



TOKOROZAWA



TOKOMACHI11

まちづくりセンターだより ここさし3月

所小セ 第54号
2024年2月8日
第532号

小手指まちづくりセンターから、小手指公民館及び小手指公民館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

本館

第37回小手指地区体力づくり ♪みんなで歩こう 早春の道♪ ふれあいウォーク

3 すべての人に
健康と福祉を



と き 3月24日(日)

受付 9:00~9:20 スタート 9:30 ※小雨決行
(荒天の場合は、小手指地区体育館にてモルックの体験)

コース 小手指・三ヶ島方面 約9km スタート・ゴール 小手指まちづくりセンター

対 象 どなたでも参加できます。(小学生以下は保護者同伴)

申込み 3月1日(金)から14日(木)までに小手指まちづくりセンターへ

月曜・祝日を除く8:30~17:15

※電話可 Tel.2948-1295

本館

小手指地区の伝統行事「ふうじ・はた」作り教室

4 質の高い教育を
みんなに



小手指地区にある北野天神社は、学問の神さまである菅原道真公を祀っているため、毎年3月21日の春祭りに、子どもが「ふうじ」や「はた」を奉納する伝統行事があります。

皆さんも一緒に作ってみませんか？

と き 3月10日(日)

14:00~16:00(受付 13:30~)

ところ 小手指まちづくりセンター

対 象 小学生以上

持ち物 ふうじ作り…えんぴつ

はた作り…習字道具(墨汁、半紙は用意してあります。)

申込み 3月1日(金)から8日(金)までに
小手指まちづくりセンターへ

月曜・祝日を除く8:30~17:15

Tel.2948-1295

※教室で作った『ふうじ』『はた』は、
3月21日(木)に北野天神社に奉納します。

『ふうじ』

細長く切った折り紙を三角にたたみ、その中に願い事を書いた紙を入れて、梅の枝にこよりや糸でつり下げたものです。

『はた』

「奉納北野天神天満宮」「奉納坂東北野天神社」などと大きく筆太に書いた紙を條につり下げます。

※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<小手指公民館>(所沢市北野南1-5-2 北野天神社近く)で、

分館 は、小手指公民館分館(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。



談話室 こてまる

3 すべての人に
健康と福祉を



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 3月8日(金)
14:30~16:00
※毎月第2金曜日に開催
ところ 小手指まちづくりセンター 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: 岡田
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



きらきら文庫のおはなし会

4 質の高い教育を
みんなに



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 3月15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 2階和室
対 象 乳幼児と保護者
定 員 先着10組

申込み 3月1日(金) から10日(日)までに
電子申請にて受付
問合せ 小手指まちづくりセンター
月曜・祝日を除く8:30~17:15
TEL 2948-1295



電子申請は
こちらから



彩指会 色鉛筆画教室

4 質の高い教育を
みんなに



今流行中の色鉛筆画を、小手指まちづくりセンター登録サークル「彩指会」のみなさんと体験してみませんか。色鉛筆画は、年齢・性別関係なく楽しむことができます。
あなたも“才能アリ”になれる!

と き 3月16日(土)
13:00~16:00
ところ 小手指まちづくりセンター 2階学習室4号
定 員 先着20人
持ち物 12色以上の色鉛筆、消しゴム
鉛筆(HBまたはB)、30センチ定規
※手持ちのない方は、申込時にお伝えください。

申込み 2月20日(火) から
小手指まちづくりセンターへ
月曜・祝日を除く8:30~17:15
TEL 2948-1295



★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



本館

令和6年度体操教室



<初級体操教室>

と き 9:30~10:45
 ところ 小手指地区体育館
 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
 リズム筋カトレーニング
 持ち物 室内履き、飲み物、
 バスタオル（あればヨガマット）、
 スポーツタオル

<元気が出る体操教室>

と き 13:30~14:45
 ところ 小手指まちづくりセンター ホール
 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
 バスタオル（あればヨガマット）、
 スポーツタオル

4月の開催日 4月11日、18日、25日（全て木曜日）

対 象 所沢市在住、在勤の方

申込み 特に必要ありません

※4月11日は参加者全員「身体状況確認表」の記入をお願いします。30分位早めにお越しください。

※4月11日以降に初めて参加される方も「身体状況確認表」の記入をお願いします。

問 合 せ 月曜・祝日を除く8:30~17:15 小手指まちづくりセンター Tel 2948-1295



分館

令和6年度小手指公民館分館体操教室



<からだスッキリ骨盤体操>

と き 10:30~12:00
 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。

<ボディメイクレッスン>

と き 14:00~15:30
 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。

4月の開催日 4月12日（金）、26日（金）

ただし、4月26日は からだスッキリ骨盤体操は、休講
 ボディメイクレッスンのみ 開催

※4月12日は参加者全員に「身体状況確認表」の記入をお願いします。15分位早めにお越しください。

※4月12日以降に初めて受講される方も「身体状況確認表」の記入をお願いします。

対 象 所沢市在住、在勤の方

と ころ 小手指公民館分館 2階ホール

申込み 特に必要ありません

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）



問 合 せ 月曜・祝日を除く8:30~17:15 小手指公民館分館 Tel 2948-8780



親子わいわいひろば

4 質の高い教育を
みんなに

親子体操～楽しくからだを動かそう!～



0歳から3歳未満のお子さんと、パパ、ママに楽しんでいただく子育て広場です。わいわいと楽しい時間を過ごしませんか。

と き 3月22日(金)

10:00～11:00

問合せ 小手指公民館分館

月曜・祝日を除く8:30～17:15

TEL 2948-8780

ところ 小手指公民館分館 2階ホール

対象 0歳から3歳未満の子どもと保護者

定員 30組(応募者多数の場合は抽選)

申込み 3月1日(金)から11日(月)までに
電子申請にて受付

持ち物 飲み物(水分補給)、靴を入れる袋
※動きやすい服装でお越しください。

こちらから
電子申請は



子育てサロン“ぶんぶん”

4 質の高い教育を
みんなに

ママヨガwithベビー



赤ちゃん和妈妈・パパの交流や仲間づくりの場です。月1回、子育ての話・コンサート・絵本の紹介・ふれあい遊びなどの催しを行っています。赤ちゃんといっしょに遊びに来ませんか。

と き 3月15日(金)

10:00～11:20

問合せ 小手指公民館分館

月曜・祝日を除く8:30～17:15

TEL 2948-8780

★10:50～11:20おしゃべりタイム

ところ 小手指公民館分館 2階ホール

対象 0歳・1歳の子どもと保護者

定員 30組(応募者多数の場合は抽選)

申込み 3月1日(金)から8日(金)までに
電子申請にて受付

持ち物 飲み物(水分補給)、靴を入れる袋
※動きやすい服装でお越しください。



こちらから
電子申請は



その他の予定

3月 1日(金)	交通災害共済出張受付(小手指公民館分館/9:45～14:00)
3月 4日(月)	市・県民税申告相談(小手指まちづくりセンター/9:15～15:00)
3月 6日(水)	交通災害共済出張受付(小手指まちづくりセンター/9:45～14:00)
3月 9日(土)	休日開庁(印鑑登録、住民票等証明書発行、市税の納付) (8:30～12:30) * 小手指サービスコーナー(小手指公民館分館内)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・小手指公民館分館/9:00～12:00)
3月11日(月)	市・県民税申告相談(小手指公民館分館/9:15～15:00)
3月16日(土)	廃食用油回収(小手指まちづくりセンター・小手指公民館分館/9:00～12:00)
3月20日(水)	休館日(春分の日)
3月23日(土)	休日開庁(印鑑登録、住民票等証明書発行、市税の納付) (8:30～12:30) * 小手指サービスコーナー(小手指公民館分館内)を除く