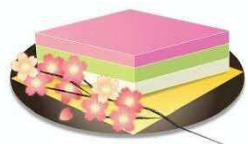


上青木公民館だより



令和7年3月号



編集・発行 川口市立上青木公民館 館長 岩橋 昭仁

〒333-0845 川口市上青木西2-14-14

TEL&FAX 048-497-5566

3月の休館日 3日・10日・17日・24日・31日

「春だ、楽しく体を動かそう！」



以下の日程で、高齢者向け運動イベントを開催します。軽い運動なので、どなたでも楽しく参加できます。お孫さんの参加も歓迎いたします(*^v^*)

日時 3月26日(水) 13時から(12時30分受付開始)

場所 上青木公民館 3階 ホール

内容 ①スカットボール ②輪投げ ③ボッチャ

対象 上青木地区在住の高齢者とその家族等

参加費 無料

持ち物 体育館シューズ、水筒等水分補給できるもの

申込み キューポラ川口上青木連合会の各クラブ

締切り 3月19日(水)



3つの競技では、それぞれ得点があります。その合計で優秀な成績のかたには賞品があります。

また、競技終了後にはお楽しみ抽選会があります。たくさんの景品をご用意しておりますので、最後までお楽しみください。



主催 キューポラ川口上青木連合会
後援 上青木公民館



おやこの遊びひろば



申し込み不要
時間内の出入り自由
授乳以外の飲食はご遠慮ください



お母さんがたとおしゃべりをしたり、情報交換ができます。

子どもの遊びや保護者のかたの交流を広げます。

もうすぐママになるかたも遊びにいらしてください。

3月の開催日	火曜日	4日・11日・18日・25日
	水曜日	5日・12日・19日・26日
	木曜日	6日・13日・27日
時 間	午前9時から12時まで	
会 場	上青木公民館 3階 多目的室	
対 象	川口市内の概ね3歳までの子どもと保護者、もうすぐママになるかた	
お問い合わせ	川口市役所 子育て支援課 電話 048-258-1112（直通）	

会長杯 ヘルスバレー大会結果

2月16日（日）に上青木公民館で開催された 会長杯ヘルスバレー大会の結果をお知らせします。

優 勝 東 町 会
準優勝 西 北 町 会



東町会のみなさん、優勝おめでとうございます！今年度最後の行事を無事に終了することができて本当に良かったです。参加された選手のみなさん、お疲れ様でした！

川口市高校生海外派遣事業派遣生の募集

期 間 令和7年7月30日(水)から8月8日(金)まで

派遣先 アメリカ・フィンドレー市

対 象 川口市立高等学校に通学している又は市内に住居を有し、高等学校(国公私立)に在学している生徒

募 集 10名 ※第一次選考、第二次選考を経て決定

申込み 令和7年4月1日(火)から4月11日(金)までに電子フォームにて志願書を提出

※詳細は、市教育委員会ホームページ内「川口市高校生海外派遣事業派遣生 募集要項」等をご確認ください ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒



【問い合わせ】

教育局 指導課

電話 048-259-7661

(土曜日、日曜日、祝日を除く8時30分から17時15分まで)

市民の皆様へお願いしたい3つのこと

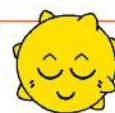
1 ごみの減量

- ・生ごみは[ひとしぼり]して水分を減らす
 - ・必要なものを必要な分だけ買う
 - ・簡易包装の商品や詰め替えのできる商品を選ぶ
 - ・マイバッグやマイボトルを使う
- など、ごみの減量にご協力ください。

2 搬出の分散

一般ごみの排出量は月・火曜日が多く、収集などに時間を要しています。月・火曜日にまとめて排出するのではなく、**木・金曜日へ分散して排出ください。**

大幅な収集ルートの変更を行っているため、従来の収集時間とは異なっており、遅滞も生じています。ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。



3 ごみの分別

一般ごみの中には資源物で排出できるものが約1割含まれています。ごみの適正な分別にご協力ください。



特に注意!!



リチウムイオン電池が内蔵されている製品



例
モバイルバッテリー、電子たばこ、携帯扇風機など

○ JBRC回収対象



販売店などの協力店に持参

✕ JBRC回収対象外



絶縁して「金属類」の収集日に出す

※金属端子部が表面にあるものはテープなどを貼ってふさいでください。

リチウムイオン電池の廃棄方法

回収対象の見分け方、協力店の検索などの詳細は一般社団法人JBRCのホームページをご確認ください。



USBポートの部分をテープでふさぐ

ケーブル内蔵型はケーブル部分も

▼モバイルバッテリー

▼携帯扇風機



【問い合わせ】

資源循環課

電話 048-228-5370

公民館地区対抗スポレック大会結果

2月9日（日）に芝スポーツセンターで開催された 公民館地区対抗スポレック大会の結果をお知らせいたします。

上青木公民館地区からは、過日開催された地区スポレック大会で優勝した西町会のみなさんが出場しました。

試合形式は、公民館地区をA・B・C・Dの4ブロックに分けた各コートでのリーグ戦で、善戦しましたが、惜しくも予選リーグ敗退となってしまいました。勝負には負けてしまいましたが、試合後のみなさんの晴れやかな表情がとても素晴らしいです！
本当にお疲れさまでした（*^▽^*）



献血にご協力をお願いします

以下の日程で献血を実施します。あなたの40分が、患者さんの一生になります。
400ミリリットル献血にご協力をお願いいたします。

日 時 3月12日（水） 15時から16時30分まで

場 所 上青木公民館 2階 講座室1号

主 催 上青木地区献血互助会

助かる命がある！



☆粗品をご用意してお待ちしています☆

公民館からのお知らせ



日頃より上青木公民館をご利用いただきありがとうございます。

長かった寒い冬が終わり、暖かな春の到来は待ち遠しいものですが、春の到来は同時に花粉症の季節の到来でもあります。日本気象協会によると、今年の花粉シーズンは、2月末から本格化し、多くの地域で3月上旬にピークを迎えるそうです。

花粉症の予防対策としては、①顔に合うサイズのマスクを着用し、マスクと顔の間に隙間ができないよう口と鼻をしっかりと隠す、②衣類に花粉が付着しないよう、花粉の付きにくい綿やポリエステルなどの素材の服を着る、③室内に花粉を持ち込まないよう、家に入る前に服や髪をよく払う・・・等が挙げられますが、花粉は静電気によって衣類に付着しやすいため、衣類を洗う時に柔軟剤を使用することで静電気を防ぐ効果があります。花粉症のお薬を既に服用されているというかたは、花粉の飛散が本格化する2週間ほど前から服用を開始すると症状が軽くすむようですので、既に飲み始めていらっしゃる頃ですね。今まで花粉症の症状がなかったかたでも、今年デビューする可能性もありますので、不調を感じたら、早めに専門医を受診して花粉シーズンを乗り切りましょう！