

並木まちづくりセンターだより 9月号

発行/令和7年8月28日 並木まちづくりセンター

〒359-0042 所沢市並木8-3
 コミュニティ推進・公民館グループ ☎ 04-2998-5911
 FAX 04-2998-5915
 窓口サービスグループ ☎ 04-2998-1117
 ✉ b9985911@city.tokorozawa.lg.jp



ホームページ
QRコード

現代まで繋がる武士の精神 ～「兵の道」から「武士道」へ～

【日 時】 10/17、10/31、11/7、11/21
 全4回（各金曜日）
 9:30～11:30
 【場 所】 並木まちづくりセンター 講堂
 【講 師】 武蔵野学院大学教授 高橋 恵美子 氏
 【内 容】 山本常朝の『葉隠』や新渡戸稲造の『武士道』を参考に「武士道」について学ぶ
 【定 員】 55人（先着順）
 【持ち物】 筆記用具
 【費 用】 無料
 【申込み】 10月1日（水）～10月12日（日）
 電話・窓口にて受付
 9:00～17:00 ※月曜を除く

地域で楽しもう！ 男の本格コーヒー講座



【日 時】 10/16、10/30、11/13（各木曜日）
 10:00～12:00
 11/16（日）※並木地区文化祭に出店予定
 【場 所】 並木まちづくりセンター調理講習室
 【講 師】 リナメスコーヒー合同会社
 社長 元明 健二 氏
 【内 容】 豆の選び方、淹れ方 等
 【定 員】 16人（先着順）
 【対 象】 一般男性
 【費 用】 1,500円（材料費）
 【持ち物】 エプロン、マスク、ハンカチ、筆記用具
 水筒、布巾
 【申込み】 10月1日（水）～10月9日（木）
 電話・窓口にて受付
 9:00～17:00 ※月曜を除く

おうちでできる薬膳料理講座 ～冬編～

【日 時】 10月24日（金）
 10:00～13:00
 【場 所】 並木まちづくりセンター 調理講習室
 【講 師】 ままごとキッチン 前田 純子 氏
 【内 容】 薬膳のお話と調理実習
 モザイク寿司、エビとアボカドの茶わん蒸し、他
 ※メニューは変更の可能性あり
 【定 員】 9人（先着順）
 【持ち物】 筆記用具、エプロン、タオル、
 手鏡、お皿拭き用布巾
 【参加費】 1,000円（材料費）
 【申込み】 10月1日（水）～10月10日（金）
 電話・窓口にて受付
 9:00～17:00 ※月曜を除く



並木地区健康教室 高精度放射線治療がもたらす未来

【日 時】 10月29日（水）
 14:00～15:00
 【場 所】 並木まちづくりセンター 講堂
 【講 師】 所沢美原総合病院 放射線科医師
 加藤 眞吾 氏
 所沢美原総合病院スタッフ
 【内 容】 医師による講義・体操
 【定 員】 50人（先着順）
 【参加費】 無料
 【申込み】 10月1日（水）～10月17日（金）
 電話・窓口にて受付
 9:00～17:00 ※月曜を除く

地域交流 並木わいわいサロン

- ◆ 日時 10月23日(木)
10:00~11:00
- ◆ 場所 並木まちづくりセンター 講堂
- ◆ 内容 脳トレ・お話し会・工作等
- ◆ 参加費 無料 申込み不要です！

職員が教える！ スマホお悩み相談室

- ◆ 日時 10月23日(木)
11:00~11:50
- ◆ 場所 並木まちづくりセンター 講堂
- ◆ 内容 スマートフォンのちょっとしたお悩み相談等
- ◆ 参加費 無料 申込み不要です！
- ◆ 協力 株ジェイコム

子育てサロン すくすくひろば

近くに子育て仲間がない…。毎日子どもと2人きり…。みんなで子育ての話をしませんか？
子育て仲間づくりの場です。公民館・さくら児童館・ひまわり保育園の先生たちがサポートしてくれます。



- ◆ 日時 10月28日(火)
10:00~11:00
- ◆ 場所 並木まちづくりセンター 講堂
- ◆ 内容 手遊び・読み聞かせ等
- ◆ 参加費 無料
- ◆ 対象 就園前の乳幼児とその保護者
- ◆ 申込み 不要(当日直接お越しください)

もったいない市

- ◆ 日時 10月5日(日)
- ◆ 持込受付 9:00~14:00
- ◆ 一般来場 9:30~14:30
- ◆ 場所 並木まちづくりセンター
- ◆ 協力 並木地区環境推進員協議会

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。展示品で気に入ったものは無料でお持ち帰りできます。***出せないもの** めいぐるみ・木製の食器など

食品ロスを減らそう！

ご家庭で不要な食品をお持ちください

- 常温保存・未開封
- 賞味期限 1カ月以上の食品

OK	レトルト食品、お菓子類、缶詰、インスタント麺、米、ジュース、コーヒーなど	NG	肉・野菜・魚などの生鮮食品や冷凍食品、アルコール飲料等はお預かりできません。
-----------	--------------------------------------	-----------	--

さくら児童館 作品展示

さくら児童館によるちぎり絵作品を、多目的ホール1階に展示しています。並木まちづくりセンターへお越しの際は、ぜひご覧ください！



サークル展示スケジュール

サークルの皆さまの日頃の活動の成果である作品を展示しています。ご来館の際は、是非ご覧ください。

展示期間	展示サークル	
9/7(日)~ 27日(土)	並木フォトクラブ (事務室前ロビー)	
10/5(日) ~25日(土)	悠遊おやじの会 (事務室前ロビー)	写真クラブ ピントワン (ホワイエ)

夏休みスタート!7月の並木まちづくりセンター

美味しくできた!

23

自分で打ったうどんを食べよう!
手打ちうどん教室



悠遊おやしの会の皆さん
毎年ありがとうございます!

30

かけっこ講座



所沢中央高校
陸上部の皆さん

7月30日、所沢中央高校陸上部の協力をいただき、かけっこ講座を開催しました。沢山の小学生の参加があり、高校生たちも楽しそうに小学生を指導していました。

26

並木こどもメイクサロン



ホーラ dolce所沢
中嶋 美紀子氏



7月26日は並木こどもメイクサロンを開催し、プロの方に教えていただきながらお母さんに接客とメイクを行いました。親子で向き合って笑顔あふれるメイクサロンになりました!

参加費
無料

家族介護者 いやしの集い

～「こころ」と「からだ」のほぐし方～

お灸体験あり



【日時】 10月24日(金)10:00～11:30
 【場所】 並木まちづくりセンター 講堂
 【対象】 並木・富岡地区在住の在宅介護者
 【内容】 講話、お灸体験 等
 【定員】 先着 30名
 【講師】 セネファ株式会社 小泉 洋一 氏

介護に日々向き合う皆さまへ…
 少しだけ自分の「こころ」と「からだ」を
 いたわる時間を持ちませんか？お灸の
 ぬくもりでホッと一息。「からだ」のこば
 びりをほぐし「こころ」の緊張もゆるめ
 ましょう！

申込み・問合せ 並木地域包括支援センター ☎04-2943-7333

窓口サービスグループ

業務時間 平日8:30～17:15
(祝日、年末年始を除く)

取扱業務

- ・住民票、印鑑証明、戸籍証明書等発行
- ・電子証明書の更新等(マイナンバーカード)
- ・税証明発行【課税証明書(所得証明)、納税証明書】
- ・医療費交付申請書取次
- ・ところバス特別乗車証発行
- ・交通災害共済の加入受付
- ・救急医療情報キット申込
- ・パパママ応援ショップ優待カード 等

※本籍地が所沢市以外でも、戸籍証明書・除籍証明書を取得できますが、発行できない場合もありますので、お問い合わせください。

※その他の取扱業務についてはお問い合わせください。

人口と世帯数 (令和7年7月末日現在)

	人口 (前月比)	世帯数 (前月比)
並木地区	23,250 (+2)	12,562 (+15)
所沢市	342,713 (±0)	172,280 (+119)

拠点回収日程

廃油	9/6(土)・10/4(土)	9:00～12:00
単プラ	9/13(土)・10/11(土)	9:00～12:00
牛乳パック	開館時	いつでも

所沢図書館本館事業

☎04-2995-6311

詳細は、図書館へお問い合わせください。

◆おはなしかい◆ (第2・3・4土曜日)

〔9月〕13・20・27日

小さい子 4さいから 14:00～

大きい子 小学生から 15:30～

◆親子おはなしかい◆ (第3金曜日)

〔9月〕19日

乳幼児とその保護者 10:30～

◆かみしばいのかい◆ (第1土曜日)

〔9月〕6日 4さいから 14:00～

◆かがくあそび◆ (第3日曜日)

スライムであそぼう！

〔9月〕21日

小学生から 14:00～

★先着16名 9月12日(金)

9:30～受付開始(電話可)



まちづくりセンター
公式 Instagram

編集後記：「初秋」は、9月の季語で秋の始まりを意味しますが、まだまだ残暑が続きますね。秋といえば「食欲の秋」美味しい物も増えてくるので楽しみです。(し)