

戸塚西公民館だより

令和8年 6月号

発行 川口市立戸塚西公民館

編集 館長 鈴木 君江

川口市 差間 3-16-17

電話・FAX 296-3013

《今月の休館日》 1日・8日・15日・22日・29日

梅雨時は屋内で体を動かしましょう！

おやこの遊び広場 ★お友達がほしい ★お話したい ★聞いてほしい

すべり台、つみき、ままごとセットなどおもちゃがたくさんあります。お母さん方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方の交流を広げます。

《6月の開催日》
(木曜日) 4日・11日・18日・25日
(金曜日) 5日・12日・19日・26日



お遊び時間と場所 9:10~11:40 戸塚西公民館 日本間
◇お申し込みは不要です ◇時間内の出入りは自由です ◇授乳以外の飲食はご遠慮ください
◇川口市内の概ね3歳までの子どもとその保護者 ◇もうすぐママの方もどうぞ

問合せ 子育て支援課 TEL 048-258-1112



てんとう虫文庫おはなし会

6月の開催日は、3日・10日・17日・24日の水曜日と、20日の土曜日です。

- ・午前の部は11:00~11:30 親子で絵本とわらべうたを楽しみます
- ・午後の部は16:00~16:30 幼児と小学生を対象におはなし会をしています
- ・土曜の部は10:30~11:30 どなたでも てんとう虫文庫にお集まりください



若返り健康講座のお知らせ

対日場内

象時所容

おおむね60歳以上の方
6月16日(火曜日) 13:15~15:00
戸塚西公民館 講座室

「水は早めに小まめに飲もう」 健康管理士一般指導員 田村 欣也氏
「楽しく認知症予防」 健康管理士一般指導員 高木 薫氏



健康講座は無料です。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。
* 事前の申し込みは不要です。直接会場にお越しください。
* 駐車場が狭いため、お車での来館はお控えください。



かたりの会

毎月第二土曜日に実施しています

- 歌 「かたつむり」
- 絵本 「おじさんのかさ」
- お話 「日本の昔話」「親不孝の青がえる」「みょうが宿」



差間空手クラブ 小学生会員募集

楽しいよ！ 精神も鍛えて、心身共に強くします。

当てない空手なので、痛くありません。 体験受付中！ 女の子も大歓迎！！



練習日	毎週木曜日
練習時間	19:00~20:30
練習場所	戸塚西公民館



家庭での食中毒防止 厚生労働省HPより

- 細菌性食中毒予防の3原則
食中毒には、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。細菌による食中毒を予防するためには、
 - 1 細菌を食べ物に「**つけない**」
 - 2 食べ物に付着した細菌を「**増やさない**」
 - 3 食べ物や調理器具に付着した細菌を「**やっつける**」 という3つのことが原則となります。
- ウイルス性食中毒予防の4原則
ウイルスの場合は、食品中では増えないので、「増やさない」は当てはまりません。ウイルスは、ごくわずかな汚染によって食中毒を起こしてしまいます。ウイルスを食品に「つけない」を確実に実行するためには、調理者はもちろんのこと、調理器具調理環境などの調理場全体がウイルスに汚染されていないことが極めて重要になります。そのようなウイルスに汚染されていない調理環境を作るためには、調理場内にウイルスを「持ち込まない」仮に持ち込んだとしても、それを「ひろげない」ことが大切です。ウイルスによる食中毒を予防するためには、
 - 1 ウイルスを調理場内に「**持ち込まない**」
 - 2 食べ物や調理器具にウイルスを「**ひろげない**」
 - 3 食べ物にウイルスを「**つけない**」
 - 4 付着してしまったウイルスを加熱して「**やっつける**」 という4つのことが原則となります。



夏休み こどもパン作り教室 “参加者募集”

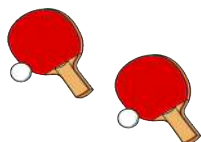
毎回大人気のパン作り教室の参加者募集です。
毎年お世話になっている国際クッキングスクールの内堀先生と助手の方の協力を得て、おいしいパンを粉から焼き上げます。焼きたてのパンの薫りをお楽しみください。

日時	令和8年7月29日(水) 10:00~13:00
場所	戸塚西公民館 料理実習室及びミーティング室
費用	1,000円(材料費・保険代含む)
対象	市内在住の小学生 20名(先着順)
受付	令和8年6月19日 朝9時から公民館事務所にて受付します 現金を添えてお申し込み下さい。 お子様だけの受付はできかねますのでご了承ください。



あすなろ卓球同好会

試合を目的とせず、健康維持のために、無理なく楽しく体を動かす卓球活動です。ゆったりとした雰囲気で行っておりますので、初めての方やご高齢の方も安心して参加いただけます。見学だけでも大歓迎ですので ぜひお気軽にお越しください。
なお、ご参加の際は室内履きとラケットをご持参いただけますようお願いいたします。



練習日	毎週木曜日 9時~11時
場所	戸塚西公民館 体育ホール

