

青木公民館だより

あおきだより



発行：川口市立青木公民館 編集：青木公民館長 小野田 勇
住所：川口市中青木3-18-7 電話：048-251-6534

今月の休館日
5日 12日 20日 26日

※市ホームページでもご覧いただけます。

みんな集まれ！

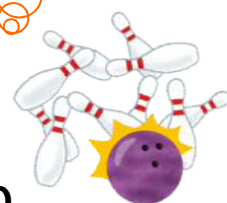
子どもボウリング教室

(青木地区青少年育成協議会主催事業)

参加者
募集

初めての方 大歓迎

プロボウラーの先生が楽しく
教えてくれます。
ルールやマナーも学べます。



日 時：令和4年10月15日(土) 9:00~12:00
会 場：アオキグランドボール2F(川口市中青木3-8-17)
対 象：小学校4~6年生(青木地区在住)
募集人員：40名
申込開始：9月6日(火)9:00~

参加者全員にクジ引きが
あります。ハズレなしだよ！

※青木公民館窓口に参加費を添えてお申し込み下さい。

参加費：1人500円

※ゲーム代・貸靴代・保険料・景品代等

持ち物：マスク・靴下(必須)・タオル(汗拭き用)

問合せ先：青木公民館 電話 048-251-6534



※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、状況により中止となる場合がありますのでご了承ください。

公民館休館日

- ・9月19日(月)敬老の日、祝日開館となります。17時までの利用です。
- ・20日(火)が休館となります。
- ・23日(金)秋分の日です。祝日のため、17時までの利用となります。
- ・10月10日(月)スポーツの日、祝日開館となります。17時までの利用です。
- ・11日(火)が休館となります。



おやこの遊びひろば

お子さん連れでくつろげるフリースペース

◎ 開催時間 1回目 遊びの時間 9:10~10:20 ★1日1回のご利用となります。

入れ替えのタイミングで換気・消毒作業を実施

2回目 遊びの時間 10:30~11:40



◎ 定員組数 6組

◎ 場 所 青木公民館 日本間

◎ 対 象 川口市内の概ね3歳までの子どもと保護者、もうすぐママの方

9月の日程

土曜日	3日・10日・17日・24日
日曜日	4日・11日・18日・25日

問い合わせ

川口市役所 子育て支援課 048-258-1112 (直通)

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、状況により中止となる場合がありますのでご了承ください。

生き生きデイサービス事業

主 催 川口市(長寿支援課)

事業運営 NPO法人スポーツ・サンクチュアリ・川口

対 象 者 65歳以上で市内に住所を有するかたで通所できるかた。

定 員 青木公民館 15名程度、 青木東公民館 20名程度

申 込 み 不 要

費 用 無 料

問い合わせ NPO法人スポーツ・サンクチュアリ・川口

TEL 048-253-9700



9月の日程・会場 : **青木東公民館 練習室**

9月のテーマ: 「インナーマッスルや小さな筋肉を鍛え、日常生活を軽やかに」

開催日	実施時間	実施内容
9月1日(木)	11:30~12:10	※秋の言葉あそび 関節痛予防体操(肩や上体)
9月8日(木)	11:30~12:10	関節痛予防体操(腰と下肢) シリーズ備え:地震
9月15日(木)	11:30~12:10	※関節痛予防体操(肩や上体)まとめ
9月22日(木)	11:30~12:10	関節痛予防体操(腰と下肢)まとめ

10月の日程・会場 : **青木公民館 会議室2号**

10月5日(水)	11:30~12:10	※全身運動 疲労回復のためのストレッチ
----------	-------------	------------------------

10月の2週目以降については、会場が「青木たたら壮」(青木3-3-1)に変更となります

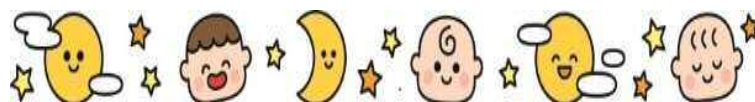
※印については、終了後に健康生きがいづくりアドバイザーによる「耳より話」を10分程度実施。



十五夜

今年の十五夜は、9月10日（土）です。
十五夜は、別名「中秋の名月（ちゅうしゅうのめいげつ）」とも呼ばれ、秋の真ん中に出る月という意味があります。

夜月を見てみてください。



青木地区献血会からの御礼

8月23日（火）地区献血会を行いましたところ、多くに方のご協力を頂きました。心より感謝申し上げます。
今後とも、献血推進にご協力をお願い申し上げます。

【次回の献血予定日】

令和5年3月14日（火）10時～11時





子ども卓球教室

参加募集

今月からまた始まります。

日時 10日(土)・24日(土)

10:00~12:00

場所 青木公民館 2階ホール

持ち物 体育館シューズ

水筒等(水分補給できるもの)

※10月は、8日(土)・22日(土)を予定しています。



食欲の秋

暑かった夏も過ぎ、少しずつ秋らしくなってきました。
買い物に行くとおいしい秋の食材が目にとまります。
いろいろ食べたくくなりますよね。

食べ過ぎに気をつけながら、秋の味覚を楽しみましょう。

太りすぎの私はきをつけねば。(笑)



※今月職員kのコラムはお休みです。
来月を楽しみにして下さい。