

いっしょに DOO ですか?

おけがわイベント情報局

生活習慣病予防事業

目指せ! スッキリボディ教室

内医療機関と連携し、運動指導士と管理栄養士と一緒に運動不足と食生活を改善し、スッキリボディを目指しましょう。
プログラム▼①体成分測定(体脂肪率など)②トレーニング開始(個々にあった運動プログラム指導)③栄養指導(スマートフォンで実際の食事内容の写真を撮って送り、管理栄養士が指導)④医師による診察(身体測定・血液検査など)⑤体成分測定(体脂肪率など)※指定の医療機関で受診をお願いします。⑥結果報告(事前事後の結果報告)
時10月〜令和9年3月末
場サン・アリーナ トレーニング室
対①18〜64歳の市内在住者②腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上の人、またはBMI値が25以上の人③トレーニング室利用登録者で、3月末まで参加できる見込みがあり運動制限がない人※未登録者は、事前にビギナートレーニング受講で参加可④過去1年以内の健康診断の結果を持っている人

定20人【先着順】
費13,200円(トレーニング室90分定期券6か月分)
場室内シューズ、飲み物、運動しやすい服装、タオル
申9月8日(火)午前9時から、直接、サン・アリーナ(☎787-5111)へ。※電話申込不可

市民スポーツウエルネス吹矢 体験会&ミニ大会

対年齢、性別を問わずに、手軽にゲーム感覚で楽しみながらできます。また、スポーツ吹矢式呼吸法で、様々な健康的效果が期待できます。
時10月17日(土)午後1時30分〜4時(受付▼午後1時〜)
場サン・アリーナ サブアリーナ
対市内在住・在勤・在学の小生以上の人
定60人【先着順】

東公民館 パソコン講習

デジタル写真活用講座

対1日目▼デジタルカメラやスマートフォンで、撮影した写真をパソコンに取込む
2日目▼取り込んだ写真を分かり易いフォルダー名を付けて分類し、保存
3日目▼写真の明るさ、色合い、簡単なトリミング(切り取り)の調整実技
4日目▼Wordを使って、簡単なアルバム作成、印刷
時10月14日〜11月4日の毎週

費300円(マウス・ケース・保険代など)※事前徴収。10月7日(水)以降のキャンセルは返金不可。
場飲み物、汗拭きタオル、体育館シューズ
場主催▼市レクリエーション協会、主管▼市スポーツウエルネス吹矢連盟
申9月1日(火)から30日(水)までに、参加費を持参のうえ、生涯学習・スポーツ推進課(☎788-4972)へ。※代理申込みの場合、参加者の氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・住所・電話番号を確認してから来庁してください。

市民ギャラリー展示案内

詳しくは☎生涯学習・スポーツ推進課
☎788-4970

期間	9月1日(火)〜16日(水)
団体名	桶川紅花切り絵同好会
展示物	切り絵展示

市民ギャラリーとは
市役所1階にある芸術文化などの市民活動の成果を発表するためのスペースです。

水曜日 午前10時〜正午(全4回)
場東公民館
対市内在住・在勤(ボランティア含む)の18歳以上の人
定17人【多数抽選】
費2,000円(テキスト代など)
持デジタルカメラ(付属のUSBケーブル)またはスマホ(データ転送ケーブル)、筆記用具、Wordの使用できるノートパソコン(延長サポート済みのWindows10)※ノートパソコン持参が難しい場合、問合わせください。
場共催▼桶川インターネット(ボランティア団体)
申9月10日(木)午前9時30分から10月7日(水)までに、電話で、東公民館(☎728-7622)へ。(月曜休館)

にほんごきょうしつ あきのコース (Japanese Language Class Autumn Course)

にほんごをべんきょうしたい
がいこくじんにボランティアがおしえます

時9月3日〜12月17日 毎週木曜日 午後7時〜8時30分
(Sep.3〜Dec.17 every Thursday 7:00pm〜8:30pm)

場おけがわこうみんかん

他主催▶おけがわ日本語友の会、桶川市

詳しくは☎

自治振興課☎788-4920、

✉jichi@city.okegawa.lg.jp



日本語を教える
ボランティア募集中!
知識がなくても大丈夫です
気軽に見学に来て
ください

FREE

初心者卓球教室(後期)

3p

時 9月28日～12月21日の毎月曜日午後5時～7時(全10回) ※10月12日、11月9日、11月23日は除く

場 サン・アリーナ 卓球場

対 初心者で毎週参加でき、本教室参加経験のない人、健康で、卓球をすることに支障がなく、必要な場合は医師の承諾が受けられる人。 ※中学生以下は不可

定 10人【先着順】

費 510円(保険代)

持 運動しやすい服装、室内シューズ、飲み物、タオル ※ラケット貸出有

申 市内在住・在勤 ▼ 9月3日

(休) 午前9時～、その他 ▼ 9月4日(金) 午前9時～、直接、サン・アリーナ(☎787-5111)へ。 ※電話申込不可

サン・アリーナ

HPはこちら ▼



川田谷公民館

作陶から本焼きまで!

初めての陶芸入門

内 世界に一つだけのフリーカップを作ってみませんか? 時 10月24日、11月21日、28日

の土曜日午前9時30分～正午(全3回)

場 川田谷公民館

対 市内在住・在勤で、全3回に参加できる人

定 10人【先着順】

費 1,000円

持 エプロン、汚れてもいい服装、作品にかけるタオル、手拭きタオル、飲み物、筆記用具

場 白石 江利子さん

申 9月9日(水) 午前9時30分から、電話、または直接、川田谷公民館(☎786-4033)へ。(月曜休館)

谷公民館(☎786-4033)

へ。(月曜休館)

シルバー人材センター

釣り具のレンタルあり!

初めての魚釣り体験

時 10月4日(日) 午前の部 ▼ 9時30分～11時50分、午後の部 ▼

1時30分～3時50分 ※悪天候で中止の場合あり。

場 城山公園の大池

対 小学生までの子と保護者 ※保護者同伴必須

定 各回15組【先着順】

申 9月1日(火) から、直接、城山公園管理事務所(☎786-5

881)へ。



子どもワークショップ(前期)

～自分だけの「たのしい」が、きっと、みつかる 4日間!～

詳しくは ☎加納公民館 ☎728-1040

時 9月27日(日)・10月4日(日)・18日(日)・11月15日(日) 午前10時～11時30分

場 加納公民館

対 市内小学生

定 12人【先着順】

費 1,600円(材料費・保険代)

持 動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具

申 9月6日(日) 午前9時30分から 電話で、加納公民館へ。

Let's create together!



日付	内容など
9月27日(日)	切り絵体験 須貝 京子さん (桶川切り絵を楽しむ会指導者)
10月4日(日)	ナンプレ講座 川上 敦史さん (ナンプレ指導者)
10月18日(日)	クラフトバンド講座 佐佐 みのりさん (クラフトバンドエコロジー協会認定講師)
11月15日(日)	編み物講座 大塚 公代さん (Nuam(ぬうあむ)指導者)



子育て世代のためのお楽しみ&発見講座 ～幼児・家庭教育セミナー～

詳しくは ☎東公民館 ☎728-7622 (月曜休館) ✉kominkan@city.okegawa.lg.jp

楽しい! かわいい! だけじゃない子育て。部屋の上手な片付け術を学んだり、クリスマスカップケーキを作ります。

時 10月～3月の土曜日 (月1回程度) 午前9時30分～11時30分

場 東公民館

対 市内在住・在勤で就学前の子を育てる保護者で、

なるべく全6回に参加できる人 ※都合が悪い日は要相談

定 16人【先着順】 費 保険代1人100円 ※別途材料費。託児は1人100円(保険代)

申 9月5日(土) 午前10時から10月3日(土)までに、電子申請フォームへ。



市立集会所第3回成人学級講座 「高齢者の人権～人生100年時代 のセカンドライフデザイン～」

内 人権問題に対する正しい理
解を図り、差別のない明るい
地域社会をつくる実践力を養
うために成人学級講座を開催
します。

時・場 9月28日(月) 桶川集
所(ユニティ) ▼午前10時～
11時30分 加納集会所(パル
レ) ▼午後1時30分～3時※

両会場とも、講座内容は同様。
駐車場数に限りあり。可能な
限り、徒歩か自転車であって
ください。

対市民

国立教セカンドステージ大学
担当講師

申不要

問生涯学習・スポーツ推進課

788-4970

桶川公民館

桶川公民館

韓国料理を作りながら

韓国語入門

内 簡単な韓国語を学びながら、
特製ダレのチヂミ、チャンチ
グクス(韓国式そうめん)を
作って食べます。

時 9月26日(土)午前10時～午後
1時

桶川公民館

対一般

定 20人【先着順】

費 800円

持 エプロン、三角巾、マスク、
ふきん、タオル、筆記用具、飲
み物

講 イ・ヒョンジョンさん

申 9月1日(火)午前9時30分か
ら、電話で、桶川公民館(☎
772-3888)へ。(月曜休館)



大人のための絵本とウク レレコンサート

内 絵本の読み聞かせ、ウクレ
レの弾き語りの癒し時間
時 9月27日(日)午後2時～3時
30分

桶川公民館

対一般

定 20人【先着順】

講 楠木恵美さん、AZUMI
さん(女性ボーカルユニット)

申 9月2日(水)午前9時30分か
ら、電話で、桶川公民館(☎
772-3888)へ。(月曜休館)

足つぼセルフマッサージ体験

内 冷房で冷えた身体をセルフ
マッサージでリフレッシュ
時 10月7日(水)・21日(水)午後2
時～3時30分

桶川公民館

対一般

定 15人【先着順】

費 200円

持 動きやすい服装、タオル、飲
み物、筆記用具

講 宮下 東さん

申 9月9日(水)午前9時30分か
ら、電話で、桶川公民館(☎
772-3888)へ。(月曜休館)

秋の組香

内 月をテーマに香りのあて遊
びと薄茶の振舞い
時 10月17日(土)午前10時～11時
30分

桶川公民館

対一般

定 10人【先着順】

費 1,000円

持 筆記用具

講 堀井 薫さん

他 香りの強いものを身に着け
ての参加不可

申 9月19日(土)午前9時30分か
ら、電話で、桶川公民館(☎
772-3888)へ。(月曜休館)

このゆびとまれ主催事業

詳しくは☎大沼 ☎090-4058-5304

ジュニアバドミントン教室 後期(楽しく・はねつき)

時 9月25日～12月4日の毎週金曜日※11月6日は除く
午後7時30分～9時30分(全10回)

場 サン・アリーナ

対 市内小学生

定 30人【先着順】

費 3,000円(会場使用料、シャトル代、保険料、
記念フォト含む)※9/25当日徴収

持 ラケット、体育館シューズ、
汗拭きタオル、飲み物

申 9月13日(日)午前8時から、
電話で、大沼へ。



スクエアステップスクール (涼しいお部屋で歩きのエクササイズ・ 楽アップ体幹・楽しく脳トレ)

いきいき
3p

時 10月12日～26日の毎週月曜日
午後1時30分～3時(全3回)

場 サン・アリーナ 会議室

対 市内在住、在勤の人(全年齢歓迎)

定 20人【先着順】

費 600円(施設利用料・保険代他)

持 飲み物、汗ふきタオル、体育館シューズ

申 往復はがきに、「スクエアステップ」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、返信先宛名を記入のうえ、
9月30日(水)≪必着≫までに、大沼(〒363-0001 加
納2044-3)へ。



「このゆびとまれ」とは、文部科学省が推奨している総合型地域スポーツクラブで、市が支援をしています。

子育て広場

あそぼう会のお誘い

詳しくは☎鴨川保育所 ☎786-1437

☑ミニ運動会。かけっこや玉入れ、ダンスを一緒に楽しもう！

☑9月10日(休) 午前10時～11時

☑鴨川保育所 (下日出谷東1-3-4)

☑1歳6か月からの未就園児と保護者

☑10組【先着順】

☑タオル、飲み物、帽子

☑できるだけ徒歩か自転車でご来ください。

☑9月3日(休)午前9時から、電話、または直接、鴨川保育所へ。

※保育所で感染症が流行した場合、中止になることがあります。

子どもの見守りあり

離乳食・幼児食講座

詳しくは☎

日出谷子育て支援センター「ぼかぼか」 ☎789-2581

☑離乳食・幼児食について管理栄養士が進め方などを話します

☑9月9日(休) 午前10時30分～11時30分

☑日出谷子育て支援センター「ぼかぼか」

☑市内在住の6か月～2歳の子の保護者

☑10組【先着順】

☑手拭きタオル、必要な人は飲み物

☑管理栄養士

☑9月1日(火)午前9時30分から、電話、または直接、日出谷子育て支援センター「ぼかぼか」へ。

子どもの見守りあり

はじめての絵本

☑絵本に親しむきっかけづくり。絵本を通して、親子での楽しいひとときの過ごし方を話します。

☑9月18日(金) 午前10時～11時

☑駅前子育て支援センター「ほほえみ」

☑市内在住の就学前児童の保護者

☑10組【先着順】

☑手拭きタオル、必要な人は飲み物

☑尾形 初枝さん

☑9月4日(金)午前9時30分から、電話、または直接、駅前子育て支援センター「ほほえみ」へ。

詳しくは☎駅前子育て支援センター「ほほえみ」 ☎774-9979

ちびっこ消防士集まれ！

～避難訓練に参加しよう～

☑水消火器で消火訓練をします。消防車の見学や記念撮影ができます。

☑9月30日(水) 午前10時～11時

☑駅前子育て支援センター「ほほえみ」

☑市内在住の就学前児童と保護者

☑10組【先着順】

☑手拭きタオル、必要な人は飲み物

☑消防車が駐車するため、徒歩か自転車でご来ください。

☑9月14日(月)午前9時30分から、電話、または直接、駅前子育て支援センター「ほほえみ」へ。

ふらっと、おげがわ

川柳 テーマ「風」

茄子苗が烈風に耐え見事な実を結ぶ

大塚正司

十八番なり松田聖子の風たちぬ

野原清

風の盆父の学歴八尾卒

志甫敏寿

鬢付けの香り流れるパリの街

長澤伸子

エアコンの微風のように我が友は

山下恭子

夢を追う八十路の背中風が押す

小林茂之

世渡りは「柳に風」が座右の銘

有馬恭二

えらいなー夜勤だ岳寿のアルバイト

上松文雄

どれ正解？艶歌・演歌どうでもええんか 藤波五郎

作品募集中

テーマ「風」 締切日 短歌▼9月10日 (11月号)
俳句▼10月9日 (12月号)

●応募方法：1人1作品/月、作品ジャンル、名前(雅号)、住所、電話番号を記載し、メール、郵送《必着》、または直接、秘書広報課(☎788-4901)へ。

各施設からのお知らせ

坂田コミュニティセンター ☎776-9106 

イベント	とき	内容など
ミナツドイベント: ミナツド秋の卓球大会 ミナツドカップ2026 (ミナツド運営協議会)	9月12日(土) 10:00~15:00	定 大人の部▶ダブルス20組 申 電話、または直接、坂田コミュニティセンターへ。
バリアフリー映画会 武士の家計簿 ※日本語字幕と音声ガイドがついた映画	9月19日(土) 14:00~16:20	定 30人【先着順】 申 9月1日(火)午前10時から、電話、または直接、坂田コミュニティセンターへ。

響の森さいたま文学館 ☎789-1515 

内容	とき・ところ	費用・申込みなど
文学の散歩道 宮澤章二 「埼玉風物詩」の旅	9月5日(土) 14:00~15:30 (受付▶13:30) 文学ホール	定 60人【先着順】 講 宮澤 新樹さん 申 電話で、さいたま文学館へ。
企画展 生誕110周年 児童文学者・瀬田貞二のおもかげ ～自分流に子どもの本とつきあう暮らし～	9月19日(土)~ 11月23日(月・祝) 10:00~17:30 (入館受付▶17:00まで) 文学展示室	費【観覧料】一般210円、学生100円、中学生以下、または障害者手帳などを持っている人と介助者1人は無料

へに花ふさと館 ☎729-1611 

イベント	とき	内容など
6次産業 プログラム 親子 サツマイモ 掘り体験	10月11日(日) 10:00~	対 小学生以下 定 20人【先着順】※保護者同伴必須 費 1,000円(昼食のうどん付き) 持 汚れてもいい服装、長靴・シャベル・タオル・軍手 申 9月26日(土)午前9時から、直接、へに花ふさと館、または申込フォームへ。 ※電話不可 

その他▶うどん・そば打ち、陶芸、木工、書道の各教室については問い合わせてください。

響の森 市民ホール ☎789-1113 

イベント	とき	内容
桶川高等学校 吹奏楽部 第41回 定期演奏会	9月27日(日) 開場▶13:30 開演▶14:00	費 500円(全席指定) 場 桶川高等学校 ☎728-4421
ちょうちんアート展示	10月15日(木)~25日(日)	対 こどもたちが自由な発想で色付けた提灯の展示

桶川市図書館
Okegawa Public Library



中央図書館 ☎786-6353
川田谷図書館 ☎786-8846

桶川図書館 ☎771-0303
坂田図書館 ☎783-2150



9月28日(月)は市内全図書館が臨時休館します

終日、インターネットからの資料の検索・予約・利用状況の確認、電子図書館、LINE連携は利用できません。※返却はブックポストを利用してください。(CD・大型絵本・市外図書館からの取り寄せ資料は返却不可)
各図書館

Ototoでオリジナル楽器をつくろう

対 電子工作キット「Ototo」で身のまわりのものを音に変えてみよう。
時 9月27日(日)①11:00~12:00②13:00~14:00③14:30~15:30
場 おけがわメイン3階 イベントスペース
対 4歳~小学6年生 対 各回8人【先着順】 講 CANVAS
他主催▶OKEGAWA hon プラス+運営協議会
申 9月6日(日)から、電話、または直接、中央図書館へ。

小・中学生大募集 読み聞かせにチャレンジ!!

対 11月1日の「彩の国教育の日」に合わせて開催される子どもたちによる「おはなし会」で、「読み聞かせ」にチャレンジしよう。
時 読み聞かせの練習・発表
練習日▶10月18日(日)13:30~15:30(参加必須)
発表日▶10月25日(日)14:00~15:30
場 18日▶中央図書館 読書会室
25日▶おけがわメイン3階 イベントスペース
対 市内在住の小学3年生~中学3年生
定 10人【先着順】 講 読み聞かせボランティア
申 9月1日(火)~10月16日(金)に、電話、または直接、各図書館へ。※申込用紙は各図書館にあります。

各施設では、掲載した情報以外にも様々なイベントを開催しています。詳しくは、各施設HPへ。