

9月28日(土)・29日(日)の2日間で、  
第31回塚越地区生涯学習フェスティバルを開催します！

# 第31回塚越地区生涯学習 フェスティバルに参加しよう！

ポッチャ&モルックに参加しよう

ちびっこ消防士&AED体験会

こどものためのこどもフリマ

開催日時：9月29日(日)  
10時~12時  
場所：東公民館駐車場  
参加費：無料  
申込み：どなたでも参加可  
東公民館へ

消防車に乗って消防士に  
なりきろう！カメラを忘れずに！  
開催日時：9月29日(日)  
10時~12時  
場所：東公民館駐車場付近  
参加費：無料 ※雨天中止  
申込み：不要(直接会場へ)

開催日時：9月29日(日)  
10時~13時  
場所：塚越公園  
区画：150cm×150cm 12区画  
参加費：無料  
申込み：東公民館へ  
(9月2日から先着順)

## 和室の畳を張替えました！



2階和室の畳を張替えました。この和室は、「Mammaひろば」や「ワクワクよみっ子！」など、東公民館の家庭教育・子育て学級でも使用しており、赤ちゃんが頻りに触れる畳がきれいになりましたので、是非この機会にお子さんを連れて、参加してみてください！

## クールオアシス蕨実施中！

夏の猛暑時における熱中症対策の一環として、東公民館の1階ロビーなどを、市民の外出時における一時休憩所や、高温時の緊急避難所とする「クールオアシス蕨」として開放しています。また、熱中症特別警戒アラートが発表されている間は、「クーリングシェルター」となりますので、危険な暑さから身を守る緊急避難施設としてご利用ください。



## 医療保険課よいお知らせ

○特定健康診査・後期高齢者健康診査実施中  
対象＝蕨市国保に加入中で今年度中に40歳以上になる人又は後期高齢者医療に加入中の市民  
期間＝令和6年度10月31日まで  
※対象者には受診券を6月に送付します。詳細は受診券に同封の案内をご覧ください。

○早期受診キャンペーン  
対象＝蕨市の特定健康診査を3年以上継続して受診した人、もしくは初めて受診した人で、8月末までに受診した人の中から抽選で300名様にオリジナルドライジップジャケットをプレゼントします。応募不要。

○40歳限定キャンペーン(新規事業)  
対象＝令和7年3月31日時点の年齢が40歳で、蕨市の特定健康診査を受診した人全員に蕨市オリジナルグッズをプレゼントします。応募不要。

問い合わせ＝蕨市医療保険課(☎433・7736)

## みんなでキレイに！ 蕨市民公園の清掃活動

今月の活動は、  
8月24日(土) 午前9時からです！  
※8月は花壇の花の植え替えを行います。また事前準備として、清掃日前日の23日(金)午前10時より、古い花の撤去と整地を行います。  
※雨天の場合は、8月31日(土)に延期します。



# マイタウンつかごし

8  
月号

No.483

My Town Tsukagoshi

がんばりました



## 夏休みチャレンジ教室



今年の夏休みチャレンジ教室は、「セミの羽化観察教室」「手づくり電子ピアノを作ろう」「アンガーマネジメント教室」「夏の星座観察教室」の4本立てで開催しました。「手づくり電子ピアノを作ろう」では、日本アンテナ株式会社のご協力のもと、工作キットを使い、子どもたちは自分でネジを差し込み、出来上がった自分だけのオリジナル電子ピアノを楽しそうに弾いていました！また、「アンガーマネジメント教室」では、小学1～6年生までの子どもたちが、先生の話をしっかり聞いて、感情を上手にコントロールする方法を学びました！



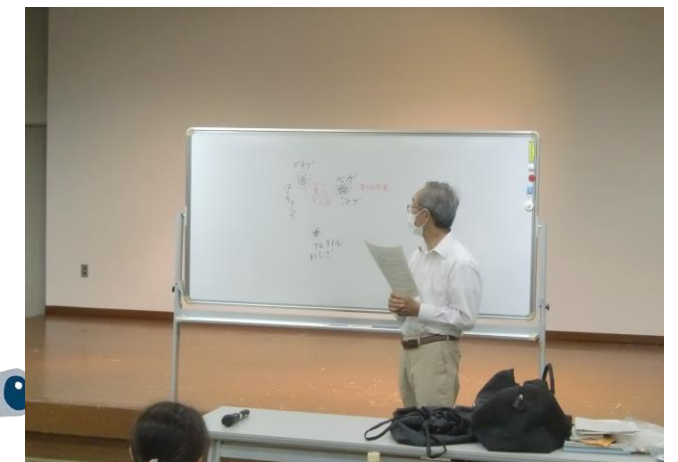
▲7/26(金)「セミの羽化観察教室」



▲8/5(月)「手づくり電子ピアノを作ろう」



▲8/7(水)「アンガーマネジメント教室」



▲8/10(土)「夏の星座観察教室」

# 夏の自然観察会 ~蕨市民公園の四季~



↑羽化したばかりのセミ

7月21日(日)に、「自然観察会」を実施しました。今年の自然観察会は「蕨市民公園の四季」をテーマに、年4回を予定しています。初回は多くの参加者とクマゼミの羽化を観察し、私たちに身近な市民公園の夏を感じることができました！

## セミの抜け殻しらべ@蕨市民公園

2010年からクマゼミと地球温暖化の関連性を調べています  
蕨市民公園でセミの抜け殻を集めセミの種類別に集計します  
ちいさいお子さんもお年寄りも、どなたでも楽しく参加できます  
6種類のセミを覚えるだけです \*自由研究のテーマにもなりますよ！

調査スタッフ募集  
こども調査員歓迎

クマゼミのクマゴロー

日程：7月：13日・20日・27日  
8月：3日・10日・17日・24日・31日  
どれか1日だけでもOKです  
集合：朝6時半・蕨市民公園管理棟前

主催：蕨ひがし自然観察クラブ  
申込：堀内伸一郎(ホーリー)  
メール holy0416@yahoo.co.jp  
共催：蕨市立東公民館

右のQRコードからも申し込みできます

▲自然観察会の他に、蕨市民公園で「セミの抜け殻しらべ」を行っております。ご興味のある方はぜひご参加ください！

# 東公民館講座のご案内

## みんなであいがみ

日時 8月27日(火)  
9月24日(火)  
午後3時30分～  
会場 東公民館・1階ロビー  
対象 子どもから大人まで  
内容 季節のおりがみを折る  
参加費 無料  
申込み 不要(直接会場へ)

## ワクワクよみっ子!

日時 9月5日(木)  
午前10時30分～  
会場 東公民館・2階和室  
対象 おもに1歳～3歳の親子  
内容 親子で楽しむ紙芝居・パネルシアター・童謡他  
参加費 無料  
申込み 不要(直接会場へ)

## Mammaひろば

日時 9月17日(火)  
10月15日(火)  
午前10時～  
会場 東公民館・2階和室  
対象 0歳児親子  
(妊娠中の女性も参加可)  
内容 親子で手遊び・情報交換他  
持ち物 バスタオル(下に敷きます)  
※おむつやミルクは必要に応じてご持参ください。  
参加費 無料  
申込み 不要(直接会場へ)

## 介護おしゃべりサロン

日時 9月26日(木)  
午後1時30分～  
会場 東公民館・1階団体連絡室  
対象 在宅介護に携わっている方  
これから介護に携わる方  
参加費 無料  
申込み 不要(直接会場へ)

## クールオアシス事業 夏休み子ども勉強部屋

期間中は、団体連絡室で宿題や勉強ができます。申込みは不要ですので、お気軽にお越しください！

日時 7月22日(月)～8月28日(水)  
午前9時～午後5時  
※土・日・祝日除く  
会場 東公民館・1階団体連絡室  
対象 小学生、中学生  
申込み 不要(直接会場へ)



※発熱や咳などの症状がある場合は、参加をお控えください。  
※記録及び公民館報等に掲載するため写真撮影をいたします。あらかじめご了承ください。  
※申込み後、キャンセルや欠席、遅刻などある場合は必ず東公民館へご連絡ください。  
※講座の詳細につきましては、公民館に設置してあるチラシをご覧ください。



# 東公民館 8月のトピックス

## 塚越プラチナ学園 女声合唱講座



7月22日(月)に、「塚越プラチナ学園～認知症とアロマセラピー～」を実施しました。今回は、においを感じる嗅神経に刺激を与えることで、脳の海馬や周辺の神経細胞を活性化し、認知症を予防するというものでした。参加者は、スプレーの容器にアロマオイルを混ぜて、アロマクラフトづくりを体験し、においの異なる昼と夜用の2種類のエッセンシャルオイルの使い方を学びました。

7月26日(金)に、「女声合唱講座」の第1回目を実施しました。この講座は、女声合唱が初めてという方を対象に、歌姫伝説より「天城越え」「あなた」など、計8曲を通じて、合唱の基礎と楽しさを学ぶ講座となっています。参加者は初めての講座に緊張しながらも、東公民館で活動しているコール合唱のメンバーとともに、合唱を作り上げていました。



## 塚越児童館からのお知らせ

蕨市塚越2丁目11番8号 ☎432-6368

- 乳幼児子育て支援事業 9月 ※事前登録と予約が必要です。登録後は、電話予約可。費用は無料です。
- まめっこクラブA  
日にち 4日(水) 時間 午前10時30分～  
対象 令和5年4月2日以降生まれの生後11ヶ月未満のお子さんと保護者
- まめっこクラブB  
日にち 18日(水) 時間 午前10時30分～  
対象 令和5年4月2日以降生まれの生後11ヶ月以上のお子さんと保護者
- けん玉キングパフォーマンス  
日にち 8月21日(水)  
時間 午後2時～ 参加費 無料  
対象 小学生 申込み 不要(自由参加)  
持ち物 けん玉(持っている方のみ)、認定級の分かる賞状
- にこにこ広場(※お誕生日会あり)  
日にち 8月30日(金)  
時間 午前10時30分～ 参加費 無料  
対象 乳幼児親子 申込み 不要(自由参加)
- 0歳からの虫歯予防  
日にち 9月11日(水)  
時間 午前10時30分～ 参加費 無料  
対象 乳幼児親子 申込み 不要(自由参加)  
その他 託児希望の方は申込み8/28～(先着10名)
- ちびのびクラブ  
日にち 12日(木) 時間 午前10時30分～  
対象 令和2年4月2日～令和4年4月1日生まれのお子さんと保護者
- とことこクラブ  
日にち 26日(木) 時間 午前10時30分～  
対象 令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれのお子さんと保護者
- エンジョイエクササイズ  
日にち 8月23日(金)  
時間 午前10時30分～ 参加費 無料  
対象 小学生 申込み 7/26～  
持ち物 水筒、動きやすい服装、タオル、上履き  
内容 ヒップホップの曲に合わせてダンスを楽しみます
- おはなししゃぼんだま  
日にち 9月6日(金) 時間 午前11時～  
参加費 無料 対象 乳幼児親子  
申込み 不要(自由参加)
- 親子でHAPPYヨガ  
日にち 9月11日(水) 時間 午前10時30分～  
参加費 無料 申込み 8/14～  
対象 1歳6ヶ月未満の乳児親子 6組  
持ち物 バスタオル、動きやすい服装、水筒、汗拭きタオル