

2025年（令和7年）5月

# おおきひがし 公民館だより

第 430 号



題 名 『アンサンブル』 絵画クラブ 青木 孝一さんの作品



## 5月行事スケジュール

### 『おやこの遊びひろば』

| 曜 日 | 時 間             | 開 催 日             |
|-----|-----------------|-------------------|
| 火曜日 | 9:00 ~<br>12:00 | 13日、20日、27日       |
| 金曜日 |                 | 2日、9日、16日、23日、30日 |

### 公 民 館 休 館 日

|    |                                  |
|----|----------------------------------|
| 5月 | 7日（水）、12日（月）、19日（月）、26日（月）       |
| 6月 | 2日（月）、9日（月）、16日（月）、23日（月）、30日（月） |



# お赤飯づくりオンライン講座

～人生の大切な行事を飾るお赤飯を作ろう～

青木東公民館主催

古代より赤い色には、邪気をはらう力があると言われていて、赤いご飯を食べる風習がありました。後に小豆などで色付けさせたお赤飯が日本中で食べられるようになりました。

【各回のQRコードを読み取って、ご視聴ください。】



## 第1回 家庭で美味しいお赤飯の作り方

## 第2回 蒸し器で作る職人の本格レシピ



## 第3回 職人からのワンポイントアドバイス



○講師 御菓子司(おんかしつかさ)  
鹿塩(かしお)店主 梶 有一氏

## 「カレーを作ろう！@舎人公園」参加者募集！！

野外炊事でカレーを作ろう！

～防災についても学ぼう！（マンホールトイレ設営体験）～



●日程 6月22日（日） 9:30～14:00（予定）

【予備日 6月29日（日）】

●場所 舎人公園

●参加費 1人 500円（保険代、材料費）

●対象 小学校5年生以上～

●定員 20人

●申込 二次元コードを読み取って申込してください。

5月19日から先着順にて募集開始

●その他 ※アレルギーがある方は参加できません。



申込二次元  
コード



イベント詳細  
はこちら

●主催 川口市青少年相談員協議会

●お問合せ 青少年対策室 048-258-1115







## おやこの遊びひろば（5月の予定）

すべり台、積み木、ままごとセットなどおもちゃがたくさんあります。  
お母さんがたとおしゃべりをしたり情報交換したりできます。  
子どもの遊びや保護者のかたの交流を広げます。  
ちょっと先輩ママの保育士がお待ちしております。

○ 開催時間： 9:10～11:40

○ 場 所： 青木東公民館 日本間

○ 5月の開催日： 火曜日→13日、20日、27日  
金曜日→ 2日、9日、16日、23日、30日



- ◇申し込み不要
- ◇時間内の出入り自由
- ◇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も遊びにいらしてください。
- ◇授乳以外の飲食はご遠慮ください。
- ◇けがのないように参加者みなで見守りましょう。



○ 問い合わせ 子育て支援課 電話 048-258-1112

## 初心者向けヨガ教室を開催しました

去る、3月1日(土)にヨガ初心者(女性限定)の方を対象にヨガ教室が行われました。  
講師はヨガインストラクターの国際ライセンスを取得されて、当館のヨガ団体も含め数か所で指導を行っている宮崎忍先生にお願いしました。当日は午前と午後の2回開催し、計16名の方がヨガを体験されました。  
ヨガには体幹の鍛え、血行促進、シェイプアップといった体への効果のほか、リラックスや自律神経の調整や集中力を養う等の効果があります。参加者の皆さんも現代人に必要な体と心のバランスを少し感じていただけたようで、講座終了後、今後も続けたいという方が大勢いました。

### 《教室の様子》





## 令和7年度青木地区内のスポーツ大会予定



| 事業名                | 開催日                     | 会場            |
|--------------------|-------------------------|---------------|
| 青木地区卓球大会           | 4月27日(日)                | 青木東公民館 体育ホール  |
| 青木ブロック卓球大会 ※       | 5月11日(日)                | 体育武道センター      |
| 青木地区婦人バレーボール大会     | 5月18日(日)                | 青木東公民館 体育ホール  |
| 青木ブロック婦人バレーボール大会※  | 6月1日(日)                 | 体育武道センター      |
| 青木地区壮年ソフトボール大会     | 6月15日(日)<br>予備日6月22日(日) | 青木中央小・青木北小 校庭 |
| 青木ブロック壮年ソフトボール大会 ※ | 7月13日(日)<br>予備日7月27日(日) | 三領運動場         |
| 青木地区体育祭            | 10月19日(日)               | 青木中学校 校庭      |

※印は、川口市・川口市教育委員会・川口市レクリエーション協会が主催する大会

### ・その他各団体の大会

| 事業名            | 開催日         | 会場                          |
|----------------|-------------|-----------------------------|
| 青木地区ソフトボール連盟大会 | 4月13日(日)    | 青木中・青木北小 校庭                 |
| 青木地区卓球連盟大会     | 9月14日(日)    | 青木東公民館 体育ホール                |
| 青木地区ソフトボール連盟大会 | 10月26日(日)   | 青木中央小・青木北小 校庭               |
| 青木地区バレーボール連盟大会 | 11月9日(日)    | 青木東公民館 体育ホール<br>青木公民館 体育ホール |
| 青木地区卓球連盟大会     | 11月23日(日)   | 青木東公民館 体育ホール                |
| 青木地区バレーボール連盟大会 | 令和8年3月8日(日) | 青木東公民館 体育ホール<br>青木公民館 体育ホール |

## 《公民館からの人事異動のお知らせ！》

この度、鈴木久美也、大塚広美職員が退職となりました。  
皆様に大変お世話になり感謝しております。5年間ありがとうございました。



4月1日から荻原裕之館長、河原恵子職員が着任しました。

今年度も、皆様に楽しくご利用いただける公民館を目指し、荻原館長、桑原、宮下、河原の4人の職員で力を合わせ努力して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

編集・発行 川口市立青木東公民館  
川口市青木2-11-33

編集責任者 荻原 裕之  
電話：048-254-3712