

# お知らせ

# のページ

HP ホームページを参照

## 1 「吉田元気村」の 宿泊施設等を休業します

**休業期間** 12月30日(火)～平成27年3月31日(火)  
**問** 吉田総合支所地域振興課  
 ☎ 72-6083

## 2 1月10日は「110番の日」

埼玉県警察では、1月10日を「110番の日」として設定し、県民に110番を正しく利用していただくための広報活動を行っています。こんなときは、すぐに110番してください

- ・交通事故にあったとき
  - ・泥棒の被害にあったとき
  - ・けんかを目撃したとき
  - ・不審な人を目撃したとき
  - ・人の悲鳴を聞いたとき
- 緊急時以外のご相談は、「#9110」（同番なし）をダイヤルしてください
- ・事件・事故などで相談したいこと

- ・警察に対するの意見・要望
- ・また、言葉が話せない方が事件や事故にあったとき、警察へ緊急通報するためのFAX110番やメール110番を開設しています。

**FAX110番**

**FAX** 0120-264-110

**メール110番**

☐ <http://saitama110.jp>

**問** 秩父警察署地域課

☎ 24-0110（内線291）

## 3 芸術文化会館臨時休館

電気設備の年次点検に伴い、芸術文化会館を臨時休館します。  
**臨時休館日** 2月21日(土)  
**問** 芸術文化会館 ☎ 22-2406

## 4 2015年 農林業センサスにご協力を

平成27年2月1日現在で、すべての農林業関係者を対象に農林業の統計調査を実施します。

この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される大切な調査です。1月中旬以降、調査員が訪問し聞き取り調査を実施します。その結果、調査対象となった場合には調査票を配布し、その後回収に伺います。

調査票に記入された事項については、統計以外の目的には使用されませんので、ご協力をお願いします。

**問** 情報政策課 ☎ 22-2204

## 5 ご利用ください 入学準備金制度・奨学金制度

### ● 入学準備金

#### 申込資格

- ・市内在住の方で市税を滞納していない方

- ・大学に入学が決定（申請は入学予定で可）した学生の保護者で、入学準備金の調達が困難な方
- ・入学準備金に相当する他の費用の貸し付けを受けていない方
- ・保証人（市内在住で20歳以上60歳未満）を得られる方

**受付期間** 1月5日(月)～20日(火)  
**予定人数** 3人程度

### ● 奨学金

（武山育英資金・高山奨学資金等）

#### 申込資格

- ・保護者が市内在住の方
- ・学校長の推薦を得られる方
- ・学校に入学が決定し、または在学中で、学資の支出が困難な方
- ・奨学金に相当する他の学資の貸し付けを受けていない方
- ・保護者が市税を滞納していない方
- ・保証人（市内在住で20歳以上60歳未満）を得られる方

#### 申請書配布・受付期間

2月2日(月)～3月31日(火)

**予定人数** 各奨学金10～20人程度

※いずれの制度も無利子で貸付  
 ※詳しくは、お問い合わせていただくか、市HPをご覧ください。

**申**・**問** 教育総務課 ☎ 25-5227

広告

広告

**6 平成26年度  
赤十字社員増強運動結果報告**

納入総額 5,147,684円  
内訳

- ・各区町会からの納付金 3,385,184円
- ・特別協賛社員からの納付金 1,762,500円

皆さまからいただいた社資は、日本赤十字社の財源として大切に使われます。ご協力いただいた皆さまに、心から御礼申し上げます。  
☎ 社会福祉課 ☎ 25-5204

**7 奥むさし駅伝競走大会  
交通規制を実施**

1月25日(日)、国道299号(正丸トンネル入口～飯能市内)は交通規制となります。飯能市内へは名栗(山伏峠)へ迂回してください。  
規制時間 午前8時30分～正午  
☎ 奥むさし駅伝競走大会実行委員会事務局 ☎ 042-972-6028

**8 ちちぶ食べものがたり  
プロジェクト始動!**

県秩父地域振興センターでは、商工会議所等と連携して、「ちちぶ食べものがたり」プロジェクトを始めます。もつと行列を作りたい、多くのお客様に食べてほしいと感じている飲食店の皆さん、参加してみませんか? 審査承認された店舗は、県が積極的にP

Rします。詳しくはHPをご覧ください。2月13日(金)までにお申し込みください。

●参加希望者説明会

とき 1月15日(木)午後2時～  
ところ 秩父地方庁舎3階大会議室

☎ 申・☎ ちちぶ食べものがたり実行委員会事務局 (東町29-20、県秩父地域振興センター観光振興・産業労働担当内)  
☎ 24-11110 FAX 24-1741  
✉ mochida.masashi@pref.saitama.lg.jp

**9 高齢者・障害者のための  
成年後見無料電話相談**

とき 1月18日(日)  
午前11時～午後4時  
☎ 電話番号 (相談日当日のみ) 048-872-8055  
相談例  
・一人暮らしの今後が心配  
・遺産分割協議をしたいけど、父が認知症でどうしたらよいか  
☎ 埼玉司法書士会 ☎ 048-863-7861

**10 全国青年司法書士協議会主催  
原発事故被害全国一斉110番**

とき 2月11日(水・祝)  
午前10時～午後4時  
内容 すべての避難者を対象とした司法書士による電話相談会  
☎ 相談電話番号 (相談日当日のみ) 0120-600-167

☎ 司法書士法人和光事務所 ☎ 048-969-5511



**11 (一財)秩父市地域振興公社  
平成27年度職員募集**

職種 市の公共施設の管理運営業務  
募集人数 若干名  
採用期日 平成27年4月1日  
募集要項・応募申込書の配布 1月5日(月)から公社事務局にて配付または公社HPからダウンロード可  
☎ 応募受付期間 1月19日(月)～30日(金)  
☎ (一財)秩父市地域振興公社事務局 (温水プール内) ☎ 22-7411

**12 熊谷高等技術専門学校秩父分校  
平成27年4月入校生募集**

①電気設備管理科  
訓練期間 1年  
費用 入校試験手数料、授業料、教科書・工具・作業服代等  
②介護サービス科  
訓練期間 3か月  
費用 教科書代等  
①、②共通  
応募期日 1月7日(水)～27日(火)  
応募方法 入校願書を左記へ  
☎ 熊谷高等技術専門学校秩父分校 ☎ 22-1948

広告

# 教室・講座

## 13 NPOハート秩父によるパソコン教室・相談会

●第15回ハートエクセル教室  
とき 2月6日～27日の毎週金曜日、午前10時～正午(全4回)  
ところ ふれあいセンター  
対象 原則として、秩父郡市在住の身体障がい者および高齢者  
定員 6人  
参加費 3,500円(教材費含む)  
●ハートネットサロン  
とき 毎週火曜日午後2時～4時  
ところ ふれあいセンター  
内容 インターネット体験、相談会  
年会費 3,000円  
NPOハート秩父(IT事業部)  
今井・中畝 ☎25-11026  
HP <http://www.heart-net.or.jp/>

## 14 文化体育センターの教室

●骨盤体操&ボディストレッチ教室  
①月曜夜の部  
とき 1月26日～3月30日の月曜日、午後7時～8時30分(2月9日、3月2日・9日・16日を除く全6回)  
申込開始 1月19日(月)  
②金曜午後の部

とき 2月13日～3月20日の金曜日、午後1時30分～3時(全6回)  
申込開始 1月30日(金)  
①、②共通  
指導員 小林 里江さん  
定員 80人  
参加費 2,000円  
●キックボクササイズ教室  
とき 2月18日～3月25日の水曜日、午後7時～8時30分(全6回)  
定員 60人  
参加費 2,000円  
申込開始 2月4日(水)  
●参加費を添えて文化体育センター(☎24-4004)へ  
(午前9時～午後5時・火曜休館)  
※1月19日(月)、2月4日(水)は午後9時まで受け付け。



## 15 赤十字救急法講習会(基礎講習)

とき 3月8日(日)午前9時30分～午後3時30分  
ところ 福祉女性会館  
内容 直ちに手当が必要な人に対して、救急隊が到着するまでの手当と観察、一次救命処置(心肺蘇生・AEDを用いた除細動、気道異物除去)について学ぶ。  
講師 日本赤十字救急法指導員

対象 満15歳以上の方  
定員 30人(抽選)  
受講料 1,500円(教材費等)  
●参加費を添えて文化体育センター(☎24-4004)へ  
(午前9時～午後5時・火曜休館)  
※1月19日(月)、2月4日(水)は午後9時まで受け付け。

## 16 ブランクのある看護職の方の再就職技術講習会

県では、子育てや家族の介護等で看護職の仕事から離れている方を対象に、看護の最新の知識や技術を現場で研修し、職場復帰につなげる講習会を実施します。  
とき 2月24日(火)～26日(木)午前9時～午後4時(3日間)  
ところ 市立病院  
参加費 無料  
●参加費を添えて文化体育センター(☎24-4004)へ  
(午前9時～午後5時・火曜休館)  
※1月19日(月)、2月4日(水)は午後9時まで受け付け。

## 17 てんかんに関する総合相談会

とき 2月8日(日)午後1時～  
ところ 地場産センター5階  
内容 ①医療講演「てんかんを考える」、②医療個別相談  
講師 あらいクリニック 院長 新井 勝先生  
定員 ①100人(先着順、事前申込不要)、②10人(申込順)  
参加費 1,000円(テキスト代、協会会員は無料)  
●参加費を添えて文化体育センター(☎24-4004)へ  
(午前9時～午後5時・火曜休館)  
※1月19日(月)、2月4日(水)は午後9時まで受け付け。

## 18 いつまでも若々しくパワフルに想いの家いきいき教室

とき 2月5日(木)午後1時30分～3時30分  
ところ 高齢者想いの家(中村児童館) 集会室  
内容 「懐かしの8ミリ映画 昭和の秩父」を上映  
講師 津久井 利夫先生  
対象 60歳以上の市民(希望があれば60歳未満でも可)  
定員 30人(先着順、参加無料)  
●参加費を添えて文化体育センター(☎24-4004)へ  
(午前9時～午後5時・火曜休館)  
※1月19日(月)、2月4日(水)は午後9時まで受け付け。

## 19 秩父の郷土写真・絵画展

●作品募集  
テーマ 秩父地域を題材とした写真・絵画  
応募方法 2月14日(土)～28日(土)の午前9時～午後5時に文化体育センター(火曜日休館)へ直接持参(事前申し込み不要)  
募集要項・申込書 秩父市地域振興公社事務局(温水プール内)配布または公社HPからダウンロード可。  
●作品展示  
とき 3月12日(木)～15日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)  
ところ 文化体育センター  
●参加費を添えて文化体育センター(☎24-4004)へ  
(午前9時～午後5時・火曜休館)  
※1月19日(月)、2月4日(水)は午後9時まで受け付け。

## 20 マルビューのイベント 「color's vol.42・43」

とき vol.42…1月22日(木)、vol.43…

2月12日(木)、各回午前9時30分～午後2時30分(途中参加・退出可)

ところ 札所12番野坂寺

内容 赤ちゃんの手遊び・絵本の読み聞かせ、①ペビリートミック②ペビーマッサージ③ペビィヨガ(①～③希望制)、フリートーク等

講師 color's (市内在住ママ有志の会)

対象 1歳までの赤ちゃんともま  
定員 各回40人(申込多数の場合抽選)

参加費 各回100円～1,200円(希望する内容により変更)

持ち物 バスタオル、飲み物、赤ちゃんの着替え等

申込期限 vol.42…1月19日(月)  
vol.43…2月9日(月)

申込方法 申込書(2月9日)を  
〒231-2294、FAX 23-22988  
syogai@city.chichibu.lg.jp

## 21 平成26年度秩父市民俗芸能大会

小・中学生、高校生といった若  
い後継者による民俗芸能の公演を  
開催します。

とき 1月12日(月・祝)

午後1時30分開演

ところ 歴史文化伝承館2階ホール

出演団体

・吉田井上地区神楽こども教室  
(県指定「貴布祢神社神楽」)

・影森中学校(県指定「浦山の獅子舞」)

・黒谷獅子舞こども教室(市指定「黒谷の獅子舞」)

・花の木小学校歌舞伎クラブ(市指定「秩父歌舞伎正和会」)

入場料 無料

問い合わせ 22-2481

## 22 文化財の防火演習を開催

1月26日の「文化財防火デー」の一環として、消防署および消防団と協力して防火演習を行います。

とき 1月25日(日)午前9時～

ところ 荒川歴史民俗資料館

内容 文化財が所在する荒川歴史民俗資料館における火災発生を想定した消火訓練

問い合わせ 22-2481

## 23 第3回西武線沿線フォトコンテスト受賞作品展

豊島区、飯能市、秩父市の三市と西武鉄道で連携して沿線地域の活性化等に取り組む西武線沿線サミットを推進しています。

今年も、西武線沿線フォトコンテストを開催し、大賞をはじめとする各賞の受賞作品を展示します。

とき 1月27日(火)～2月9日(月)

午前10時～午後5時30分

ところ 西武秩父駅仲見世通り

問い合わせ 22-2823

## 24 第4回秩父市長杯ペタンク大会

競技の振興と選手間の交流のため、市内外の方々を対象としたペタンク大会を開催します。

とき 3月15日(日)午前8時受付開始(小雨決行)

ところ 荒川総合運動公園グラウンド

参加資格 市内外在住問わず1チーム3人

参加費 1人1,000円(傷害保険料、昼食代含む)

申込方法 1月30日(金)までに市民スポーツ課(スポーツ健康センター2階、☎25-5230)へ

## 25 劇団にんぎょう畑定期公演

●3歳からのらくご人形劇「たのきゅう」

とき 1月31日(土)午後7時～、2月1日(日)午後2時～

ところ 荒川農村環境改善センター

●乳幼児向け人形劇「ほほのじかん」

とき 2月1日(日)午前10時30分～

ところ 荒川農村環境改善センター

お問い合わせ 人形劇をみる会 川田 ☎090-4730-6409

劇団にんぎょう畑 ☎75-2032

## 26 第35回秩父農工科学高校演劇部自主公演

とき 2月8日(日)

【昼の部】午前10時30分～午後2

時20分(午前10時開場)  
【夜の部】午後4時～7時50分(午後3時30分開場)

ところ 皆野町文化会館

演目 「Red Boots」(秩父農工演劇部作)、「Dパーラダイム」(コイケユタカ作)

(第50回関東高校演劇研究大会出場)

入場料 前売り・電話予約500円、当日700円

駐車場 会場裏、ほか

問い合わせ 秩父農工科学高校演劇部 ☎22-3017 FAX 21-1040

※夜間は小池(☎24-0889)へ

## 27 市民スキー教室および大会

とき 2月14日(土)～15日(日)

ところ 小海リエックス・スキーバレー(長野県小海町)

参加費 大人2,240円、500円中学生以下1,190円、500円(泊2食リフト券付)

定員 40人(先着順、定員になり次第締め切り)

講師 全日本公認指導員

※級別検定あり

住所、氏名(ふりがな)、生年月日、☎を明記のうえ、FAXまたは直接持参のこと

FAX ↓黒澤 FAX 23-5902

持参 ↓新井(有限会社丸竹商店 相生町2-1-6)

問い合わせ 秩父市スキー連盟 新井 ☎22-0520

## 29 公民館のつどいを開催します!

日頃の活動成果を披露する、各公民館の教室・クラブの演技発表を行います。

**とき** 2月1日(日)  
午前10時～午後3時30分ごろ

**ところ** 歴史文化伝承館2階ホール

**問** 中央公民館 ☎22-0420

No.	予定時間	プログラム
1	10:00~10:15	開会式
2	10:20~10:35	影森公民館 三味線クラブ
3	10:35~10:50	久那公民館 獅子舞クラブ
4	10:50~11:05	大田公民館 ダンスクラブ
	11:05~11:15	休憩
5	11:15~11:30	浦山公民館 大正琴講座
6	11:30~11:45	原谷公民館 3B体操クラブ
7	11:45~12:00	大滝公民館 コーラス大滝
	12:00~13:00	昼食
8	13:00~13:15	中央公民館 軽音楽教室
9	13:15~13:30	中央公民館 女声コーラスクラブ
10	13:30~13:45	荒川公民館 荒川謡曲会
11	13:45~14:00	原谷公民館 フルトクラブ アンサンブルドゥ
	14:00~14:10	休憩
12	14:10~14:25	尾田蔦公民館 三味線クラブ
13	14:25~14:40	影森公民館 フラダンスクラブ
14	14:40~14:55	吉田公民館 ジョイハート・オカリナクラブ
15	14:55~15:10	高篠公民館 民謡クラブ
16	15:10~15:25	中央公民館 癒しのフラメンコクラブ
17	15:25~15:30	閉会式

**申請** または ☎ にて左記へ  
**問** 今井歯科クリニック

**とき** 2月22日(日)午後1時30分  
～4時30分(午後1時開場)

**ところ** 歴史文化伝承館2階ホール

**定員** 300人(先着順)

**参加費** 1,000円(当日会場にて)

日本のエネルギー自給率は4%と、海外依存率が高い。環境先進国ドイツでは、自然エネルギー率が30%を超え新たな段階に突入している。ドイツ在住のジャーナリスト村上上氏を迎えて、秩父地方のこれからのエネルギーについて考える。

28

ちちぶ市民エネルギー協議会主催  
ドイツ在住環境ジャーナリスト  
村上敦氏講演会

**とき** 1月25日(日)、2月7日(土)  
午前10時～午後2時

**内容** 氷壁と冬の中津川集落の散策。

**対象** 小学生以上、小学生は保護者同伴

**定員** 10人(先着順)

**参加費** 1人500円(昼食付)

**とき** 2月15日(日)  
午前10時～午後1時

**内容** 冬の郷土料理のおつきりこみ(煮込みうどん)を作る。

**対象** 小学生以上、小学生は保護者同伴

30 彩の国ふれあいの森

☎ 25-0255 FAX 25-0017  
ccenergy@yahoo.co.jp

**とき** 2月1日(日)  
午前10時～午後3時

**ところ** みどりの村若者センター

**定員** 20人

**参加費** 1,000円(保険料含む)

## 32 みどりの村

**ササカゴ作り**

**とき** 2月1日(日)  
午前10時～午後3時

**ところ** みどりの村若者センター

**定員** 20人

**参加費** 1,000円(保険料含む)

**とき** 2月28日(土)～3月1日(日)  
大滝げんきプラザ集合・宿泊

**ところ** 大滝げんきプラザ集合・宿泊

**内容** 燻製作り、天体観測、まじゅう作り

**対象** 幼児・小中学生とその家族

**定員** 50人(申込順)

**参加費** 小中学生3,200円位  
大人3,700円位

**問** 2月1日(日)から ☎ にて大滝げんきプラザ(☎55-0014)へ

**集合場所** 長瀬駅

**対象** 一般(参加無料)

**定員** 30人(申込順)

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月28日(土)～3月1日(日)  
大滝げんきプラザ集合・宿泊

**ところ** 大滝げんきプラザ集合・宿泊

**内容** 燻製作り、天体観測、まじゅう作り

**対象** 幼児・小中学生とその家族

**定員** 50人(申込順)

**参加費** 小中学生3,200円位  
大人3,700円位

**問** 2月1日(日)から ☎ にて大滝げんきプラザ(☎55-0014)へ

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月12日(木)  
午前10時～午後3時

**ところ** 早春の宝登山口ウバイハイク

**とき** 2月1日(日)  
午前10時～午後3時

**ところ** みどりの村若者センター

**定員** 20人

**参加費** 1,000円(保険料含む)

## 33 日帰り体験プログラム

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

**とき** 2月14日(土)午前10時～午後2時(予定)

**ところ** 名栗げんきプラザ

**内容** 埼玉県の美味しい郷土料理を作って食べる!身近な懐かしい味を堪能できるイベントです。

**対象** 一般

**定員** 50人(抽選)

**参加費** 1,000円

**問** 1月31日(土)午後5時までに、①住所、②氏名、③年齢、④連絡先(☎・FAX・携帯電話番号・☎)を ☎ にて左記へ

**問** 名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗1289-1  
☎ 042-979-1011  
FAX 042-979-1013  
☎ 042-979-1013  
naguri@tokyu-com.co.jp

テレビ埼玉のデータ放送で、秩父市からのお知らせが見られます!

地デジ3チャンネルを選択 → [dボタン] を押す → [秩父市からのお知らせ] を押す

## 36 芸術文化会館での催し

とき	内容	ところ
毎週金曜日 午前10時～正午	赤岩智恵子 『薔薇の微笑絵画教室』 ※生徒募集中	会議室 3
1月10日(土)、 2月14日(土) 午前9時～午後5時	ミル・フルールnora 河崎妙子『押し花教室』 (途中昼休みあり)	会議室 3
1月11日(日)・25日(日) 午後3時～5時	木村好一『こども絵画教室』 ※生徒募集中 (対象：幼児、小中学生)	会議室 3
1月16日(金)・23日(金)・ 31日(土)、2月8日(日) 午後1時～4時	海野俊雄 『金工教室～手作り作品～』 銀の指輪・小皿等を作ります	会議室 2・3
1月22日(木)、 2月19日(木) 午後1時～5時	福田久美子『押し花教室』	会議室 3

**休館日** 月曜日(祝日にあたる場合はその翌日)

**開館時間** 午前9時～午後5時

《各種作品展などに芸術文化会館をご利用ください》

皆さんの作品発表の場や作品制作の活動の場として、展示室・会議室の貸し出しを有料で行っています。個展、仲間展など各種作品展会場として、ぜひご利用ください。

☎芸術文化会館 ☎22-2406

## 34 炭酸まんじゅう作り教室

**とき** 2月5日(木)

午前9時30分～正午

**ところ** 荒川農村環境改善センター調理室

**定員** 20人(申込順)

**材料費** 500円

**申込** 1月19日(月)午前9時から荒川公民館(☎54-1058)へ

## 35 長瀬げんきプラザ

●おつきりこみ作りといちご狩り

**とき** 2月8日(日)

**内容** 昼食はみんなで作ったおつきりこみ、いちご狩りは長瀬町内で行います。

**対象** 家族・一般(定員20人)

**参加費** 小学生以上2,000円  
未就学児 1,200円

**申込期限** 1月27日(火)(必着)

●そば打ち体験とロウバイ見学

**とき** 2月14日(土)～15日(日)(一泊二日)

**内容** そば打ち体験と、ロウバイ見学では宝登山ハイキングに出かけます。

**参加費** 一般 5,500円  
小中学生5,000円

**対象** 家族・一般(定員20人)

**申込期限** 2月3日(火)(必着)

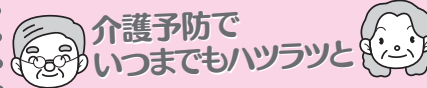
☎・☎はがき・☎・☎で長瀬

げんきプラザ(〒369-131  
2長瀬町井戸367 ☎66-01

27 ☎66-0106)へ

☒info@nagatoro-genki.com

## 地域包括支援センターだより



介護予防で  
いつまでもハツラツと

☎秩父地域包括支援センター  
☎22-2582

### 口腔ケアについて

### 「噛むこと」で認知症の予防を

#### 口腔機能とは

「口腔機能」は、人が生きていくために必要な食事や、コミュニケーションを図るための会話など、「食べる」「話す」といった行為に重要な役割を果たしています。

#### 口腔機能が低下すると

口腔の状態が悪くなり、しっかりと噛むことができなくなると、食事の量が減り、栄養状態が悪くなります。免疫力も落ちるため、感染症にもかかりやすくなります。また、口の中に食べ物が残り、不衛生な状態が続くと、誤嚥性肺炎を起しやすくなると言われています。

この様な状況が引き金となり、

活動量や認知機能の低下、閉じこもりにつながり、様々な支障が起こってきます。

#### 食べるために必要な歯の本数

「8020運動」という言葉を耳にしたことがありますか? 「8020運動」とは「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動で、20本以上の歯があれば、食生活に、ほぼ満足することができると言われています。また、8020が達成できなくても、きちんと噛むことができる、自分に合った義歯を使用することで、自分の歯が20本あるのと同程度の効果が期待できるそうです。

#### 噛むことで脳に刺激を

しっかりと噛んで食事が摂れるようになると、脳に刺激が送られ、血流が良くなるため、認知症の予防につながると言われています。

最近では、自分で通院して口腔ケアや義歯の調整を受けることができない方に対して、歯科医師や歯科衛生士が自宅を訪問してケアしてくれるところも多くなっています。お口の健康でお悩みの方は、一度相談してみてもいいかもしれません。

地域包括支援センターでは、高齢者の方を対象に介護予防事業に取り組んでいます。事業内容などにつきましては、地域包括支援センターまでお問い合わせください。