ講座を開催しました。

「絵を描くのが苦手」と言いながら、皆さん力作の「満開の桜の花木」が出来上がりました。

次回開催もお楽しみに！



## マイナンバーカード出張受付

市民課職員がその場で写真を撮って、マイナンバーカードの申請をサポートします。この機会に申請してみませんか。

6月25日(火)

時間：午前10時から12時  
午後1時から3時



場所：三ヶ島まちづくりセンター 2階 学習室1号  
持ち物：本人確認書類(運転免許証や健康保険証など)

申込み受付中！どなたでも無料で参加できます。

要予約 ☎ 04-2998-9481

※予約枠に限りがございます。定員に達し次第受付を終了いたしますので、予めご了承ください。

【問合せ】所沢市役所市民課マイナンバーコールセンター  
☎ 04-2998-9481

平日：午前8時30分から午後5時15分  
第2・4土曜日：午前8時30分から12時30分

coming soon!

## フォルクローレ演奏会

昨年好評を博したフォルクローレ演奏会。6月に開催予定です！パンカーラの仲間たちがやってくる！明るく楽しい南米の民族音楽♪どうぞお楽しみに♡

詳しくは、5月下旬発行公民館だより「こだま6・7月号」でお知らせします♪



大掃除へのご参加  
ありがとうございました！

去る3月2日土曜日に、三ヶ島公民館・地区体育館の大掃除が行われました。例年以上にたくさんの方に集まっていただき、あっという間にきれいにいただきました。お忙しい中ご協力ありがとうございました！



# 三ヶ島まちづくりセンター 6・7月の体操教室

締め切り  
4/30(火)

現在三ヶ島まちづくりセンターの体操教室は、参加希望者多数のため人数調整を行っています。

**体操教室へ初めて参加を希望される方は、往復はがきによる事前申込みが必要**です。

①～③の教室は、お一人様1つの体操教室、④の教室は重複申込み可とします。

後日、参加日の記載された返信はがきをお送りいたしますので、当日は返信はがきをお持ちのうえご参加ください。※現在ご参加中の方は、体操教室にて日程のご案内をします。

<p>① <b>元気が出る体操教室</b> (対象：60歳以上)</p> <p>ストレッチや筋肉トレーニングで姿勢を改善します。 健康寿命をのばして、健康で豊かな生活を送りましょう。</p>	<p>(火) 午後1時15分～3時【体育館】 定員 50名</p> <p>6月 4・11・18・25日 7月 2・9・16・23日</p>
<p>② <b>イスに座ってできる体操教室</b> (対象：65歳以上) (※64歳以下の方でも痛みなどあるという場合ご相談ください)</p> <p>イスに座って行うので、体力のない人や膝・腰の痛い人に優しい体操です。温かい雰囲気楽しく行っています。</p>	<p>(水) 午前11時～12時【ホール】 定員 35名</p> <p>6月 5・12・19・26日 7月 3・10・17・24日</p>
<p>③ <b>ランクアップ体操教室</b> (対象：一般)</p> <p>ストレッチや筋肉トレーニングで体幹を鍛え、いつまでも元気で楽しい生活を送りましょう。</p>	<p>(水) 午後1時15分～3時【体育館】 定員 50名</p> <p>6月 5・12・26日 7月 3・17・24日</p>
<p>④ <b>心も身体もすっきり体操教室</b> <span style="border: 1px solid pink; border-radius: 50%; padding: 2px;">※重複可</span> (対象：一般)</p> <p>呼吸法や柔軟運動等でストレスを解消！ 心身ともに健康で豊かな生活を送りましょう。</p> 	<p>(土) 午後1時15分～3時【ホール】 定員 35名</p> <p>6月 1・15日 7月 6・20日</p>

※お一人様はがき1枚、④の教室以外は、複数の教室への申込みはできません  
※電話、窓口でのお申込みはできません

【持ち物】  
公民館より返信されたはがき  
室内用運動靴  
水分補給用の飲み物  
汗拭きタオル  
ヨガマットもしくは  
大きめのバスタオル  
(※当面の間、マットの貸出しは中止します)  
(※イスに座ってできる体操教室は、ヨガマットは不要です)

3 5 9 1 1 1 6 4

三ヶ島まちづくりセンター公民館

三ヶ島5ノ1639ノ1

【往信 宛名面】

【返信 文面】

ご自分の氏名

ご自分の住所

①希望の教室名  
②住所  
③氏名  
④年齢  
⑤電話番号

【返信 宛名面】

【往信 文面】

### 初めての方申込方法

「往復はがき」に、左記のようにご記入の上、ご応募ください！

みかじまよしこ

## 三ヶ島葎子資料室 から

### < 今月の歌 >

夢を待つひろき心の姿かな  
花若草に土筆交る野



冊子『三ヶ島葎子Ⅲ  
花おりおり』販売中  
価格：500円



三ヶ島葎子資料室は、令和6年度に30周年を迎えます。与謝野晶子らとも交流のあった郷土の歌人・三ヶ島葎子の資料を展示中です。

▼開室時間 8:30～17:00 (月曜日・祝日休み)

▼市民ボランティア展示解説日時

市民ボランティアによる無料展示解説を毎月行っています。

4月から6月の解説日は下記のとおりです。

4/16(火)、5/18(土)、6/18(火)

10:00～15:00(時間内随時、無料)

▼問合せ先 文化財保護課 ☎ 04-2991-0308

Fax 04-2991-0309