



里公民館だより

回
覧

川口市立里公民館 川口市大字里 1478 番地 電話 048-283-8171
令和8年9月1日発行 編集 里公民館長 No.177 令和8年9月号
9月の休館日、7日（月）14日（月）24日（木）28日（月）

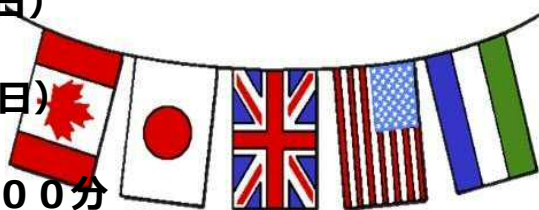
令和8年度ボッチャ体験教室

パラリンピック正式競技を体験して遊ぼう

日 程 : 第1回10月31日（土曜日）

第2回11月21日（土曜日）

午前10時00分～12時00分



会 場 : 里公民館 ホール

内 容 : パラリンピック正式競技を子ども達が体験し、ルール
や競技方法を学び楽しさなどを知ることを目的とする

運営協力 : 里公民館地区レクリエーション協会

対 象 : 小学生

参 加 費 : 無料

定 員 : 20人（応募者多数のときは抽選になります）



持 ち 物 : 運動の出来る服装、当日は飲み物をお持ちください。

申し込み : 第1回、10月2日（金）～10月23日（金）

第2回、10月30日（金）～11月13日（金）

里公民館窓口または電話（283-8171）

☆なんてったって健康が1番☆

健康づくり教室

～健康体操・健康おせち料理・みそ作り～

① 11月7日、10時～12時 自彊術

(日本で最初の健康体操)



② 11月28日、10時～13時 健康おせち料理

③ 9年1月23日、9時30分～14時 健康食「みそ作り」

全3回(土曜日) 定員16名

☆応募者多数の場合は抽選となります

参加費 3,600円(材料費・保険代)

対 象 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方

持ち物：①ヨガマットをご用意ください(大判バスタオル可)

汗拭きタオル、飲み物など(動きやすい服装)

②・③エプロン、三角巾、布巾、容器、マスク

(③は4kg以上入る大きさのタッパーも用意)

申込み：10月7日(水)～10月21日(水) 9時～5時

里公民館窓口または電話(283-8171)

おやこの遊びひろば

日 程 9月1日、8日、15日、29日(火曜日)

時 間 9:10～11:40

会 場 里公民館 1階 日本間

参加費 無 料

問合せ 子育て支援課 258-1112



こども卓球ひろば

～ みんなで楽しく卓球をしませんか ～

やさしく教えます、すぐうまくなれるかも

日 時	9月12日(土) 11時～12時
会 場	里公民館 2階ホール
内 容	みんなで卓球をして遊ぶ
対 象	小学生
定 員	20人(先着順)
参 加 費	無料 当日は飲み物をお持ちください
申 込 み	当日里公民館で受付
問合せ先	里公民館 283-8171



◎里地区レクリエーション協会からお知らせ

ボッチャ&ディスコン&カローリング 練習会

日 時 9月4日(金)、18日(金)
午前9時～正午
会 場 里公民館 ホール
主 催 川口市レクリエーション協会 里公民館地区
☆参加希望者は、飲み物と運動靴、マスク持参のうえ、
会場までお越しください
問合せ 石橋 090-1433-1688

ワンバウンドふらば～るバレー&スポレック 練習会

日 時 9月20(日)
午後3時～午後5時00分
会 場 里小学校 体育館
主 催 川口市レクリエーション協会 里公民館地区
☆参加希望者は、飲み物と運動靴、マスク持参のうえ、
会場までお越しください
問合せ 甚野 090-4168-9800
嶋原 090-6626-3728

第12回里公民館地区文化祭

10月4日(日)10:00~16:00

1F 展示コーナー、絵画・書道・パソコン創作

2F コカリナ・合唱・人形劇・体操・気功・太極拳

民謡・民踊・フラダンス・フォークダンス・ジャズダンス

模擬店もあります。お楽しみに。



防災食料理教室(予告)

～親子でのご参加大歓迎～

いつ・どこで起こるか分からない災害。

ライフラインが使えなくなったら、あなたならどうしますか？

自分の為・大切な家族の為に、いざという時に備えませんか？

日時 11月21日(土) 10時~13時

場所 里公民館 料理実習室、会議室1・2号

メニュー、サバ缶カレー・切り干し大根サラダ・味噌玉

マシュマロゼリー

主催 川口市食生活改善推進員協議会鳩ヶ谷第2支部

(詳細は、里公民館だより10月号でお知らせいたします)



里公民館サロンのお知らせ

里公民館のホールで楽しい時間を、過ごしませんか！

日時 9月17日(木) 午後2時~4時

会場 里公民館 ホール 申込み 不要

対象 地域にお住まいの60歳以上の方と同伴者の方

(体を動かせる服装でお気軽にお越しください)

参加費 一人100円(傷害保険料、お菓子代)

主催 盛人シニアライフサポーター協議会(略して「シラサポ」)

共催 里公民館 後援 里自治会 問合せ 木村 090-3148-2256

