



センターだよりQR

まちづくりセンターだより



こころさし1月

所小セ 第12号

2025年12月11日

第554号

小手指まちづくりセンターから、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

本館

## 親子体操教室 土日開催



お子さんの運動機能向上に役立つ運動を親子でスキンシップをとりながら行います！普段運動経験のない方でも気軽に参加できます！一緒にカラダを動かしませんか？

と き 令和8年2月8日（日）、14日（土）、  
28日（土）（全3回）  
10：00～11：00

ところ 小手指地区体育館

対 象 本年度2歳になる子から5歳までの子と  
保護者または親族

※双子など子どもが複数の場合、子ども1人  
に対し、大人1人対応参加

定 員 25組（応募者多数の場合は抽選）

持ち物 動きやすい服装、室内用の運動靴、  
汗拭きタオル、飲み物（水分補給用）、  
保護者が横になっても動けるくらいの  
大きめのタオル、お子様の着替え

申込み 令和8年1月6日（火）から1月16日（金）  
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本館  
月曜・祝日を除く8：30～17：15  
Tel.2948-1295

電子申請は  
こちらから


本館

## モルック講習会


モルックは、フィンランド発祥の年齢に関わらず楽しめるニュースポーツです。  
小学生からご高齢の方までお楽しみいただけます。

と き 令和8年1月18日（日）  
10：00～11：30 受付 9：30～

ところ 小手指地区体育館

対 象 小手指地区に在住の小学3年生以上

定 員 先着48人

持ち物 運動できる服装、室内履き、  
飲み物（水分補給）、汗拭きタオル

申込み 12月30日（火）から  
令和8年1月9日（金）までに  
所沢市ホームページから電子申請または電話  
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

電子申請は  
こちらから


※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、公共の交通機関等でお越しください。



分館

# 子育てサロン“ぶんぶん”



遊んで、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。

## ママヨガ with ベビー

と き 令和8年1月30日(金)  
 受付 9:45~  
 開催時間 10:00~11:20  
 おしゃべりタイム 10:50~11:20  
 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歳以下の子どもと保護者(市内在住・在勤)  
 参加費 無料  
 持ち物 靴を入れる袋、動きやすい服装

申込み 不要。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



分館

## 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 令和8年1月9日(金)  
 14:30~16:00  
 ※奇数月第2金曜日に開催  
 ところ 小手指まちづくりセンター分館  
 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



本館

## 地域集会施設維持管理費補助金 出張受付についてのご案内

11 住み続けられる  
まちづくりを

小手指地区の自治会・町内会を対象に、出張受付を行います。手続きの詳細については、  
 12月中旬に地域づくり推進課が送付する手引きをご覧ください。

と き 令和8年1月15日(木)  
 14:00~16:00  
 ところ 小手指まちづくりセンター本館  
 2階学習室4号

問合せ 地域づくり推進課  
 土曜・日曜・祝日を除く  
 8:30~17:15  
 TEL 2998-9083



本館

## きらきら文庫のおはなし会



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 令和8年1月16日（金）

10:00～11:30

※毎月第3金曜日に開催

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

ところ 小手指まちづくりセンター本館 2階和室

対象 乳幼児と保護者

申込み 不要。直接会場にお越しください。

## きらきら文庫のおはなし会☆スタッフ募集中☆

絵本が好きな方、歌が好きな方、大歓迎！

小さな子どもたちといっしょに絵本の世界に遊びにいきませんか。

みなさまからのご連絡をお待ちしています。見学だけでも、ぜひどうぞ！

## ある月のプログラム例

きせつのうた→絵本の読み聞かせ→手遊び  
→絵本の読み聞かせ→ころのさんぽみち  
→ことばの泉

～休憩約10分間～

今月のうた→絵本の読み聞かせ→音楽遊び  
→工作→終了

開催日 毎月第3金曜日10:00～11:30

（8月はお休み）

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

## 小手指まちづくりセンター(公民館)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。

「小手指公民館を利用したい」、「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。

## 椿峰コミュニティ会館からのお知らせ

## 防犯のまちづくり講座



と き 令和8年1月21日（水）

10:00～11:30

持ち物 筆記用具

費用 無料

ところ 椿峰コミュニティ会館本館 大集会室

申込み 当日、椿峰コミュニティ会館本館にて受付

内容 各防犯対策、市の防犯の取組と防犯状況について

問合せ 椿峰コミュニティ会館本館

祝日を除く8:30～17:00

講師 所沢市防犯交通安全課防犯対策室職員

Tel 2925-2224

対象 成人

定員 20人程度



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 令和8年2月5日、12日、19日、26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 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 令和8年2月5日、12日、19日、26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 ホール

対 象 所沢市在住・在勤の方

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(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 令和8年2月13日(金)、25日(水)  
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 令和8年2月13日(金)、25日(水)  
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

## その他の予定

年末年始：12月29日(月)~令和8年1月3日(土) 休館

令和8年 1月10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)
1月12日(月)	休館日(成人の日)
1月17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)
1月24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