

みんなをつなぐ ワクワクふるさと 和光

広報

わこう



2024年

9月号

No.809

毎月1日発行

〔編集・発行〕和光市企画部秘書広報課 <https://www.city.wako.lg.jp>
〒351-0192 埼玉県和光市広沢1-5 ☎048-464-1111(代表)



一般介護予防事業「うえるかむ」ひまわり 調理実習講座参加者の皆さん

詳しくは次ページ▶

和光で輝く、いきいきシニア

〔今月の主な内容〕 **P2・3** 和光市の介護予防事業のご紹介 **P4** 和光市のアスリートがオリンピックで輝く! **P5** Wapica+ ほか

〈広報わこうを音読した「声の広報わこう」を市HPで聴くことができます。また、目の不自由な方には、デージー図書(CD)を配布します〉

9月16日は
敬老の日

和光で輝く、いきいきシニア

「人生100年時代」と言われる現代。介護予防事業や趣味活動、地域貢献活動など、様々な取り組みを行って、和光市でいきいきと輝いている方がいます。今回はそんな4名と1団体を紹介します。

【表紙の写真】うえるかむひまわりの皆さん。今年で発足8年目を迎えますが、和光市のうえるかむの中でも出席率が高いのがひまわりの特徴。体操、音楽、アロマに創作、調理実習…バラエティ豊かなプログラムを皆さん楽しみに通っています。この日は調理実習で、そうめん・ガレット・枝豆スープを作りました。チームワークばっちり◎ 味もばっちり◎



ひまわり最高!生きがいです

(Yさん・88歳)

うえるかむひまわりの発足当初から参加し今年で8年目。なんとここで3人の同級生と会う事ができました。スタッフの方は明るく面白い人ばかりで毎回参加するのが楽しみ。毎回行っている指体操は難しくてもできないけど、それがいい!大笑いしながらみんなでやるのがいい脳トレになっています。他に続けている体操も、もう44年。先日米寿のお祝いもしました。元気でずっとひまわりに通いたいです。



生まれ育った和光で楽しく

(Eさん・90歳)

和光で生まれ育ち、90年。たくさんの友人に囲まれて暮らしています。草花が大好きで、お庭には大きな木や数百種類の花を育てており、初夏には200本のタチアオイが綺麗に咲きました。お庭の手入れを毎日する事とひまわりに通う事が元気の秘訣かな? ひまわりには8年通っているけど、いろんな事に挑戦でき、新しい友達もできるし、スタッフやみんなが面白くて毎回楽しみに参加しています。楽しく毎日を過ごせて感謝です。



なじみの場所でのぎやかに

(Hさん・90歳)

長年続けた詩吟も今年の坂下公民館まつりを最後に引退しました。広報を見て、ひまわりに興味がわき、場所も近かったのでふらっと見学に。いろいろなプログラムがあって面白い!音楽プログラムの時には詩吟を披露する機会もあり、皆さんに喜んでもらえました。家では1人ですが、ここに来れば賑やかな笑い声ばかりで嬉しいです。元気の秘訣は1日8,000歩歩くこと。白子川沿いを毎日歩いてます。9月で91歳!これからも楽しくひまわりに通います。



もう一花咲かそうと思います

(Sさん・76歳)

数年前に病気で半身麻痺に。寝たきりになってしまったけど、「またプラモデルをやりたい」とリハビリに奮起。座れるようになり、立ち上げられるようになり、歩行器で歩けるように!!
病気になる前の作品で友人が展示会を開いてくれて、会場に行って友人と話ができて感激しました。
またリハビリを頑張ってもう一花咲かそうと思います!



表彰式の様子

向こう三軒両隣の輪を拡げよう!

(北原ふれあいの会 地区社会福祉協議会の皆さん)

高齢者が主体の地域貢献活動として、北原ふれあいの会地区社協の活動がニッセイ財団「生き生きシニア活動顕彰」の表彰を受けました。「向こう三軒両隣の輪を拡げよう!」をモットーに北原小学校区で誰でも安心して支えながら暮らせるまちづくりを目的に活動しています。

北原小学校区にお住まいの皆さん、地域活動へ参加してみませんか?

- 木曜カフェ(第3木曜 13:30から) 北口集会所
- 火曜サロン(第2・4火曜 13:00から) 勤労青少年ホーム

カレーを食べながら団らん
「ふれあい100円カレー」夏休み限定企画
「ラジオ体操」

各地区社協(小学校区ごと)の
活動についての問合せ

社会福祉協議会の生活支援コーディネーター
☎452-7111

【市民向け講座】

セカンドライフを明るく豊かに!
GBERで広がる社会参加 ~65歳からのICTの活用~申込不要
参加費無料

GBER(ジーバー)とは元気高齢者の地域活動をサポートする無料のアプリです。登録することで、ボランティアや地域イベント、市の介護予防事業などの地域活動の情報が収集できます。

日時 9月20日(金)

開場 13:15から 開演 14:00~15:30

場所

市民文化センター サンアゼリア(広沢1-5)

プログラム

①明るく、元気に、一生懸命

落語家 林家 正蔵 氏

②健康長寿の秘訣は社会参加にあり!

東京都健康長寿医療センター研究所

社会参加とヘルシーエイジング研究チーム 研究副部長 村山 洋史 氏

③GBER:社会参加を応援する情報プラットフォーム

一橋大学大学院ソーシャル・データサイエンス研究科 教授

東京大学先端科学技術研究センター特任教授 檜山 敦 氏

問合せ

東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム ☎090-4596-0197

【共催】長寿あんしん課/東京都健康長寿医療センター/一橋大学

◀市HP「注目ワード」から
「和光市版GBER」をチェック!!

林家 正蔵 氏

これからもいきいきと生活するために！

和光市の介護予防事業のご紹介

市では、フレイル予防・介護予防のための取り組みを行っています。今回紹介する事業は介護認定がなくても受けられる事業です（一部簡単なチェックリストで判定します）。参加・見学希望などは、管轄の地域包括支援センターへ問い合わせください。

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんの身近な相談窓口です。いつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう、介護・福祉・健康・医療など様々な面から総合的に支援します。

一般介護予防事業と通所型サービスCについては、リーフレットを作成しています。近くで実施している事業や、興味のある教室を探すことができます。



「一般介護予防事業」



「通所型サービスC」

基本チェックリストについて

基本チェックリストは、日常生活に必要な機能が低下していないかを確認するための25項目からなる質問票です。基本チェックリストから、どのような介護予防に取り組みればよいかわかります。

基本チェックリスト（一部抜粋）

- ☐ 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
- ☐ 6か月間で2〜3kgの体重減少はありましたか
- ☐ 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- ☐ 週に1回以上は外出していますか
- ☐ 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか

要支援の認定を持っている方、
チェックリスト該当者

ご自身で健康づくりに取り組みたい方、
チェックリスト非該当者

介護予防事業・
生活支援サービス事業

「介護予防」と「生活支援」を目的としたサービス
要支援1・2の方、基本チェックリスト該当者

【利用できるサービス例】

- 訪問型サービス
- 通所型サービス
- 生活支援サービス（配食）

一般介護予防事業

いきいきと元気に生活し要介護状態にならない
ようにするための教室など
市内在住の65歳以上の方

【利用できるサービス例】

- うえるかむ事業などの一般介護予防事業
- ちょい足し事業 など

例えば・・・



日々の介護予防・健康づくりがしたい

- 一般介護予防事業：体操や創作などの活動を通した介護予防

リハビリのためにトレーニングがしたいけれど、事業所まで歩くのは難しい

- 通所型サービスC：送迎（有料）を使って通い、専門家からアドバイスをもらって改善

一人でお風呂に入るのが不安になってきた。誰かが見守ってくれば入れるのに…

- 訪問型サービスC：自宅でヘルパーと協働で家事をしたり、トレーニングをしたり

脳梗塞を経験して、再発しないかと不安

- 緊急時通報システム：万一の時に駆け付けてくれたり、看護師に相談したり

地域包括支援センターとその管轄地域

北地域包括支援センター ☎450-0591	大字新倉、新倉1〜8丁目、下新倉1丁目
北第二地域包括支援センター ☎458-5120	大字下新倉、下新倉2〜6丁目、白子2丁目15〜22番、白子3・4丁目
中央地域包括支援センター ☎475-9016	本町
統合型地域包括支援センター ☎468-2312	中央1・2丁目、西大和団地、広沢 1・3・4番、丸山台1〜3丁目、和光パークファミリア
南地域包括支援センター ☎450-2500	白子1丁目、白子2丁目1〜14番・23番・24番の一部（和光パークファミリア 以外）・25〜28番、諏訪、諏訪原団地、広沢2番、南1・2丁目

これらの事業は要介護認定がなくても受けられます。
興味がある方は地域包括支援センターに気軽に問い合わせください。



フレイル予防ちょい足し事業を実施しています

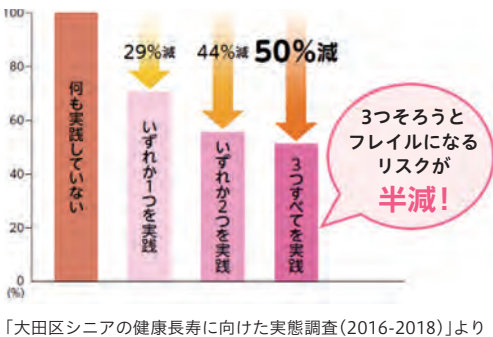
フレイル予防ちょい足し事業とは高齢者が多く活動する市民団体を対象に、普段の活動に”ちょい足し”することで個人と団体・地域でより健康になっていただくための取り組みです。

フレイルとは加齢に伴う心身の機能の低下により要介護状態に陥りやすい、健康と要介護状態の中間の状態をいいます。

これまでの研究で、

- 運動
- 栄養・口腔
- 社会参加

の3要素をできるだけ多く普段の生活に取り入れることでフレイルになるリスクを下げる事がわかっています。



令和5年度には13グループ105名が事業に参加しました。

結果として ●「食品摂取の多様性」が向上した ●「筋力運動の実施率」が向上した
●「口腔体操の実施率」が向上した ●「通常歩行速度」が向上した
などが得られました。皆さんには、ちょい足しにより意識や行動の変化を実感し、楽しんでいただきました。



より大きな効果を得るためには継続した取り組みが必要です。
ちょい足し事業に興味のある団体は令和7年度の計画が決まり次第案内しますので、予め連絡ください。長寿あんしん課 地域支援事業担当 ☎424-9138



和光市の アスリートが オリンピックで輝く

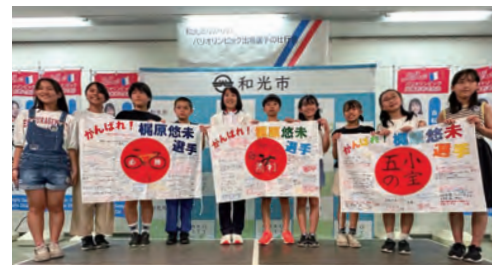
パリ2024オリンピック競技大会で、
和光市ゆかりの選手が大健闘!!
たくさんの勇気と感動を与えてくれました。



Merci pour
l'impression!
(感動をありがとう!)



“わこうのアスリートをおうえんしょうぶろじえくと”の
みなみ保育園くじらぐみ作の
応援幕を持つ新添選手・元木選手!!



梶原選手と第五小学校のみなさん。応援幕を贈りました!



《7月12日開催 壮行会》みんなで応援!! 大盛り上がり♪

Olympic Games Paris 2024

問: 秘書広報課 シティプロモーション担当
☎424-9091



メンズファッションを得意とする、気になる市内の2つのお店。まちの見聞特派員が取材し、こだわりや想い、トレンドポイントなどを教えていただきました。2店舗ともに、一步入ってみると、とても温かい雰囲気と気さくな店主。その根源は、共通して「この仕事が好き」、「お客様が好き」、「和光市が好き!」の想いがありました。皆さんもこの温かさに触れ、“アップデートした自分”でこの秋冬を素敵に愉しんでみませんか。

☎ 秘書広報課
シティプロモーション担当
☎ 424-9091
✉ a0100@city.wako.lg.jp

新しい自分で、愉しむ。

6 select shop

本町5-13-102
営業時間 / 13:00~22:00
定休日 / 元旦

和光市でも都心に負けない
素敵なファッションを!
「今までと少し違う、新しい自分の発見」
を和光市で!

公式 Instagram ▶

◀和光市駅南口徒歩2分
駅南口から右方向に進み、
駅出張所前の信号を渡って
2つ目の路地を入って
一番奥。看板が目印!

ただ服を売る場ではなく、地域コミュニティの場として展開していきたい気持ちがあるオーナーと店長。昨年で20周年を迎えました。お店は22:00頃までと遅くまで開いており、駅から近いので働いている方でも帰りに気軽に立ち寄れます。

セレクトショップだからこそジャンルにとらわれず、大手が扱わないアイテムを含め、様々なものが置かれています。人と違うものを求め、見合った一点を見つける。対面だからこそ、実際に見て聞いて触れて選択し、良いものに出合える喜びを大切にしている、そんな想いがここにはあります。

◀「トレンドはもちろん大事。でも一番良いのは自分自身が着たい服を見つけ出して着ること。洋服は自分を表現するものであり、着る服によって気持ちが変わるもの。組み合わせは無限大。TPOに合わせ、着たいと思う服に出合えることを願っています!」(店長)

住みやすく、良い出会いもたくさんある、生まれ育った大好きな和光市に恩返しをしたい、市の良さをアピールしながら、変化していく姿を受け入れ、まち全体を盛り上げていきたいという気持ちで地域のお祭りや活動にも積極的に参加されているそうです。

夜営業は
夜道の不安解消のため
でもあります。
いつでもお気軽に
お立ち寄りください!

テーラーミヤサカ

本町12-35
営業時間 / 10:00~19:00
定休日 / 日・祝

「本質を表現する」、
自分だけの1着と一緒に
作ってみませんか?
まだ気づいていない新しい自分の魅力を
引き出します!

公式 Instagram ▶

◀和光市駅南口徒歩3分
ウィンドウから、仕立て
をしている姿と、昨年イ
タリアで開催された世界
大会に出展した作品を見
ることができます!

作られる洋服はいわゆる一点物。既製品では味わえない、細部まで粋を凝らした着心地の良さを体感できます。

仕立職人として常にトップレベルのサービスと最高級の衣服作りにこだわり続けている代表・宮坂信弘さん。商売のことは二の次、好きという気持ちで今も第一線で活躍しています。一生涯やり続ける、この意志を貫いている宮坂さんのもとには、手に職をつけるため、また、アパレル業界でのスキルアップのために学びにくる方々が大勢いらっしゃるそうです。

オーダースーツの仕立て上がりは少し手が出にくい価格帯ではありますが、入学・卒業・成人式のお祝い・就職活動用として、20代の方に見合う価格帯もご用意。今後のトレンドポイントとして、男女ともにタイトなものよりルーズなものの傾向が強まるとのこと。

▲最近、裁断した後の生地をロスを少なくしたり、環境に配慮したボタンを使ったり、とSDGsに配慮しています。

和光市は交通の便が良く、便利。お店は駅から近いことも相まって、お客様や学ばれる方から通いやすいとお声をいただくそうです。

広告 要介護・要支援 手足の痛み、腰痛

在宅訪問リハビリ はり治療

※医師の同意に基づいて治療します。
まずは無料体験

☎ 090-3595-1801

リバー訪問治療院
埼玉県和光市白子2-9-30 9:00~18:00(月~土)

上村 一輝
(鍼灸師)

登録番号
はり師 147484号
きゅう師 147231号

広告 地元の葬儀のことなら

(株)宇野葬儀

24時間365日電話受付
048-465-0948

●火葬式、一日葬、家族葬...¥165,000~
~和光市民葬儀で低価格の
心のこもった葬儀の提案を~

(株)宇野葬儀 和光市白子3-29-59

和光市
市民葬儀施行数
No.1

広告 市民葬指定
和光市 朝霞市 新座市

家族葬のことなら サンメモリー和光

☎ 0120-365-501

24時間 病院までお迎えに上がります
対応 葬儀から法事までサポート

和光市下新倉3-11-18 サンメモリー和光

広告 水道・土木工事のことなら
何でもお気軽にご相談を!

株式会社 イハラ

ihara

TEL 048-464-1342

和光市白子1-1-12 FAX 048-464-1019

和光市・朝霞市・新座市・志木市・東京都 指定水道工事店

誰かのためにあなたの子育て経験を活かしませんか
先輩ママパパ大募集

☎ ホームスタートわこう
☎080-8807-8462(専用) ✉ homestartwako@gmail.com

ホームスタートとは ～訪問ボランティアの支援～

ホームスタートとは、妊娠期から就学前のお子さんのいる家庭を、訪問ボランティアが訪問する子育て支援です。親子に寄り添い一緒に過ごし、親子のやりたいことを応援します。これまで12年、374家庭に訪問しています。

- 料金は無料
- 訪問は週に1回、2時間程度
- 話し相手になったり遊んだり外出を手伝ったり、一緒に過ごします。(家事代行、預かり保育はなし)
- 調整役(オーガナイザー)が全般サポート

訪問ボランティア養成講座に参加しませんか？

📅 9月27日(金)～11月29日(金) 毎週金曜日
● 3回目のみ10月8日(火)
午前開催、基本的に9:30～12:00(全10回)

📍 市内公共施設など(駐車場あり)

👤 全日程参加、子育て経験があり、受講後ボランティアとして活動できる方

📖 ホームスタートとは、家庭・子どもの理解、傾聴演習、倫理、守秘義務など

📞 ホームスタートわこうに電話又はメールで

▲詳細は
ホームスタートわこう
HPで

活動の様子

チャレンジド保育(令和7年4月入所)

☎ 保育センター ☎483-4407

保育園生活を送る上で配慮が必要なお子さんの入園について、チャレンジド保育を利用する場合には、別途申請が必要となります。

- 👤 次の要件を全て満たす方
- 市内在住で保育の必要性がある
 - 発達の遅れがある、又は心身に障害がある
 - 日常的な集団保育が可能である
 - 障害福祉サービスなどを利用し、保育園生活を送る上で配慮が必要な場合には、チャレンジド保育の申請が必要です

下記の日程で制度説明を行いますので、保育センターに連絡ください。担当のケアマネジャー・相談員がいる場合には、予め連絡ください。

内容	期間	場所
書類配布・制度説明	9月2日(月)～10月4日(金)	保育サポート課
申請受付	10月21日(月)～10月28日(月)	
体験保育	申請日～11月15日(金)	公設保育園

● 予約制

市HP
「個別検診実施医療機関一覧表」

9月はこころの健康づくり月間です

☎ 健康増進センター ☎424-9128(平日8:30～17:15)

困ったこと、悩みごとがあるときは、周囲の誰かに話をしたり、専門の窓口で相談をすることで、気持ちが軽くなることもあります。また、ひとりでは思いつかなかった解決のための方法が見つかるかもしれません。ひとりで抱え込まず、思いきって相談してみませんか？

- ♥ こころの相談(健康増進センター)(平日9:00～17:00)
☎424-9128・465-0311
 - ♥ よりそいホットライン(24時間)
☎0120-279-338
 - ♥ すたんど・あっぷ和光(くらしと家計の相談)(平日9:00～17:00)
☎452-7608
 - ♥ 埼玉県こころの電話(平日9:00～17:00)
☎048-723-1447
 - ♥ さいたまチャイルドライン
(18歳までの子ども 毎日16:00～21:00)
☎0120-99-7777
 - ♥ 埼玉いのちの電話(24時間)
☎048-645-4343
 - ♥ 24時間子供SOSダイヤル(24時間)
☎0120-0-78310
- 市HP
「こころの健康」

世界自殺予防デー 自殺予防週間

毎年9月10日は、WHO(世界保健機関)が決めた「世界自殺予防デー」です。日本では、自殺対策基本法において、9月10～16日の1週間を「自殺予防週間」と位置づけています。

がん検診を受けましょう

☎ 健康増進センター ☎424-9128(平日8:30～17:15)

がん検診は、ご加入の健康保険組合に関係なく、検診受診当日に市に住民登録がある方が受けられます。

【受けられる検診の種類】(対象年齢などは項目により異なります)
肺がん検診・大腸がん検診・胃がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診・前立腺がん検診

個別検診を受けたい場合

- ① 契約医療機関一覧表を参考にして、医療機関に直接予約する
- ② 予約した医療機関で受診する
- ③ 受診した医療機関で医師の説明を受け、結果を受け取る
- ④ 検診結果が「要精密検査」の時は、二次医療機関で精密検査を早めに受診する(紹介状が必要です)

市HP
「個別検診実施医療機関一覧表」

集団検診を受けたい場合

- ① 予約期間に電話(03-4330-3113)又はWebから予約をする
- ② 予約した日時に健康増進センターで受診する
- ③ 結果説明会又は郵送で結果を受け取る
- ④ 検診結果が「要精密検査」の時は、二次医療機関で精密検査を早めに受診する(紹介状が必要です)

市HP
「集団健(検)診」

【子宮頸がん検診の検査方法が変わります】

細胞診	平成6年4月2日～平成17年1月31日生まれ(検診受診日に20歳以上の方)／昭和38年4月1日より前に生まれた方
HPV検査単独法	昭和38年4月2日～平成6年4月1日生まれ

● 国の指針に基づき令和6年度のみ、20歳以上の全ての方が該当する検査方法で検診を受けられますが、令和7年度から「細胞診」は2年に1回(偶数年齢)、「HPV検査単独法」は5年に1回(5歳刻みの節目年齢)の受診に変わる予定です

市HP
「令和6年度子宮頸がん検診について」

コンパクト・スマート・レジリエント
3つの要素で自立したまちづくりを目指す！
和光市版 スーパーシティ構想
企画人権課 企画調整担当 ☎424-9086

市内の皆さんの移動において、出発地から目的地まで「従来の移動手段」と「様々なテクノロジーを利用した移動手段」を組み合わせ、最適な移動ができるようスマート交通システムの構築を進めています。その中心となる和光版MaaSの推進や和光市駅周辺、和光北インターチェンジ周辺などの市内の各拠点整備事業を通じて、コンパクトで自立した都市づくりを推進し、来る超高齢社会に対応したレジリエントなまちの実現を目指しています。



取組み状況

和光版MaaSの自動運転サービス導入事業は、令和6年度下半期に2期社会実証、令和6年度末に本格社会実装を予定しています。令和6年3月に和光市駅北口地区市街地再開発事業が都市計画決定されるなど、順調に事業を進めています。

パネル展示

市のまちづくりについて、下記の日程でパネル展示を実施します。施設に足を運んだ際には、ぜひ、ご覧ください。

場所	期間
図書館本館	9月2日(月)～13日(金)
中央公民館	9月17日(火)～30日(月)
南公民館	10月1日(火)～11日(金)
坂下公民館	10月15日(火)～31日(木)



▲詳細は市HPで

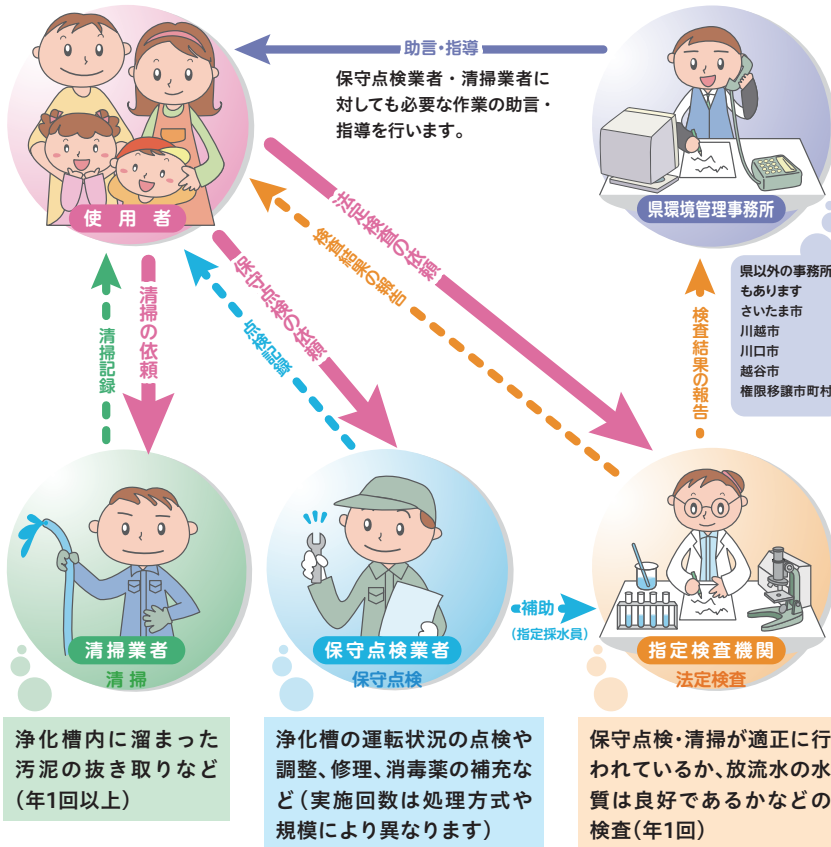
浄化槽をご使用の皆さんへ

環境課 環境推進担当 ☎424-9118



▲詳細は市HPで

大切な水環境を守るため、浄化槽を正しく使用し、保守点検と清掃を行い、浄化槽法により義務付けられた法定検査を受けましょう。故障すると多額の費用を要したり、悪臭が発生し、近隣に迷惑をかけることになります。



検査申込先 一般社団法人 埼玉県環境検査研究協会 ☎048-778-8700

「和光市民大学2024/特別講座」受講生募集

生涯学習課 生涯学習担当 ☎424-9150
h0300@city.wako.lg.jp

東洋大学講師派遣事業共催講座 ～分かっていますか？ 「怒る」と「叱る」の違い～

10月11日(金)10:00～11:30

場 市役所5階 502会議室

対 市内在住・在勤・在学者

費 無料 定 先着40名

保 あり(1歳～未就学児・人数制限あり)

●10月2日(水)までに講座申込時に申請

申 電子申請システムで▶



家庭教育
支援



【講師】鈴木 崇之 氏

●東洋大学 ライフデザイン学部 生活支援学科 子ども支援学専攻 教授 修士(社会学)。専門分野は社会的養護、児童相談所、児童虐待問題。



大学生時代に児童相談所職員を経験後、家庭に戻ることができない子ども達の長期的な居場所である様々な児童福祉施設の実態を知りたいと思うようになり、様々な支援施設で活動。

現在はゼミの学生たちと児童虐待防止のオレンジリボン運動などを行う。

2024和光市民まつり サンアゼリアステージ発表(屋内)・美術作品展参加者募集

生涯学習課 生涯学習担当 ☎424-9150

対 市内在住・在勤・在学者
申 9月17日(火)17:00までに電子申請サービス又は窓口、郵送で
●申込書は生涯学習課又は各公民館窓口、HPからダウンロード可
●申込期限後の受付・変更は不可
▶代表者会議(参加必須)
日 9月30日(月)14:00から(予定)
場 市役所5階 502会議室

詳細は市HPで▶
「参加者募集」



ステージ発表

※1団体の半数以上が市内在住・在勤・在学者であること

開催日	ジャンル	時間(予定)	会場	参加条件等(※)
11月9日(土)	芸能発表会 (舞踊・詩吟・民謡など)	10:30～15:00	大ホール	個人参加可
11月10日(日)	市民邦楽コンサート カラオケ大会	13:30～15:30 11:00～16:30	小ホール 大ホール	1組5名以上の団体、1組10分以内 個人参加可。1名2コーラスまで。 通信カラオケ「DAM」使用。CD 持参可
11月16日(土)	市民コンサート (合唱など)	13:00～15:00	大ホール	1組5名以上の団体、 1組10分以内
11月17日(日)	ストレッチ、ジャズ、 レク、フラダンス 将棋大会	10:00～15:00 10:00～15:00	大ホール 大ホールロビー	35団体(応募多数の場合は抽選) 1組10名以上の団体、1組8分以内 当日10:30までに受付、 参加・見学自由

美術作品展

11月9日(土)～17日(日)9:00～16:00
(17日(日)は15:30まで)

場 展示ホール

搬入/11月8日(金)13:30(集合)～16:00

搬出/11月17日(日)15:30～16:00

- 個人出展の方も会場受付を当番で行っていただきます
- 公序良俗に反するもの、営利、宗教活動、政治活動を目的とした作品は出展をお断りする場合があります

募集作品(サイズ)

- ①写真(半切以下でパネル貼り又は額装、横幅50cm以内)
- ②絵画(額寸法横幅60cm以内)
- ③書(半切以下で表装又は額装(縦掛け))
- ④短歌・俳句(短冊・色紙)
- ⑤手工芸・皮革工芸品(30cm×30cm以内で陳列に適する用意が必要)
- ⑥生け花



星付きレストランで学んだ料理を
こだわりのお酒とともに
スィスイーさん

定番のやきとんをはじめ、
バリエーション豊かな
料理とお酒が自慢



▲海外の星付きレストランで学んだ
真木野さんによる創作料理は絶品!



▲サワーの種類はとにかく豊富。
思わず目移りしてしまいそう!



▲木〜土はメニューに海鮮が仲間入り。
もちろん鮮度はバツグン!



▲シンプルで落ち着いた店内。10名以上で貸し切りもOK!

スィスイーさんからのお知らせ!

ご来店のお客様に1グループお任せ一品をサービスいたします(規定数に達するまで)。ご注文時に「広報わこうを見た」とお伝えください!



【スィスイーさん】

本町15-1 2F ☎424-5933
営業時間/火〜金曜日17:00〜23:00
土・日曜日16:00〜23:00
定休日/月曜日

私たちの和光市に根を張り、元気に明るく頑張る商店や事業所。今回は、昨年7月にオープンした大衆酒場「スィスイーさん」のご紹介です。大衆酒場とはいえ、こちらのお店の料理はほとんど本格派。オーナーの鈴木さんが焼くこだわりの串焼きはもちろん、アラカルトを担当するシェフの真木野さんは、海外の星付きレストランで腕を磨いた経歴の持ち主。洋食に和のエッセンスを加えた創作料理でもてなしてくれます。でも、海外で修行していた真木野さんがなぜ和光市の大衆酒場に?

「たまたま一時帰国したとき、友人に誘われてこのお店に来たんです。そこで、鈴木さんの人柄に惚れ込んでしましまして(笑)。この人と一緒にお店をやりたいと思い、内定していた海外のレストランをお断りしてこちらへ来ました」という驚きのエピソードが。鈴木さんも真木野さんの料理には全幅の信頼を寄せており「料理に関しては彼の好きなようにやってもらっています」と笑顔を見せます。

また、お酒に関しても独自のこだわりが。「なるべく他のお店では飲めないような日本酒や焼酎を仕入れるようにしています。時期によってラインナッ

プを変えていますので、ぜひいろいろなお酒をお楽しみください」と鈴木さん。ビール、サワー、ハイボール、ワインなども豊富に取り揃えているため、日本酒や焼酎が苦手な方も楽しめるに違いありません。

王道のやきとんと、本場仕込みの創作料理、そしてこだわりのお酒は評判が評判を呼び、オープン以来いつも行列の絶えない人気店に。鈴木さんから「せっかくお越しいただいたのにお断りするのは心苦しいので、できればご予約いただくことをおすすめします。お一人様でのご予約も大歓迎です」とのアドバイスをいただきました。最後に、和光市の皆さんにこんなメッセージが。

「女性のお一人様もたくさんお越しになるなど、気軽に楽しい時間をお過ごしいただけるお店です。ぜひ、真木野くんの料理を味わいに来ててください!」。

今回は、情熱の力で未来を切り開くものづくり企業
『株式会社サンクリエイト』です!



シェフの真木野 友佑さん(右)と、
オーナーの鈴木 丈志さん(左)

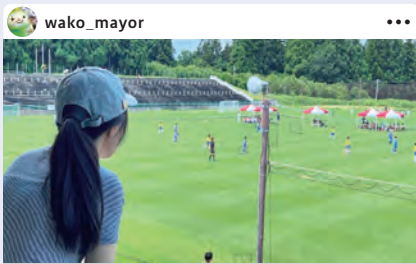
しばさき市長の アクティビティ・レポート Activity Report

市民の皆さまとの懇談や
市内イベントへの参加など、
様々な公務の様子をご紹介します!

No. 5



7月27日(土)
【CIハイツ夏祭り】
#和光市 #和光市長 #夏祭り



7月20日(土)
【令和6年度十日町市・和光市スポーツ交流会】
#和光市 #和光市長 #十日町市 #サッカー



7月18日(木)
【和光国際高校発!和光市PR動画作成プロジェクト!発表会】
#和光市 #和光市長 #和国 #生徒会

日頃の公務の様子や市の魅力を
Instagramで発信していますので、
ぜひご覧ください。

和光市長(柴崎光子)
公式アカウント



wako_mayor

#和光市長インスタ
#wako_mayor
#和光市長(柴崎光子)公式アカウント

わこうっちの和光ステキ発見!



©和光市



七区本町まつり

7月14日(日)



北原夏祭り

7月20日(土)



わびあ夏まつり2024

7月27日(土)



パリ2024オリンピック
パブリックビューイング開催!!
8月11日(日)

写真:まちの見聞特派員 大澤 健

子育て世代包括支援センター

開所時間 9:00～17:00

本町子育て世代包括支援センター

☎460-1916 休所日／日曜・祝日



▶フリーキッズ

☎月～土曜日10:00～13:00

定 8組(入れ替え制)

▶すすくアワー(身長・体重測定)

☎9月11日(水)10:00～13:00

●入れ替え制、計測のみで遊べません

▶アロマベビーマッサージ

～アロマの香りでリラックス～予

☎9月19日・26日の各木曜日11:00～12:00

対 首が座ったころ～ハイハイ前の赤ちゃん

定 5組

費 2,500円(全2回分)

南子育て世代包括支援センター

☎450-4642 休所日／日曜・祝日



▶みんなの広場

0歳児

☎9月18日(水)10:00～10:40

(おおむね2か月～令和5年10月生)

9月25日(水)10:00～10:40

(令和5年4月2日～9月生)

1歳児(令和4年4月2日～令和5年4月1日生)

☎9月19日(木)10:00～10:40

2歳児(令和3年4月2日～令和4年4月1日生)

☎9月26日(木)10:00～10:40

▶あめんぼさんの絵本読み聞かせ

☎9月13日(金)11:00から

▶おしゃべり会『どうする?幼稚園選び』

☎9月24日(火)10:00から、14:30から

北子育て世代包括支援センター

☎464-0194 休所日／日曜・祝日



▶みんなの広場

「管理栄養士による食育のお話し」

●離乳食の進め方(①②どちらか)

☎9月10日(火)

①10:00～10:40 ②11:00～11:40

対 ①初期～中期食 ②後期～完了食

●子どもの食事、好き嫌いについて

☎9月12日(木)10:30～11:15

対 1・2歳児

▶みんなの広場(誰でも自由に参加可能)

0歳児(令和5年4月2日～おおむね2か月)

☎9月17日(火)10:30～11:00

1・2歳児(令和3年4月2日～令和5年4月1日生)

☎9月26日(木)10:00～11:40

▶親子リトミック予

☎9月24日(火)11:00～11:30

定 15組

対 首がすわった頃～歩行前の親子

▶産後ママのぼかぼか広場予

☎9月25日(水)13:30～14:30

定 6組

対 おおむね2～6か月の親子

▶多胎児親子集まれ～予

☎9月30日(月)10:30～11:30

▶ベビーマッサージ予

☎10月5日(土)13:30～14:10

定 10組

対 おおむね2～10か月の親子

▶ウェルカム2・3・4か月Baby(全3回)予

☎10月9日・16日の各水曜日13:15～14:00

10月22日(火)13:15～13:45

定 8組

【予 共通事項】

申 9月3日(火)9:00から電話又は窓口で

北第二子育て世代包括支援センター(もくれんハウス)

☎466-2658 休所日／日曜・祝日



▶お外であそぼ!ちびともプレーパーク

☎9月5日(木)10:00～11:30

場 桜坂公園(新倉ふるさと民家園隣)

▶外国人おやこのつどい予

☎9月12日(木)10:00～11:30

▶パパママであそびタイム

(2か月から)予

☎9月14日(土)10:00～11:30

●夫婦でも父子でもどうぞ

▶親子スキンタッチ(生後1か月から)予

☎9月24日(火)10:00～11:30

費 1,000円

▶プレパパプレママ見学デー予

☎9月28日(土)10:00～11:30、

13:30～16:00のうち1時間程度

子育て支援事業

和光市ホームスタート事業(家庭訪問型子育て支援)

☎080-8807-8462 ㊚homestartwako@gmail.com



対 妊婦、就学前の児童がいる家庭

費 無料

対 子育て経験者ボランティアによる傾聴と

協働の寄り添い訪問支援

まちかど健康相談室

☎080-5913-6797 休所日／土曜・日曜・祝日

▶ぼかぼか相談 育児相談予

☎9月12日(木)10:00～12:00

対 親子で防災 対 保健師・管理栄養士

対 乳幼児保護者

児童センター・児童館

南児童館

☎467-5627 開館時間／9:30～17:00 休館日／金曜・第2日曜



▶リトミックあそび(3歳未満児親子)予

☎9月10日・24日の各火曜日10:00～11:15

▶プレイルーム(3歳未満児親子)予

☎9月12日・26日の各木曜日10:00～11:15

▶作ってみよう!(幼児・児童)

折り紙ひろば／9月14日(土)13:30～15:30

工作ひろば／9月21日(土)13:30～15:30

▶にこにこクラブ(1歳未満児親子)予

☎9月17日(火)10:00～10:30

▶パパママタイム(幼児・児童親子)予

☎9月28日(土)10:00～11:00

対 筆ペンアートに挑戦しよう!

【予 共通事項】 定 10組

総合児童センター

☎465-2525 開所時間／9:00～19:00 休所日／第2・4木曜



▶大人レッスン(18歳以上、子連れ可)予

☎9月9日(月) 9:45から、10:45から

対 よちよち歩きの子～未就園児の親子

定 各15組 費 700円(道具・お菓子代込み)

▶ママサークル～ヨガ～(各30分)予

☎9月10日(火) ①10:00から ②10:45から

対 ①歩く前の子とママ

②歩きだした子(未就学児)とママ

定 各15組 費 500円

▶子連れdeママエクササイズ予

☎9月25日(水) ①10:00から ②10:45から

対 ①3～12か月親子

②1歳1か月～未就学児親子

定 各10組 申 9月11日(水)から

▶ぶちプレーパーク

☎9月27日(金)10:00～11:30

▶HADO体験予

曜日	時間	内容	費用
水	19:45～20:15	脂肪燃焼	500円
	20:20～20:50	ピラティス	
金	20:00～20:45	ボクシングエクササイズ	700円

曜日	時間	対象	費用(1時間)
土	17:00から	中高生	無料
	18:00から		
	19:00から	一般 (小学1年生以上、高校生 以下の場合保護者同伴)	650円
	20:00から		
日	9:15から	一般 (小学1年生以上)	500円 (高校生以下無料)
	10:30から		

新倉児童館

☎463-1679 開館時間／9:30～17:00 休館日／火曜・第3日曜



▶オープン幼児サークル

☎①9月4日・11日・25日の各水曜日

②9月5日・12日・26日の各木曜日

10:00から

対 令和6年4月1日時点で

①満2歳 ②満1歳の幼児親子

申 当日9:45から

▶幼児スペシャル(ミニミニパーク)

☎9月6日(金)10:30から

▶パパママほっとタイム(手形アート)予

☎9月8日(日)10:30から

対 子育て中の保護者 定 8名

▶ベビーマッサージ予

☎9月13日(金)10:00から

対 2か月～1歳誕生日前 定 親子8組

▶工作教室(スライム作り)予

☎9月14日(土)13:30から

対 小学生10名

▶プレミアム移動児童館(防災食試食会)予

☎9月27日(金)10:30から

場 たまりば 対 幼児親子5組

▶幼児リトミック予

☎9月30日(月)10:00から

対 1歳～2歳誕生日前 定 親子15組

【予 共通事項】 申 1週間前から

下新倉児童館

☎464-1515 開館時間／9:30～17:00 休館日／火曜・第3日曜



▶中高生夜間開館(アリーナ、遊戯室など)

☎ 毎週水曜日17:00～18:30

▶オープンサークル

☎①9月4日・11日・18日・25日の

各水曜日10:40から

②9月5日・12日・19日・26日の

各木曜日10:40から

対 ①おおむね1歳児 ②おおむね2歳児

▶記録会(ペットボトルフリップ)

☎9月9日(月)～14日(土)

▶どんぐりパーク(運動会ごっこ)

☎9月27日(金)、30日(月)10:30から

▶将棋教室(駒の動かし方や対局など)予

☎9月29日(日)15:00から

対 小学生以上 定 8名

申 9月14日(土)9:30から

わこう産前・産後ケアセンター

☎424-7275 休所日／日曜・祝日



▶【産前産後ケア事業】

妊婦さん・産後のママさんの集団デイケア予

☎9月26日(木)

①9:30～12:30

(6か月までの赤ちゃんとママ)

②11:30～14:30(36週以降の妊婦さん)

定 各3名

費 1,000円(希望者のみ別途昼食代1,000円)

●11:30～12:30は①②合同産前産後マ

マ交流会

▶新米パパ学級予

☎9月28日(土)14:00～15:00 定 4組

対 2か月以降のお子さんとはパパ

【共通事項】

申 HPを確認の上、電話で。申し込みは2

週間前から

9月 乳幼児の健康診査 ☎ ネウボウ課 母子保健担当 ☎424-9087

乳幼児健康診査の受診方法は、原則、集団健診となります。受付時間を指定しての案内となります。各健診の対象者には通知をしますので、詳細は通知文で確認ください。個別健診を希望の場合は、通知到着後担当へ連絡ください。

10・11月の集団健診のご案内

☎ 健康支援課 健康づくり担当 ☎424-9128(平日8:30～17:15)

▶10月集団健診キャンセル待ち受付

健診日／10月14日(月・祝)～18日(金) 受付期間／9月3日(火)・4日(水)

▶11月集団健診

☎ 10月31日(木)～11月2日(土) ☎ 9月17日(火)～20日(金)

☎ 11月5日(火)～8日(金) ☎ 9月18日(水)～20日(金)

●11月1日(金)・7日(木)は女性限定日です

▶11月集団健診キャンセル待ち受付

健診日／10月31日(木)～11月8日(金)(11月3日(日・祝)・4日(月)は除く)

受付期間／9月27日(金)・28日(土)

【☎ 共通事項】

【電話】☎03-4330-3113(9:00～20:00／土日祝日も可／先着順)

【Web】https://go.mrso.jp/112291(予約初日9:00～最終日20:00まで／24時間／先着順)

▼集団健診
予約サイト

ヘルスサポーター養成講座(要予約／保育あり)

▶基礎(全2回) ☎ 健康増進センター

自分や家族の健康づくりや、地域で活動する健康づくりのための市民ボランティア養成講座です。全2回を受講すると、ヘルスサポーターとして認定！

▶応用 ☎ 市役所6階 602会議室

ヘルスサポーター向け講座(基礎講座を未受講の方も可)

☎ 市内在住・在勤の20歳以上の方 ☎ 30名 ☎ 無料

☎ 9月13日(金)までに電話やメールなどで(①氏名 ②生年月日 ③住所 ④電話番号)

日時	内容
10月3日(木) 9:15～12:40	地域の健康づくり・地域のつながり、健康寿命の延伸、介護予防講座
10月22日(火) 9:15～12:50	健康長寿と栄養・食生活、お口の健康、生活習慣病

日時	内容
11月16日(土) 9:30～12:10	ゲートキーパー養成講座、認知症サポーター養成講座

コバトンALKOOマイレージ 運動指導教室の参加者募集(要予約)

☎ 健康支援課 健康づくり担当 ☎424-9128(平日8:30～17:15)

ウォーキングやホームトレーニング、ながら運動など日々の健康づくりに役立つプログラムを実施します。スマートフォンをお持ちの参加者の方には、コバトンALKOOマイレージ(スマホアプリ)で景品の抽選に使用できる300ポイントをプレゼントします。

☎ 9月24日(火)又は10月22日(火)10:00～11:30

☎ 総合体育館 サブアリーナ ☎ 60歳以上

☎ 健康増進センターまで電話又はメール(d0401@city.wako.lg.jp)で

●メール申込みは、件名を「コバトンALKOOマイレージ運動指導教室申込」とし、氏名・生年月日・希望日を記載してください

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券について

☎ 健康支援課 健康づくり担当 ☎424-9128(平日8:30～17:15)

対象者には各無料クーポン券を6月20日に発送しました。転入などで手元にクーポン券がない方は、担当まで連絡ください。

☎ 令和6年4月1日時点の年齢が下記の女性

子宮頸がん検診:20・24・30・35・40歳 乳がん検診:40・45・50・55・60歳

●有効期限は令和7年1月31日までですが、令和7年2月に実施する女性特有のがん検診でも利用可能です

●令和6年4月1日時点の年齢が25歳で子宮頸がん検診の受診を検討している方は健康増進センターまで問い合わせください

特定保健指導を受けて、生活習慣病を予防しましょう

☎ 健康支援課 健康づくり担当 ☎424-9128(平日8:30～17:15)

特定健診結果で「動機づけ支援」又は「積極的支援」に該当した方には、下記の委託事業者より電話をします。特定保健指導は生活習慣の改善をサポートします。体調を整えて元気に過ごすために、ぜひ参加ください。

委託事業者／医療法人クレモナ会ティーエムクリニック(保健指導室)

☎048-530-4400(9:00～17:00)

20歳・30歳の方も歯周疾患検診(個別)を受診できます

☎ 健康支援課 健康づくり担当 ☎424-9128(平日8:30～17:15)

歯の健康は、全身の健康や美しさにつながります。むし歯やかみ合わせなどの症状が出る前に、定期的な検診の受診が大切です。下記に該当する方はぜひ利用ください。

実施期間／令和7年2月28日(金)まで 自己負担額／500円

☎ 20・30・40・50・60・70歳(令和6年4月1日時点の年齢)、及び妊娠中の市民

受診方法／①申込受付後、健康増進センターより受診券及び歯科診療所の一覧表を郵送又は窓口で渡します ②歯科診療所に予約の上、受診します

●妊娠中の方は、安定期に入った後(おおむね16～27週位を目安)で、体調のよい時期に受診することをおすすめします

☎ 令和7年2月26日(水)までに電話又は窓口で

HPVワクチン予防接種の公費接種について

HPVワクチンは、小学校6年生～高校1年生相当年齢の方、また、接種勧奨が控えられていた間に定期接種の機会を逃してしまった方が、キャッチアップ接種として公費で接種することができます。令和6年度が定期接種対象の最終年度となる方が公費で接種を完了するためには、9月末までに接種を開始する必要があります。

▶令和6年度が定期接種の最終年度となる対象者

接種当日に和光市民で、①平成20年度生まれの女子 ②平成9～19年度生まれの女子(キャッチアップ)

詳細は市HPで▶



接種期間／令和7年3月31日(月)まで

●定期接種の条件を外れると、全額自己負担(任意接種)となります

●転入などで予診票がない方は、健康増進センターへ母子手帳を持参ください

●疾病などやむを得ない事情で指定外医療機関での接種が必要な場合は、事前に手続きが必要です。健康増進センターまで相談ください

認知症と新薬

朝霞地区医師会 今井 幸充 ☎464-4666



脳に関連する病気の中で、記憶、見当識、判断、理解などの能力で構成される認知機能が低下してしまうのが高齢者に多い認知症で、その代表的な病気がアルツハイマー型認知症です。

認知症になると家事、買い物、料理などの生活活動や社会での仕事などに支障を来し、趣味や周囲への関心が失われ、自分の感情をうまく相手に伝えられなくなります。真実でないことを真実と確信する妄想や、他者には見えないものが見える幻覚、不眠、不安、恐怖などの精神症状が見られることもあります。また、目的もなく歩き回るとはいかいかや、理由もない興奮や相手への攻撃、その場に適さない異常な行動をとることもしばしばあります。さらに摂食、排せつ、入浴、着替えなどの自分の身の回りのこともできなくなり、周囲の人の介護なしに生活することが困難となります。時に、介護者に反抗して大きな負担を強いることがあります。

認知症は脳の細胞がアミロイドβ(ベータ)タンパクにより破壊されることで、神経の働きを促す物質(神経伝達物質)の機能が失われ、認知機能が障害されることで発症することが分かっています。そこで、神経伝達物質の一つであるアセチルコリンを脳内にとどめておく作用がある薬物(アセチルコリン分解酵素阻害薬)の開発が1980年代後半から盛んに行われるようになりました。その一つが、抗認知症薬の塩酸ドネペジルです。この薬は1985年にわが国の研究者により開発されました。この薬の有効性を確認するために日本と米国で同時

に臨床試験が行われ、1997年1月、いち早く米国でその有効性が承認され発売。1999年9月には、わが国でも商品名アリセプトとして承認され、2000年以後にはガランタミン、リバスチグミン、メマンチンなどの抗認知症薬が続々開発され発売となりました。しかし、これらの薬には神経細胞の破壊を止めることや、失われた神経細胞を再生する効果はありません。まだ生きている神経細胞の神経伝達物質の働きを高めることで認知機能改善の効果が多少ありますが、それらの細胞もやがて死滅してしまうので、本剤を服用しても認知症の進行を抑えることはできません。

2021年6月に、米国でアルツハイマー型認知症の治療薬としてアデュカヌマブが承認されました。この薬も日本と米国で開発され、日本では2020年12月に厚生労働省に承認申請されましたが、明確な薬の効果が得られず2024年現在でも継続審議が行われています。2023年9月にはレカネマブが軽度アルツハイマー型認知症の進行抑制に効果があることが確認され、治療薬として承認されました。

この2つの新薬は、これまでの抗認知症薬と異なり「抗アミロイドβ抗体」と呼ばれている薬剤で、脳内のアミロイドβタンパクを除去する働きがあります。その働きは、例えば、私たちの身体に病原菌(抗原)が入ると抗体というタンパクが働いて、病原菌を体内から消滅させようとするように、アミロイドβタンパクを抗原とみなし、新薬が抗体として機能し、このタンパクを脳内から排除してアルツハイマー型認知症の進行を抑える働きがあります。

レカネマブは、2週間に1回18か月間点滴静注することで症状の悪化を約3割抑えることができます。課題としては、価格が比較的高価なこと、副作用として脳内に浮腫や微小の出血が15%前後見られることから、投与中は定期的に脳のMRI検査が必要ながことが挙げられます。治療の際は、医師としっかり相談しながら、副作用などについて検討し、進めるようにしましょう。



図書館

☎463-8723 📧h0301@city.wako.lg.jp
開館時間／平日 9:30～20:00 土・日・祝日 9:30～18:00
休館日／館内整理日:12日(木)・26日(木)



▶あかちゃんタイム(乳幼児親子)

☎ 9月5日(木)10:30～11:00

▶絵本とおはなしの会／土曜えほんタイム

☎ 9月7日・14日・21日・28日の各土曜日

11:00から／2・3歳くらい

14:00から／4・5歳くらい

▶ブックスタート事業※

☎ ①9月9日(月) ②9月30日(月)

10:00から、10:35から、11:10から

☎ ①令和6年3月生まれの親子

②令和6年4月生まれの親子

☎ 電話又はLINE、メール、窓口で

▶あかちゃんと楽しむ絵本とわらべうた

☎ 9月20日(金)(完全入れ替え制)

①10:30～11:00 ②11:15～11:45

▶図書館の本を

スマホでらくらく予約しよう

☎ 9月27日(金)13:00～16:00

☎ 図書利用券、スマホ又はタブレット端末

新倉ふるさと民家園

☎467-7575 📧niikura-kominka@nifty.com
休園日／毎週水曜日・26日(木)・27日(金)

▶竹馬教室

☎ 9月8日(日)10:00～12:00

▶新倉の十五夜

☎ 9月15日(日)

☎ ススキを飾り、

月見団子と

秋の野菜を

お供えます



▶秋のお彼岸

☎ 9月20日(金)～26日(木)

▶秋のお話し会(朗読)※

☎ 9月29日(日)13:30から

☎ 成人 ☎ 先着50名

☎ 9月1日(日)から名前・用件・電話番号を
お話し会の会「いろいろばた」の留守番電話
(465-1091)へ

総合体育館

☎462-0107 開館時間／9:00～23:00 休館日／27日(金)



▶第3期コース型教室受講生募集中!

●詳しくは体育館へ問い合わせください。下記以外にもクラスがあります

曜日	コース型プログラム	時間	曜日	コース型プログラム	時間
月	シェイプピラティス	10:15～11:45	水	ヨガ骨盤ケア	12:30～13:30
	キッズサッカー 年少～年長	15:15～16:15		ジュニア空手A 4歳～小学生 無級	15:50～16:50
	ジュニアサッカーA 小学生	16:30～17:30		キッズ体操 年少～年長	15:10～16:10
	ジュニアサッカーB 小学生	17:40～18:40		キッズバレエ 年少～年長	16:30～17:30
	ジュニアバスケットボールA 小学1～3年生	16:00～17:00	木	みるみるよくなるヨガ	9:40～10:40
	ジュニアバスケットボールB 小学4～6年生	17:00～18:00		ヨガ	10:50～11:50
火	ハワイアンフラ初級	12:30～13:30		太極拳	13:20～14:20
	ジュニアバレエ 小学1～5年生	17:00～18:00	金	フィットネスバレエ	18:45～20:15
	マルチスポーツプログラム 4歳～小学2年生	15:30～16:30		ベビトレヨガ 生後2か月～3歳	9:45～10:45
	ジュニア卓球 小学生	17:10～18:10		ジュニアダンスA 小学1年生～	16:00～17:00
水	大人のバドミントン教室	10:00～11:30	土	大人の書道教室 (硬筆・毛筆選択)	13:00～14:00
	ジュニアバドミントンA 小学1～3年生	16:00～17:00		子供の書道教室 (硬筆・毛筆選択)	13:00～14:00
	背骨コンディショニングC	10:30～11:45			

図書館下新倉分館

☎452-6011 📧h0301@city.wako.lg.jp 開館時間／9:30～18:00
休館日／毎週月曜日(16・23日は祝日のため開館、翌日が休館)、館内整理日:26日(木)

▶あかちゃんタイム(乳幼児親子)

☎ 9月6日(金)11:00～11:30

▶絵本とおはなしの会

☎ 9月14日(土)11:00～11:20

☎ 幼児～小学校低学年

▶ひまわりおはなし会(小学生向け)

☎ 9月18日(水)16:00～16:20

☎ 下新倉児童館(同じ建物内1階)

▶あかちゃんと楽しむ絵本とわらべうた

☎ 9月27日(金)11:00～11:30

☎ 6か月～2歳の親子

▶おりがみの日(毎週金曜日の午後)

おりがみを用意してお待ちしています。

坂下公民館

☎464-5230 開館時間／月～日曜日 9:00～21:30



▶囲碁・将棋の集い※

☎ 9月14(土)13:00～15:00

☎ どなたでも ☎ 先着10名

▶子ども卓球教室※

☎ 9月15日(日)10:00～12:00

☎ 小学生 ☎ 先着15名

【上記2事業共通事項】

☎ 9月2日(月)9:00から電話又は窓口で

▶ハロウィン飾りを作ろう

～10種の多肉植物の寄せ植え～※

☎ 9月27日(金)10:00～12:00

費1,500円 ☎ 先着12名 ☎ あり

▶ゆったりフラダンス(初心者もOK)※

☎ 10月2・9・30日の各水曜日

10:00～11:30

☎ 先着15名 ☎ あり

▶料理教室～大人の食育・腸活しよう～※

☎ 10月4日(金)10:00～12:30

費1,200円 ☎ 先着6名 ☎ あり

☎ 玄米ごはん、豚しゃぶサラダ、ナムル

【上記3事業共通事項】

☎ 市内在住・在勤の成人

☎ 1歳以上の未就学児(先着6名)

☎ 9月3日(火)9:00から電話又は窓口で

▶子育てサロン(妊娠期～子育て中の親子)

☎ 9月17日(火)10:00～12:00

☎ NPO法人わこう子育てネットワーク

和光市民プール

☎465-2525 開館時間／9:00～21:00(最終入場20:00)
休館日／12日(木)・26日(木)



▶市民プール一般利用

●9月2日(月)～10月9日(水)(木曜除く、
平日)、学校水泳授業などで、9:00～
13:00はプール利用できません。
一般開放開始は13:00からです

▶ベビースイミング

☎ 毎週土曜18:00～18:45

▶大人水泳教室

☎ 火曜・水曜(1～3週目)

▶アクアジム

☎ 9月8日・15日・22日・29日の各日曜日

●内容・日程の詳細は公式HPで



和光スポーツアイランド

☎465-7511 開園時間／8:00～22:00
休園日／12日(木)・26日(木)



▶各種教室受講生募集

☎ 詳細・申込は電話(一部HP)で

▶わこスポテニス教室開講中 初級の方歓迎

☎ 詳細・申込は電話で

曜日	教室プログラム	時間	曜日	教室プログラム	時間
第1・3 月	女子テニスダブルス練習会	10:00～14:00	月・火・ 金	わこスポジュニアサッカースクール 小学5・6年生	18:30～20:00
第2・4・5 月・金	テニススクールA 初・中・上級 ※1	10:00～11:20	火	キッズスポーツ凸凹支援教室	16:30～17:30
	テニススクールB 初～初中級	12:00～13:20	月・金	ソフトテニススクール	18:30～20:00
月	わこスポ☆1サッカースクール	18:00～20:00	水		14:30～16:00
月・火・ 金	わこスポジュニアサッカースクール 小学1・2年生	16:00～17:00	日 ※2	親子テニス 親子一緒 ※3	8:00～8:50 9:00～9:50
	わこスポジュニアサッカースクール 小学3・4年生	17:10～18:20			

※1:初めて・久しぶり・遊び程度の方向け

※2:9月29日(日)のみ ※3:親子別々は休講

広告 相続不動産預金名義変更・遺言
認知症対策の家族信託
萩原司法書士事務所
地元密着20年 **無料相談会実施中**
親切に対応します(要予約 土日可)
☎ **048-451-5731**
和光市本町5番6号柳瀬ビル2階
和光市役所出張所前 和光市駅1分

広告 **HONDA**
運転免許
和光市駅周辺より、無料スクールバス運行中
安全の喜びを共に
レインボーモータースクール
https://www.rms.co.jp/
和光市下新倉5-27-1 ☎ 048-461-1101

広告 **わこう法律事務所**
☎048-450-6505
土・日・夜間も相談可(要予約) 相談料 30分 5,500円
債務整理の初回相談無料(事業者の方除く)
所属弁護士 埼玉弁護士会 **石井多恵 大沢修平**
和光市駅南口 徒歩4分 和光市丸山台
1-6-14-105
わこう法律事務所 検索 (イトーヨーカドー和光店脇)

広告 相続・遺言を相談したい。
成年後見・家族信託を詳しく知りたい。
(初回相談80分無料・要予約・土日対応可)
☎048-424-5835
司法書士 加賀屋パートナーズ
●和光市本町2番6号レインボープラザ405
和光市駅南口徒歩2分 ●イトーヨーカドー和
光店そば ●お電話にて**広報わこうを見た!**
とお伝えください。司法書士 原 邦治

お知らせ

理化学研究所和光地区
一般公開2024

📍理化学研究所和光地区
一般公開事務局
✉wod-jimu@riken.jp

📅10月5日(土)9:30～16:00
📍理化学研究所和光地区
(オンラインあり)
📞詳細は理研HPで▶



苔テラリウム講座

📍市民活動推進課内
コミュニティ協議会事務局
☎424-9120
✉c0200@city.wako.lg.jp

📅11月1日(金)14:00～15:30
📍市役所5階 502会議室
📎先着20名 📎1,500円
📞9月11日(水)9:00から
電話又はメールで
●詳細は市HPで▶



司法書士による無料法律相談会

📍・📞埼玉司法書士会志木支部
司法書士法人大貫事務所
☎473-7584

📅10月3日(木)14:00～16:00
📍市役所6階 602会議室
📎登記、相続、遺言、成年後見などの
無料相談
📞要予約

バスまちスポットについて

📍公共交通政策室 ☎424-9135

市では市内循環バスの停留所近くの施設をバスまちスポットとして登録しており、バスが到着するまでの休憩場所として、トイレや椅子などを利用いただけます。市内のバスまちスポット

バスまちスポット	最寄りバス停名
和光市役所	和光市役所
図書館	和光市図書館前、和光市図書館
中央公民館	和光市中央公民館
南公民館	和光市南公民館
白子コミュニティセンター	白子コミセン
牛房コミュニティセンター	牛房コミセン
新倉北地域センター	新倉氷川神社、新倉北地域センター
白子宿地域センター	白子宿地域センター
白子吹上コミュニティセンター	白子吹上コミセン

- 令和6年8月現在の登録施設です
- バスの到着や運行状況のお知らせはいたしません。ダイヤについてはご自身で確認ください

ロングビューウィーク パネル展示

📍企画人権課 人権文化交流担当
☎424-9088

市ではアメリカ合衆国ワシントン州ロングビュー市と姉妹都市提携をしています。ロングビュー市との交流についてパネル展示を実施します。
📅9月25日(水)～10月2日(水)
9:00～17:00 最終日は13:00まで
(土日は除く)
📍市役所1階 ロビー

ハロウィンジャンボ宝くじ

📍公益財団法人
埼玉県市町村振興協会
☎048-822-5004

▶今年のハロウィンジャンボ宝くじは、
1等・前後賞合わせて5億円!
1等／3億円×12本
前後賞／各1億円×24本
(当せん本数は発売総額360億円・12ユニットの場合)
▶同時発売のハロウィンジャンボミニは、
1等・前後賞合わせて5,000万円!
発売期間／9月17日(火)～10月17日(木)
抽せん日／10月25日(金)
●この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。お求めは埼玉県内の宝くじ売り場で

和光市民まつり

📍市民まつり実行委員会事務局
(市民活動推進課 コミュニティ担当内)
☎424-9113 📠464-2090
✉c0200@city.wako.lg.jp

▶協賛金まだまだ募集中!
企業:1口1万円から
個人・団体:1口2千円から
📞9月2日(月)までに申込書を事務局へ
●協賛者名をHP、パンフレット、看板などに掲載(希望者のみ)
●個人協賛には返礼品あり(2024限定デザインマグカップ先着300口)
●申込書は事務局窓口(市民活動推進課内)又は市HPで
▶ボランティア募集
メイン開催日の運営をサポートしていただける方を募集しています。
📅11月17日(日)8:30～16:30
📎中学生以上の方
📎交通誘導、会場案内、清掃 ほか
📞社会福祉協議会
ボランティアセンター ☎452-7606

県立特別支援学校
塙保己一学園(盲学校)
高等部専攻科入学者の募集

📍県立特別支援学校塙保己一学園
(盲学校)高等部専攻科
☎049-231-2121

本校高等部専攻科(3年過程)では、視覚障害(全盲又は弱視)の10～60代の方が、あん摩、マッサージ、指圧、はり、きゅうの技能を習得しています。卒業時には国家試験の受験資格が得られ、免許取得後は病院や介護施設などへの就職、治療院開業、進学などの道がひらけます。
📎県内在住で①②のいずれにも該当する方
①両眼の矯正視力がおおむね0.3未満、又は、矯正視力が0.3以上で盲学校の教育を受けることが適当と判断できる方(身体障害者手帳を未取得の方も含む)
②高等学校を卒業した方、又は令和7年3月卒業見込みの方、又は、これらの者と同等以上の学力があると認められる方
選考日／第1次募集 11月29日(金) 第2次募集 令和7年2月14日(金)
相談・見学／随時

コミセンまつり開催決定!!

📍市民活動推進課 コミュニティ担当
☎424-9113

各コミュニティセンターのまつり開催日が決まりました。模擬店などの詳細は市HP又は各センターに問い合わせください。

名称	開催日	問合せ
新倉 コミセンまつり	10月5日(土) 10月6日(日)	☎465-5521
牛房 コミセンまつり	10月6日(日)	☎465-5621
白子吹上 コミセンまつり	10月6日(日)	☎465-9196

夢への挑戦応援し続けます!
教育支援資金貸付のお知らせ

📍社会福祉法人埼玉県社会福祉協議会
☎048-822-1192

世帯収入が一定の基準に当てはまる世帯の学生に対し、教育支援資金貸付(無利子)を実施しています。

	貸付上限額・主な使途			
	教育支援費		就学支度費	
高校	35,000円/月	授業料・ 通学定期代 等	500,000円 ※入学時のみ	入学金・ 制服代・ 教科書代等
短大・専門学校	60,000円/月			
大学	65,000円/月			

返済期間/20年以内

●貸付には審査があります
相談・申込窓口/
和光市社会福祉協議会 ☎452-7111

令和7年度朝霞准看護学校
一般入試日程

📍朝霞准看護学校
朝霞市本町1-7-3 3階
☎048-461-5051

入試日程／10月12日(土)
受験資格／中学又は中等教育学校前期課程を修了した者以上・年齢制限なし
●願書は学校窓口にて
随時販売中
●詳細は学校HPで▶



働く・企業

学校給食協会調理員募集

📍一般財団法人和光市学校給食協会
☎424-8114

募集人員／①6時間勤務調理員 若干名
②交替6時間勤務調理員
(調理補助) 若干名
提出書類／履歴書(写真貼付)
選考方法／書類選考及び面接
勤務場所／市内小中学校
勤務日・時間／
①8:45～15:30(給食実施日他)
②8:45～15:30(給食実施日週2～3日他)
賃金／①時給1,170円～1,270円
②時給1,100円
勤務条件／
①通勤手当、賞与、有給休暇あり、社会保険加入、継続雇用あり
②通勤手当、有給休暇あり
募集期間／随時 勤務開始日／随時

保育・介護 work fes埼玉2024

📍埼玉労働局職業安定部
職業安定課 職業紹介係
☎048-600-6208

保育・介護分野で就職を希望される方
向けに就職イベントを開催します。
📅10月17日(木)13:00～16:00
📍ソニックシティ 第1～5展示場
(さいたま市大宮区桜木
町1-7-5)
●詳細は埼玉労働局のHP
「イベント情報」で▶



中小企業の退職金
国の制度がサポートします!

📍独立行政法人勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
☎03-6907-1234

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。国からの有利な掛金助成や税法上の優遇も受けられ、手数料もかかりません。家族従業員やパートタイマーも加入できます。一部対象外あり。
●詳細はHPで▶



保健事業協力員
(看護師・保健師)の募集

📍ネウボラ課 母子保健担当
☎424-9087

市で実施する乳幼児健診に協力いただける方を募集します。
📅シフト制により月に1～3日程度
(12:30～15:30)
📍健康増進センター
募集人数／若干名
謝礼／看護師:1日5,600円(交通費含)
保健師:1日7,000円(交通費含)
応募資格／看護師又は保健師
応募方法／履歴書に資格の証書を添付の上、担当まで応募ください
(郵送可)
受付期間／9月30日(月)まで

“介護の仕事に興味がある皆様へ”
埼玉県があなたの就職を支援!

📍株式会社パソナライフケア
(受託事業者)☎0120-121-767

埼玉県では、介護の仕事に興味がある方の県内介護事業所への就職を支援しています。介護の仕事の経験がない方、プランクがある方も、気軽に参加ください。
事業内容／情報提供・入門的研修・職場見学と体験・就職支援
📎介護事業所での介護職の勤務を希望する方
説明会／対面又はオンラインで随時開催中
事業委託元／埼玉県福祉部高齢者福祉課
●詳細は埼玉県の
介護のお仕事応援
ポータルサイトで▶





働く・企業

求人企業合同面接会開催

問 埼玉県雇用対策協議会
☎048-647-4185

日 9月20日(金)

13:00～16:00(受付12:00～15:30)

場 大宮ソニックシティビル4階 市民ホール

対 ①令和7年3月大学・短大・専門学校卒業予定の方、既卒3年以内の方

②令和8年3月大学・短大・専門学校卒業予定のインターンシップ検討の方

申 不要

●求人情報冊子を来場者全員に配布

●参加企業名は開催2週間前からHPに掲載予定

●詳細はHPで▶



シルバー人材センター 会員募集

問 公益社団法人
朝霞地区シルバー人材センター
☎465-0339

対 60歳以上の健康で働く意欲のある方

内 公共施設などの管理業務、清掃作業、屋内外軽作業、除草作業など

▶入会説明会予定日

日 9月18日(水)、10月16日(水)、
11月15日(金) 10:00から(予定)

対 先着10名 申 要予約

●市役所内 和光連絡事務所で資料をお渡しします

環境

古着回収ボックスを 市役所1階に設置

問 環境課 資源リサイクル担当
☎424-9153

「繊維to繊維」の推進を目的とし、7月1日から市役所1階 北側エントランスに古着の回収ボックスを設置しました。回収された古着はリユース又は材質ごとに選別してリサイクルされます。ぜひ、利用ください。

▼詳細は市HPや下記ごみ分別アプリで



Android用



iPhone用



古着回収ボックス

「彩の国動物愛護推進員」 を公募します

問 埼玉県保健医療部 生活衛生課
総務・動物指導担当
☎048-830-3612
✉a3600-09@pref.saitama.lg.jp

日 9月1日(日)～11月30日(土)

内 ●動物の愛護と適正な飼養・管理の重要性について、地域住民の理解を深めるための啓発活動

●地域住民の求めに応じた、繁殖制限措置に関する助言や譲渡仲介の支援など

申 県HP又は各保健所(政令市・中核市を除く)、埼玉県動物指導センターの窓口
に設置する募集要領を確認ください

すてるな!するな!動物虐待! ーペットの遺棄・虐待は犯罪ですー

問 環境課 環境推進担当
犬に関する相談／
埼玉県朝霞保健所
☎048-461-0468
猫に関する相談／
埼玉県動物指導センター南支所
☎048-855-0484

9月21日(土)～30日(月)は、「愛護動物の遺棄等虐待防止週間」です。動物の虐待、遺棄は1年以下の懲役又は100万円以下の罰金刑に処せられます。

適正飼養

動物の習性、年齢、大きさなどに適した方法や環境で飼いましょう

終生飼養

最後まで愛情と責任を持って飼いましょう

繁殖制限

子犬や子猫が飼えない場合は、不妊・去勢手術をしましょう

子ども

就学時健康診断

問 学校教育課 学務担当
☎424-9148

令和7年4月に小学校に入学する新1年生を対象に、下記の日程で通学区域の小学校で健康診断を行います。対象児童がいる保護者の方には8月下旬に通知を送付です。やむを得ない理由で日程の都合がつかない場合は、事前に学校教育課へ連絡ください。

学校名	健診日	受付時間
白子小学校	10月16日(水)	13:20～14:00
新倉小学校	10月24日(木)	13:25～13:45
第三小学校	10月17日(木)	13:20～13:50
第四小学校	10月21日(月)	13:30～14:00
第五小学校	10月31日(木)	13:30～14:00
広沢小学校	10月23日(水)	13:30～14:00
北原小学校	11月20日(水)	13:20～13:40
本町小学校	10月18日(金)	13:30～13:50
下新倉小学校	11月7日(木)	13:15～13:35

子ども医療費の対象年齢を拡大

問 ネウボラ課 手当医療担当
☎424-9140

10月1日(火)から、子ども医療費助成制度の対象年齢を、現行の中学校修了前までから高校生年代までに拡大します。

受給資格者の方へ、新しい受給資格証を9月下旬に送付します。10月以降、新しい受給資格証が届かない場合は担当まで問い合わせください。

なお、現在高校生年代の方(在学の有無は問いません)は、子ども医療費受給資格登録申請書を提出いただく必要があります。対象者の方には個別に通知していますので、登録申請がお済みでない方は、お早めに手続きをお願いします。

●詳細は市HPで▶



里親さんから 里親について学びませんか?

問 所沢児童相談所 ☎04-2992-4152

▶「里親」って?カフェ

日 9月29日(日)14:00～15:30

場 中央公民館 第3会議室

対 先着8名

申 9月23日(月)まで

●詳細はHPで▶



生涯学習・スポーツ

秋の市民ハイキング

問 スポーツ青少年課 スポーツ振興担当
☎424-9117
✉c0400@city.wako.lg.jp

日 9月29日(日)7:15市役所集合
7:30出発 17:30市役所到着予定

場 群馬県利根郡川場村
市役所～ハイキング～道の駅川場(昼食など)～市役所

対 市内在住・在勤・在学の小学4年生以上
(小・中学生は保護者同伴)

費 1名2,000円(バス代、保険代)

対 先着30名

●雨天、熊出没など、コースの状況により
行先を変更する場合あり

●行程に急な階段の上り下りが含まれます

●昼食は各自で持参(道の駅で購入可)

申 9月2日(月)8:30～17日(火)17:15に、
氏名・生年月日・年齢・性別・住所・電話番号を窓口又は電話、メールで

第37回 和光市民親睦 チャリティゴルフ大会

問 和光市商工会 ☎464-3552

日 10月16日(水)

場 大宮国際カントリークラブ

「ひばりコース・ときコース」

対 市内在住・在勤の方とその紹介者
(プロ、アシスタントプロは除く)

対 先着120名

費 6,000円(パーティ費、賞品代、運営費など)、別途11,500円(プレー費、食事代込み)

内 18ホールズストロークプレイ ペリア方式

申 和光バーディゴルフ又は和光市商工会内大会事務局窓口まで

グラウンドゴルフ教室

問 和光市スポーツ協会
☎・FAX 424-2615
(月～金9:00～17:00)
✉wako-taikyou@bf.wakwak.com

日 9月13日・20日の各金曜日

(雨天の場合 27日(金))9:00～11:00

場 和光市運動場

対 先着50名

対 スポーツができる服装(貸道具あり)

申 8月29日(木)～9月6日(金)に住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号を電話又はFAX、メールで

税・保険

年金の予約相談

問 保険年金課
年金後期高齢者医療担当
☎0570-05-4890(予約専用)
(つながらない場合 ☎03-6631-7521)

日本年金機構では、予約による年金相談を実施しています。事前予約をすると、相談内容にあったスタッフが対応でき、スムーズな相談が可能です。ぜひ、利用ください。

国税に関する「公開講座」 における公開収録

問 税務大学校 和光校舎 庶務係
☎460-5000
✉kokai.koza@nta.go.jp

国税に関する「公開講座」(オンラインで配信)公開収録の参加者を募集します。

日 10月23日(火)

①9:30～10:30 ②11:00～12:30

場 税務大学校 和光校舎

内 ①適正な申告を実現するための仕組み
(税大講師 税理士 松崎 啓介 氏)

②労働市場の変容と賃上げ促進税制

(税大講師 中央大学法科大学院教授 酒井 克彦 氏)

申 9月30日(月)までに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・①②のうち希望する講座をメール又は電話で

防災・防犯

第3回甲種防火管理新規講習

問 埼玉県南西部消防局 予防課
☎048-460-0121

消防法に定める防火管理者の資格を取得するための講習を開催します。

日 10月22日(火)・23日(水)の2日間

場 和光消防署3階 講堂

対 先着12名

対 市内に在住又は在勤している方
(1事業所2名まで)

費 4,000円(教材費・講習当日に会場で購入)

申 9月30日(月)～10月4日(金)
(8:30～17:15)

和光消防署消防課窓口まで

●電話や郵送による受付は
行っておりません

●受講申請書は、申込窓口又は
消防局HPで▶



●和光市役所 ☎464-1111(代表)
開庁時間／月～金曜日 8:30～17:15、第3土曜日 8:30～12:00
(転出入に関する事務:戸籍住民課・ネウボラ課・保育サポート課・保育施設課・保険年金課・収納課)

●駅出張所 ☎467-2446・2447
開所時間／日～土曜日 8:30～17:15
(取扱い業務:戸籍関係証明書の発行、住民票・印鑑登録証明書の発行、市税の納入など)

和光市社会福祉協議会

和光市南1-23-1(総合福祉会館)
☎452-7111 ☎465-8308
✉info@wako-shakyo.or.jp
🌐http://www.wako-shakyo.or.jp

和光市ボランティアセンター
総合福祉会館3階 ☎☎452-7606
✉volucen@wako-shakyo.or.jp

すたんど・あっぷ和光
☎452-7608
✉stand-up@wako-shakyo.or.jp



■職員募集
▶専任職員
(生活困窮者自立支援員(相談員))
勤務場所／和光市くらし・仕事相談センターすたんど・あっぷ和光
勤務日数／月～金の週5日
勤務時間／8:30～17:15
採用予定／1名
必要資格／社会福祉士、精神保健福祉士のいずれか必須、普通運転免許あれば尚可
年齢／61歳未満
月給／210,000円
その他／別途処遇改善手当、賞与3か月、通勤手当あり
●募集に関する詳細は社協HP又は問合せにて確認ください
☎ 社会福祉協議会 採用担当

■ひきこもり相談センターからのお知らせ

☎ フリースペース(話をしたり、ボランティアをしながらのゆるやかなつながりづくりの場です)

☎ 本町地域センター 3階和室

☎ 9月11日(水)14:00～15:30(予約不要)

☎ すたんど・あっぷ和光

■フードパントリーのお知らせ

☎ 9月24日(火)

13:30～14:00 寄付受取 受付

14:00～15:00 食品などのお渡し

☎ 北子育て世代包括支援センター(しらこ保育園3階)

☎ 生活にお困りの方へ無料で食品などをお渡しします

☎ 20世帯(要申込)

☎ すたんど・あっぷ和光

■ちよいボラ募集

▶使用済み切手整理ボランティア

▶車いす清掃ボランティア

▶ミシンボランティア 他

☎ 9月19日(木)13:30～14:30

☎ 和光市ボランティアセンター

☎ どなたでも ☎ 直接会場へ

■宅ボラ募集

～自宅で隙間時間にボランティア～

▶ミシンボランティア(雑巾など)

▶布を切ってウエス作り

材料は当センターにもあります。

☎ 和光市ボランティアセンター


▲ひきこもり相談センターLINE

和光市民文化センター
WELCOME TO
サンアゼリア

9月の休館日:10日(火)
営業時間 ▶サンアゼリア窓口 10:00～17:00
▶イトーヨーカドー窓口 10:00～18:00

発売初日の受付開始時間
▶窓口販売 10:00から
▶電話予約・イトーヨーカドー窓口 13:00から
▶和光市民文化センターHPでの販売 18:00から
☎468-7771 🌐https://www.sunazalea.or.jp


公演のお知らせ



9月

小椋佳「歌紡ぎの会」
余生のおまけに歌と語りで人生を顧みるひととき
9月16日(月・祝)17:30開演
大ホール 全席指定 6,600円(友の会5,940円)
●未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。

MYSTERY NIGHT TOUR 2024
稲川淳二の怪談ナイト ～怪談喜寿～
今年もあいつがやってくる…
9月28日(土)17:00怪宴
大ホール 全席指定
6,600円(友の会6,100円)
当日券7,000円
●未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。

10月

清水かつら記念 童謡フェスティバル2024
みんなの童謡コンサート
元NHK歌のお姉さんたちが贈る、0歳から入場できて家族で楽しめる童謡コンサート
10月5日(土)11:00開演
大ホール 全席自由
一般&子どもセット券2,000円
一般1,500円 子ども800円(小学生以下)
●2歳以下膝上無料。但し、一般1名につき子ども1名まで。お席が必要な場合は有料
●チケット購入時に障がい者手帳の提示で1名につき、付き添い1名無料
●小学生以下のみでの入場、ご鑑賞はご遠慮願います。

福田こうへいコンサートツアー2024
「南部蝉しぐれ」「峠越え」から最新曲まで全身全霊で歌い上げます
10月14日(月・祝)
①13:00 ②17:30開演
大ホール 全席指定
S席7,000円(友の会6,700円)
A席6,000円
●未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。

平原綾香 Concert Tour 2024-2025
デビュー21周年を迎えなおかつアグレッシブに活躍中の平原綾香のコンサートツアーをお見逃しなく!
10月19日(土)16:30開演
大ホール 全席指定
8,000円(友の会7,500円)
当日券8,500円
●未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。

11月

サンアゼリア寄席
金原享馬久♥春風亭一花 夫婦落語
いい夫婦の日に来秋真打昇進する金原享馬久が妻の一花とお届けする温かい落語会をお楽しみ下さい。
11月22日(金)14:00開演
小ホール 全席自由
一般2,000円(友の会1,600円)
夫婦・カップル券(2枚セット)2,200円
発売日:友の会／一般ともに9月20日(金)
●未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。

歌声カルテットの昭和歌謡コンサート
胸が高鳴る懐かしの名曲たちで「昭和」の時代に「タイムスリップ」!あの時、あの場所で歌った曲…懐かしのあの歌を楽しみましょう!
11月27日(水)14:00開演
小ホール 全席自由
2,500円(友の会会員2,300円)
当日券一律3,000円
発売日:友の会／一般ともに9月9日(月)
●未就学のお子様のお入場可能
(膝上鑑賞無料、お席が必要な場合は有料)
●前売りで完売した場合、当日券の販売はございません。

おながくのたね♪MUSIC SEEDS
秋を彩る珠玉の名曲 浜まゆみ×中川賢一
マリンバ&ピアノデュオリサイタル
サンアゼリアに響く、マリンバとピアノによる甘美なる調べ。名曲コンサートで芸術の秋に触れてみませんか
11月30日(土)14:00開演
大ホール 全席自由
一般3,000円(友の会会員2,500円)
学生(小学生以上)1,000円
●未就学のお子様のご入場はご遠慮願います。

12月

キーウ・クラシック・バレエ
くるみ割り人形～全幕～
世界中で愛される「くるみ割り人形」気分が華やぐクラシックバレエをぜひ劇場で!
12月19日(木)18:30開演
大ホール 全席指定
4,800円(友の会4,500円)
●4歳以上有料。3歳以下入場不可

各公演の詳細は催し物案内又はHPをご覧ください

●助成支援事業の相談は文化振興公社まで

みんなの伝言板

●2か月続けて同じ団体からの原稿を掲載することはできません
●募集の掲載は1団体1年度(4月～翌年3月)に2回までとなります
●掲載依頼の締切日は、掲載希望月の前々月20日です

☎ 秘書広報課 ☎424-9091

募集

●和光書道
各曜日毎月2～3回 火曜日14:30～17:00(白子コミュニティセンター) 水曜日15:00～17:00(牛房コミュニティセンター) 小1～一般 初心者歓迎 見学自由 経験のある方、もう一度 筆をお持ちになりませんか? 小3以上は書初め指導あり 佐々木 ☎202-5515

●フラスカール 中級程度のメンバー募集
毎月3回 第1・3・5金曜日(5週目のない月は、第1又は第2木曜日)13:00～15:00 総合福祉会館 ゆめあい和光3F プレイルーム 月3,000円 レッスンは少人数、年齢層はクブナクラス。希望者にはレッスン以外に楽しい活動盛り沢山(ステージ・ボランティア活動・バンドとの共演等)
吉川 ☎080-1032-5444

●HAPPY CHRISTMAS MUSIC in WAKO 出演団体募集!
12月14日(土)13:00～18:00 和光市駅前ステージ 1団体1,000円 今年も駅前にクリスマスソングを響かせましょう!演奏時間は20分、クリスマスの曲(又は雪・冬関連の曲) 申込みは10月15日(火)までに専用フォームで
事務局 ✉wako.station.christmas@gmail.com

催し

●親子クッキング お買物ごっこdeデザート付きランチを作ろう!
9月28日(土)10:00～13:00 中央公民館 調理実習室 1人500円(材料費・資料代) 楽しくクッキングしながら、お金のことも親子で考えてみませんか 先着20名(小学生親子) 申込みは ☎☎
メール又は専用フォームで 友の会和光地区 松田・柳下 ✉hikarigaokahomen@gmail.com

●ふれEYEまつり
9月29日(日)10:30～15:30 大泉障害者支援ホーム(練馬区大泉学園町9-4-2) コンサート、模擬店、アトラクション 加藤・牛山 ☎03-3978-5581

●「知って得するくすりの話」
10月6日(日)10:30～16:30 志木市市民会館仮設会議室(マルイファミリー志木8階) 和光市、朝霞市、志木市、新座市市民対象 薬剤師によるおくすり相談(おくすり手帳持参)、フレイル予防のお口ケア、血流測定、キッズファーマシー、歯科医師のお話 (一社)朝霞地区薬剤師会 ☎483-4125

●【栄養士対象】食育研修会「子どもの成長発達に合った食のすすめ方」
10月21日(月)10:00～11:30 朝霞保健所 大会議室 栄養士資格を持ち地域活動に興味のある方は是非ご参加ください。講師 大城戸寿子先生 朝霞保健所 赤羽 ☎461-0468(案内2番)

わぴあ

☎ info@wapia.jp

TAKIBI TERACO

焚き火を囲んでアウトドアを学ぼう

焚き火を囲みながら、アウトドアの専門家から火起こしやダッチオープン料理などを学んでみませんか。手ぶらでOK!

☎ 9月28日(土) 場 ぼうけん広場

☎ お子様が6歳以上の親子

定 各回8組(親子1組2名)

費 4,000円/組 ☎ わぴあHPで

①10:00～12:00
②14:00～16:00

●バトニング(ナイフでの薪割)
●火起こしワークショップ
●焚き火でダッチオープン料理
●焼きマシュマロなど


ダッチオープン料理


焼きマシュマロ

