

回覧

吾妻まちづくりセンターだより（公民館だより）

あづま

発行：所沢市吾妻まちづくりセンター

平成30年6月号 第204号

6月1日発行（所行回 第43号）

所沢市大字久米2229-1

TEL 2924-0118

FAX 2924-0168

くらし防災

わたしの「いつも」が、いのちを救う。第1章

「寝る」ときにできる防災



寝室の安全がいのちを守る

寝ている時はとても無防備です。とっさに落下物をよけたり、すぐに逃げたりできません。

一日の中で長い時間無防備な状態にいる場所、寝室の危険を理解し、あらかじめ心配をなくしておくことが生き残るポイントです。



◎ すぐできる

いつもの場所に寝転んで、危険を探してみる



部屋の中のインテリアは、地震の揺れで倒れたり、落ちてくると考えて、危ないところがないかチェックしてみましょう。

物が散乱する室内を素足で歩くのはケガのもと

寝ている場所の近くに、厚底のスリッパや、普段使っていない靴を準備しておくだけで安心です。

寝ていた場所のまわりに物が散乱し、非難する時にガラスの破片を踏んでケガをしました。

（40代／阪神・淡路大震災）

地震発生後すぐに停電してしまい、暗闇の中で物が落ちる音や家がきしむ音がして、怖かった。

（60代／熊本地震）

◎ 計画的に

窓ガラスには飛散防止フィルムを

ベッドや布団は、できるだけ窓から離します。

出来ない場合は、窓ガラスに飛散防止フィルムを貼りましょう。

また、カーテンを閉めると、割れたガラスが飛び散るのを抑える効果があります。「寝る前にはカーテンを閉める」を各部屋で習慣に。

寝ている場所に家具が倒れてこないように

倒れてくるものが何もない部屋で寝るのが理想ですが、現実には難しいもの。

「寝ている場所に倒れてこない」「落ちてこない」「動いたり倒れて逃げ道をふさがらない」の3つに気を付けて家具を配置します。

そのうえで、家具類の転倒・落下・移動防止対策も考えましょう

◎ 暮らしに合わせて

メガネや杖、携帯電話、

抱っこひもなどは枕元に

行動を助ける必需品は、いつも枕元に備えておきましょう。

ただ置くだけでは揺れでどこかへ飛んで行ったりすることもあるので、滑り止めシートの上に置いたり、固定した壁掛け収納に入れるなど、置き方を工夫しましょう。

寝室に置く小物は割れない素材を選ぶ

時計や写真立てなどのインテリア雑貨はガラスや木製など割れやすい物ではなく、紙や布、シリコン製の物を選びましょう。



「音楽ひろば・あづま」

日時：6月12日（火） 13時30分～
場所：ホール
講師：玉山 マオ さん
参加費：無 料
申込：当日直接会場へ
※ 原則毎月第2火曜日



夏休み

あづまっ子自習室

夏休み期間中、吾妻まちづくりセンターのコミュニティルームを子ども自習室として利用できます！

期 間：7月25日（水）～8月25日（土）

※月曜・祝日を除く

※コミュニティルームが使用できない日は中止になります

※その日の定員を超えた場合は入れません。

時 間：9時～16時30分

場 所：吾妻まちづくりセンター・コミュニティルーム

定 員：12人

対 象：小学4年生～中学3年生

ルール

- ①利用するときは公民館窓口で申込をする
※名前・学校名・学年、緊急時のために、住所・電話番号を書いていただきます。
- ②他の人に迷惑をかける
- ③スマホ・携帯・ゲームは室内では禁止
- ④飲み物以外（お菓子・食事など）は禁止
- ⑤帰るときは退室報告をする

問合せ：吾妻まちづくりセンター
2924-0118

吾妻とこしゃんクラブ

日時：6月19日（火） 13時30分～
場所：ホール
参加費：無 料
申込：当日直接会場へ
持ち物：マットかバスタオル・フェイスタオル・飲み物・汗ふきタオル・運動できる服装・運動靴（土足不可）
※ 原則毎月第3火曜日



子育て広場 ぽっぽっぽ

日時：6月15日（金）
10時～11時30分
対象：乳幼児と保護者
内容：「予防接種のお話し」手遊び・うた遊び・おしゃべり・読み聞かせ
※ 原則毎月第3金曜日



吾妻地域交流会

茶の実ひろば

日時：6月22日（金） 10時～
内容：交流と仲間づくり
対象：高齢者と障がいをお持ちの方、
参加費：100円



※ 原則毎月第4金曜日

◎ボランティアスタッフ募集中です！

ミニテニス大会

テニスラケットを小さくしたものと、ビニール製の大きなボールを使い、打ち合うスポーツです。初めてでも十分に楽しめます。

日時：7月1日（日） 9時～正午

受付：8時30分

会場：南陵中学校 体育館

対象：吾妻地区在住 小学校4年生以上

持ち物：体育館用運動靴・飲み物等（貸し用具あり）

参加費：無 料

申込：6月29日（金）までに

吾妻まちづくりセンターへ。電話可

主催：所沢市体力づくり市民会議吾妻支部

問合せ：吾妻まちづくりセンター

2924-0118

おしゃべり広場

「ひなたぼっこ」

お茶を飲みながらお話をしませんか。
日時：7月3日（火）
13時30分～15時
※ 原則毎月第1火曜日



吾妻地区文化祭

フラ☆フェスティバル



日時：7月8日（日）

開場：午後1時 開演：午後1時30分

会場：吾妻まちづくりセンター・ホール

内容：フラダンス

定員：160人

主催：フラ☆フェスティバル実行委員会

出演：ケイキフラ ココレカ

ピカケ フラ

フラ レイ アロハ

Lea Hula

ロケラニ フラサークル

フラ ハイビスカス

☆ゲスト：ウィキウィキ

今年1月に開催したフラ☆フェスティバル、今年度は7月の開催です！

図書館吾妻分館



【おはなし会】

日時：6月9日（土） 11時～12時

6月23日（土） 11時～12時

場所：吾妻まちづくりセンター・和室

対象：3歳以上・申込不要

【絵本とわらべうたの会】

日時：6月2日（土） 10時～10時30分

場所：吾妻まちづくりセンター 和室

対象：乳幼児と保護者・申込不要

【吾妻分館開館30周年記念事業

「思い出の吾妻～あなたの思い出の写真とコメントを募集します～」

募集期間：6月5日（火）～10月30日（火）

展示予定日：11月3日（土・祝）・11月4日（日）

吾妻分館の図書館まつりにて展示

場所：所沢図書館 吾妻分館

内容：開館30周年を記念して「思い出の吾妻」をテーマに、地域の名所、行事、お気に入りのスポット、昔懐かしい吾妻地区の姿などが写された写真を募集します。写真にコメントを添えて応募してください。※詳細は図書館吾妻分館にお問合せください。



6月の休館日

4日（月） 11日（月） 18日（月）

25日（月） 27日（水）

問合せ：所沢図書館吾妻分館

2924-0249



所沢図書館イメージキャラクター トベア

吾妻地域包括支援センター

健康寿命を延ばそう！

～管理栄養士に学ぶ～

日時：6月18日（月） 10時～11時30分

場所：松が丘中央会館

対象：どなたでも（65歳以上の方優先）

次回☆7月2日（月） 場所：荒幡会館

詳細・お問合せ：吾妻包括支援センター

04-2929-6965

無料

つばめ児童館

「おとうさんと遊ぼう」

☆6月17日（日）★9時30分～11時30分

乳幼児と保護者対象・参加自由

「親子エアロビクス」

☆6月20日（水）

★10時～11時30分・定員20名・保護者対象（1歳～）※お子様は歩ける子が条件です。

・持ち物：室内履き・動きやすい服装・タオル・飲み物



「おはなしマイム」☆6月29日（金）

★15時30分～16時・参加自由 ※小さいお友だちは大人の人と一緒にきてね。

「七夕かざり」☆7月2日（月）～6日（金）

★9時～17時30分・時間内であれば自由にかざりつけができます。

「つばめこどもまつり」☆7月14日（土）

★10時30分～14時30分・模擬店やゲームコーナーがあります。※駐車場はありません。徒歩か自転車にて来館ください。

詳細・お問合せ：所沢市立つばめ児童館

2922-0410



まちづくりセンター主催行事予定表



催事名	日時	場所	内容	備考
初めての子育て講座	5日(火) 10時~12時	和室	親子体操 絵本の話	受付終了
おしゃべり広場ひなたぼっこ	5日(火) 13時30分~15時	コミュニティ ルーム	お茶を飲みながらお話ししませんか	当日直接
単一素材プラスチック回収日	9日(土) 9時~12時	正面玄関前	ポリバケツ、プランター、衣装ケース等	当日直接
初めての子育て講座	12日(火) 10時~12時	和室	交流会	受付終了
音楽ひろば「あづま」 	12日(火) 13時30分~15時	ホール	季節の歌・唱歌・懐かしい歌など	当日直接
廃食用油回収日	16日(土) 9時~12時	正面玄関前	植物性の食用油	当日直接
子育て広場ぽっぽぽ	15日(金) 10時~11時30分	和室	手遊び・うた遊び・おしゃべり・読み聞かせ	当日直接
吾妻とこしゃんクラブ	19日(火) 13時30分~15時	ホール	とこしゃん体操とストレッチ	当日直接
吾妻地域交流会 「茶の実ひろば」	22日(金) 10時~12時	会議室	高齢者と障害をもつ方の交流会 みんなで楽しく歌おう	当日直接

窓口サービスグループ休日開庁のお知らせ 電話2924-0117

開庁日時	9日(土)・23日(土) 8時30分~12時30分	取扱業務	市民課・国保年金課・市民税課・収税課業務 ※業務によっては手続きができないこともあります
------	------------------------------	------	---

・実物とは異なります



第48回吾妻地区文化祭ポスターコンクール

夏休みに11月開催の吾妻地区文化祭のポスターを作って応募しよう！！

〈下記の2つを必ず入れてください〉

☆ 第48回吾妻地区文化祭

☆ 日時・平成30年11月3日(土・祝)・4日(日) 午前10時~午後3時

応募資格：吾妻地区在住の小学生

内容：文化祭日時の記載があれば、クレヨン・クレパス・水彩画は問いません(色鉛筆不可)

応募方法：つばめ児童館、吾妻まちづくりセンターで指定の画用紙を受取り、募集期限内につばめ児童館・吾妻まちづくりセンターに提出してください。

募集締切：9月2日(日)まで

※ 応募者全員に参加賞進呈。入賞者・優秀作品には記念品贈呈。

※ 優秀作品はポスターとして使用させていただきます。

※ 第48回吾妻地区文化祭にて表彰式を行います。

※ 詳細は吾妻まちづくりセンター・公民館 電話2924-0118にお問い合わせください。

