



TOKOMACHI11

# しんとこ情報館

2026.1月号 所行回第101号

2026.1.1発行(原則毎月第4木曜発行)

新所沢まちづくりセンター

住所:所沢市緑町1-8-3

☎:04-2924-2955

✉:b9242955@city.tokorozawalg.jp

編集・発行



町名	世帯数	人口
緑町1丁目	1,687 (+3)	3,058 (-28)
緑町2丁目	1,288 (+12)	2,090 (-2)
緑町3丁目	1,490 (+7)	2,998 (-13)
緑町4丁目	2,978 (+13)	5,623 (-32)
泉町	1,014 (+42)	1,933 (+47)
向陽町	1,230 (+7)	2,598 (+4)
青葉台	1,232 (-4)	2,515 (-29)
榎町	729 (+11)	1,430 (+5)
けやき台1丁目	1,821 (+29)	3,762 (-11)
けやき台2丁目	960 (+3)	1,996 (+4)
新所沢地区全体	14,429 (+123)	28,003 (-55)

令和7年11月末日現在 ※カッコ内は前年同期比

## 第2・4土曜日は住民票発行等各種お手続きができます

- 開庁日: 1/10・1/24・2/14・2/28 (8:30~12:30)
  - 取扱業務: 住所異動、印鑑登録、国民健康保険・国民年金の手続、住民票・印鑑証明・戸籍謄抄本
  - 問合せ: 窓口サービスグループ (☎04-2928-8411)
- ※詳しくは、「広報ところざわ」や「市ホームページ」に掲載



拠点回収

1/10(土)  
9~12時  
単プラ1/17(土)  
9~12時  
廃油開館時  
いつでも  
牛乳パック

楽しく踊ろう！

## ダンスエクササイズ・ズンバ

楽しく踊って運動不足解消！ステップや動きにこだわることなくリズムに乗って踊ります！

●日 時：2月20日(金)10:00～11:00（予定）

●対 象：一般10名（先着順/70歳代まで）

●内 容：初心者向けのラテンやスローなサルサの曲に合わせて踊る

●講 師：黒米 結香 氏（JWI公認ZUMBA BASIC1）

申込

1月7日から電話または窓口にて

親子で学ぶ！

【主催】新所沢西地区青少年を守る会連合会

## ぼうはん☆パワーアップ教室

クイズ・体操・体を使うゲームなどをとおして、「自分を守る力」を楽しく学ぶことができるプログラムです！

講師にはメディア出演も多く、全国で講演されている「Go！Go!!市民防犯プロジェクト」主宰の市民防犯インストラクター「武田信彦」氏をお迎えし、こどもでもできる「逃げるワザ」も特別に練習できます！

●日 時：2月28日(土)13:30～15:00（予定）

●対 象：新所沢地区在住・在学の小学生の親子40組（先着順）

●内 容：講義 「子どもの安全・安心に向けて」

実技 体操程度の動きで、身を守るコツを練習

▼お申込みはこちら



### 講師紹介



武田 信彦（たけだ のぶひこ）氏

Go！Go!!市民防犯推進プロジェクト主宰・市民防犯インストラクター

犯罪防止NPOでの実践活動を経て、市民防犯・子どもの防犯を専門とする講師として活動中。市民防犯のパイオニアとして、全国各地で講演やワークショップを多数実践するほか、フジテレビ「ホンマでっか!?TV」、日本テレビ「真相報道バンキシャ！」等のメディア出演をはじめ、著者やコラムでも情報を発信。警察庁や文部科学省の防犯事業でも助言を務める。

## お知らせ | 夫婦漫才・笑いを楽しむ講演会

●日 時：3月24日(火)13:30～15:00（予定）

●内 容：【一部】漫才 / 【二部】参加型講演（健康体操や簡単な頓智クイズ等）

詳しくは次号に掲載！

申込

2月7日から電話または窓口にて

### 会場・申込先について

講座等の会場・申込先は特別な記載がない場合、新所沢まちづくりセンター（04-2924-2955）です。

申込みの受付時間は月曜・祝休日を除く8時30分から17時15分です。

報告 昨年12月開催

## ～クリスマス講座の様子をお届け～



輪になっている木にヒムロ杉で立体感を出し、リボンやドライフラワーなどで飾りつけを行いオリジナルのクリスマスリースを作りました。

「一から木を切ったり、リボンを作ったりデザインを考えて作るのは楽しかった」、「思ったより難しかったが先生が丁寧に教えてくださり満足の出来栄えであった」とオリジナルリースの仕上がりに満足そうな笑顔が印象的でした。

### あなただけの手作りクリスマスリース作り

12月9日実施



メニューはクリスマスらしくトッピングした「フローズンヨーグルトパフェ」。異なる小学校に通う3～6年生がグループになり、協力しながら作りました。参加者からは、「みんなと作れて楽しかった！」、「家でも作ってみたい」と大変好評でした。

こども料理教室 12月6日実施

## 子育てサロン「にっこにこ」

毎月第4火曜日

あそびにおいで♪



- 日 時：1月27日（火）10:00～
- 場 所：2階 和室1号
- 対 象：乳幼児と保護者
- 申 込：不要（直接お越しください）

## 陽だまりサロン 街のえんがわ

毎月第3金曜日

- 日 時：1月16日（金）10:00～
- 場 所：2階 学習室6号
- 会 費：100円
- 申 込：不要（直接お越しください）



## 所沢市地域安全功労者・団体表彰（令和7年11月15日）

『所沢市防犯のまちづくり市民大会』において、新所沢地区から2名+1団体が表彰されました！

### 個人

● 谷 嘉章  
(緑町町会)

● 猪瀬 修  
(三商青葉台自治会)

防犯推進委員として長年にわたり、町内の防犯パトロールをはじめ、新所沢地区合同パトロールの参加や振り込め詐欺等、犯罪防止の啓蒙活動を実施。地区内における防犯意識の高揚に努めている。

### 団体

● 五月会自治会 (青葉台)

自治会の区域内パトロールを毎月実施し、犯罪を未然に防止するとともに自治会会員に向け犯罪防止の啓発活動や防犯意識の高揚に努めている。

# 遊びにおいでよ！トコハピ♪

## おめでとう 2026

あけましておめでとうございます。新しい1年が、お子さんたちと保護者の皆様にとって笑顔あふれる年になるようお祈り申し上げます。

1月は新年お楽しみ会の他、福笑いや羽子板の貸し出しなど、お正月ならではのあそびを企画しています。

この季節ならではのあそびを楽しみましょう♪

※12/29（月）～1/3（土）は年末年始休館です。



ホームページ



Instagram



## 図書館からのおしらせ



## 1月のイベント

○全来館者向け

7日（水）おはなし会 8日（木）新年お楽しみ会

10日（土）おもちゃの病院

25日（日）おはなしのひろば（新所沢まちづくりセンター）

27日（火）みどり記録会

○乳幼児向け

9日（金）あかちゃん集まれ

14日（水）お正月あそび

20日（火）親子であそぼ！

21日（水）キッズひろば 23日（金）産後ヨガ

27日（火）なないろタイム 31日（土）パパと豆まき

○小学生以上向け

7日、21日（水）中高生タイム

10日（土）所沢郷土かるた大会予選会

24日（土）まさのりさんの工作教室

26日（月）かるたクラブ



所沢図書館新所沢分館

Tel.04-2929-1905

### 児童向けイベント

#### おはなし会

1月11日（日）11:00～  
2月 8日（日）11:00～  
2月21日（土）15:00～

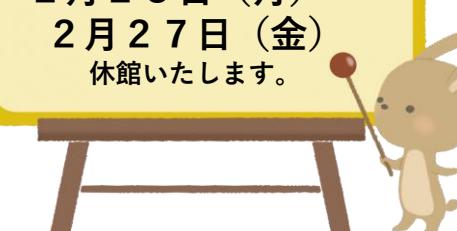
#### 親子おはなし会

1月 9日（金）10:30～  
2月13日（金）10:30～

同日10時～12時は赤ちゃんタイムです。  
幼いお子様を連れた方に気兼ねなく  
来ていただける時間です。  
お気軽にご来館ください。

#### 図書整理期間のお知らせ

新所沢分館は  
2月23日（月）～  
2月27日（金）  
休館いたします。



※図書館ホームページやチラシ・ポスターもご確認ください※

## このまちで健やかに暮らすお手伝い



### 冬本番！ヒートショックにご注意を

新年のスタートです。朝の冷えた空気がより一層、身も心も気を引き締めてくれるような気がします。

1月に入り、まだまだ寒さの厳しい日が続きます。

冬は冷え込み乾燥するため、様々な危険が潜む季節。

冬に流行する病気と言えば、インフルエンザ、コロナなど感染症が思い浮かびますが、実はヒートショックという病気に意外となりやすいのです。

ヒートショックとは、寒い場所から暖かい場所に移動することで急激に血圧の変動が起こり、心臓に負担がかかることで脳梗塞や心筋梗塞が起こりやすくなる病気です。入浴中に起こりやすい病気、第1位です。対策としては①寒暖差をなくすため脱衣所や浴室を暖める②湯温は41度以下、長湯しない③入浴前後はしっかり水分補給をして気を付けていきましょう。

### ～在宅介護者のつどい～

#### 【第一部 講話】

歯磨きしないと骨が死ぬ？

～健康はお口から、口腔ケアで守るあなたの未来～

講師：いぐち歯科 歯科医師 小杉 行 先生

#### 【第二部 座談会】

日頃の介護で感じていることやお悩み、講話を聞いて思ったことなど、みんなで気軽にお話しましょう。

日時：令和8年1月27日（火）

13:00～15:00

会場：新所沢まちづくりセンター

学習室1号（住所：緑町1-8-3）

申込：新所沢東地域包括支援センター

（☎ 04-2968-8899）

