

12月の地域情報(サロン・子育てなど)

名称・会場	日 程	内 容
サロン (介護予防・健康づくり)	毎週月～金曜日 午前10時～午後4時半	ホッと安心健康相談 12/24(水) 午後1時半～3時半
	毎週月、木曜日(2部制) 午前10時～11時、11時～正午	パワーアップ体操 問合せ：252-0830
	12/8(月) 午前10時～11時半	健康相談、血圧測定、 講話、紙芝居
	高齢者ひろば 鶴瀬西交流センター	
	12/11(木) 午後1時半～3時半	令和8年3月までお休みです。(4月から再開予定)
	12/1(月) 午前10時～11時半	フレイル予防につながる体操など
子育て ・ 教養	午前9時15分～11時30分 名シ久保集会所 1・4・8・11・15・18・22・25 閑沢集会所 3・5・10・17・19・24・26	☆大きくなったかな(予約制) 12/22(月) 午前9時30分～11時 詳しくはふじみkids通信、 市ホームページをご覧ください。 問合せ：251-3005 (子育て支援センター)
	午後1時15分～4時 名シ久保集会所 1・2・4・8・9・11・15・16・ 18・22・23・25 閑沢集会所 3・5・10・17・19・24・26	
	鶴瀬西3丁目東集会所 12日(午前9時15分～11時30分、午後1時15分～4時)	
	12/9(火) 午前10時～12時 (クリスマス会)	親子で一緒に体操をしたり本 読みをしたりしましょう 親子1組100円 問合せ：090-4064-9515(川井)
	12/13(土) 午前10時～11時半	卓球、バドミントン、グラウンドゴルフ
	12/13(土) 午前10時～11時半	みんなで楽しく遊ぼう! ※詳しくは学校から配布されるチラシをご覧ください
	映画会 図書館鶴瀬西分館	らくだい魔女 フウカと闇の魔女(劇場アニメ)
おはなし会 図書館鶴瀬西分館	12/10(水)、12/21(日) 乳幼児対象：午前11時～ 幼児・小学生対象：日曜日午後3時～	絵本・紙芝居など 問合せ：252-5945

西交流センターからお知らせ

施設の臨時休館について

外壁・防水等改修工事のため、
令和7年10月27日(月)～
令和8年3月19日(木)まで
休館いたします。

※進捗状況等により延長となる
可能性があります。

休館期間中は平日午前9時～
午後5時まで事務所窓口での対
応が可能となります。なお土日
祝日、年末年始(12月29日
～1月4日)を除きます。

図書の受渡し、返却について

平日午前9時～午後5時の間、
事務所窓口にて行っています。

ロッカー・収納棚について

休館期間中はロッカー・収納
棚の荷物の出し入れができま
せんのでご了承ください。

抽選予約について

★3月分の予約の流れ★

3/20(金)～3/31(火)までの
ご利用となります。

- ①抽選予約申込期間
12/15(月)～31(水)
- ②コンピュータによる自動抽選
1/1(木)
- ③抽選結果の確認期間
1/1(木)～1/4(日)
- ④窓口受付開始
1/5(月)午前9時～
- ⑤インターネット仮予約受付開始
1/6(火)

※3/19(木)まで工事期間が延
長になるため、施設の利用が
できません。ご了承願います。

私は戦後のベビーブーム世代。周りで活躍している人も同世代が多いです。10数年前に親世代の戦前派を見守り介護し、見送り、今は戦中派と、いよいよ同世代を見守るようになります。私も高齢者サロンを開催したり、認知症予防の活動を続けてはいますが、ここにきてまず体力が落ち、頭も新しいことについていけなくなってしまった。泣き言を言わせてもうえは次世代の人に早く活躍してほしいです。

今でもフレイル予防講座を開いたり、つるせ西だよりでも他人に勧める記事を書いていますが、自分が実践しなければならないと思つ今日このごろです。

年に近い世代の皆様、歴史散歩やお祭りの参加など、一人できなければ仲間を誘つてやりませんか。健康で長生きするために。(笠原)

★★ あとがき ★★