



TOKOMACHI11

しんとこ情報館

編集・発行

新所沢まちづくりセンター

住所: 所沢市緑町1-8-3

☎: 04-2924-2955

✉: b9242955@city.tokorozawa.lg.jp

歳時記コーナー

まちづくりセンター1階にあり、季節ごとに飾り付けが変わります。
お立ち寄りの際にぜひご覧ください。

昨年の写真



町名	世帯数	人口
緑町1丁目	1,682 (+6)	3,052 (-42)
緑町2丁目	1,302 (+24)	2,112 (+14)
緑町3丁目	1,500 (+15)	3,010 (-18)
緑町4丁目	3,001 (+23)	5,672 (-21)
泉町	1,007 (+39)	1,924 (+32)
向陽町	1,231 (+9)	2,599 (-2)
青葉台	1,239 (+9)	2,526 (-26)
榎町	722 (-8)	1,418 (-21)
けやき台1丁目	1,814 (+35)	3,756 (-18)
けやき台2丁目	957 (+2)	1,990 (0)
新所沢地区全体	14,455 (+154)	28,059 (-102)

令和7年8月末日現在 ※カッコ内は前年同期比

第2・4土曜日は住民票発行等各種お手続きができます

- 開庁日: 10/11・10/25・11/8・11/22 (8:30~12:30)
 - 取扱業務: 住所異動、印鑑登録、国民健康保険・国民年金の手続、住民票・印鑑証明・戸籍謄抄本
 - 問合せ: 窓口サービスグループ (☎04-2928-8411)
- ※詳しくは、「広報ところざわ」や「市ホームページ」に掲載



10/11(土)
9~12時
単プラ

10/18(土)
9~12時
廃油

開館時
いつでも
牛乳パック

近代文学講座 ～「<新しい女>伊藤野枝の生涯自由を求めた先導者」～

婦人運動家・伊藤野枝について学びましょう

- 日 時：10月23日（木）10：00～（定員：先着100名）
- 講 師：元法政大学講師・近代文学研究者 岡野幸枝氏

申 込 10月1日から電話または窓口にて

いとう のえ 伊藤野枝とは・・・

[1895～1923] 婦人運動家。福岡県生まれ。平塚らいてうらの青鞜社に加わり、婦人解放運動に参加。無政府主義者で、夫の大杉栄らとともにアナキズム運動に従事。関東大震災直後、憲兵の甘粕正彦大尉に夫らとともに殺された。



モルック体験会

参加賞あり!! /

はじめてのモルック体験会を開催します！

体験会では、所沢市のスポーツ推進委員が1からルールやプレイ方法を教えてくれます。この機会にニュースポーツにチャレンジしてみませんか。

- 日 時：11月2日（日）受付 9：00～9：15
開会 9：30～終了予定 11：45
- 会 場：新所沢まちづくりセンター 地区体育館
- 対 象：新所沢地区在住の小学生以上（小学4年生以下は保護者1名以上の同伴で）
- 定 員：先着20名（定員になり次第締め切らせていただきます。）
- 持ち物：体育館履き、水分補給用の飲み物。動きやすい服装でご参加ください。

申 込 10月1日から10月22日までに電話または窓口にて

※スポーツ協会新所沢支部の各町会・自治会理事で、別枠で申込済みの方は、改めて申込する必要はありません。

「モルック」ってどんなスポーツ？

モルックは、フィンランド発祥のニュースポーツで、「モルック」と呼ばれる木の棒を投げて、「スキットル」と呼ばれる数字の描かれた木のピンを倒し、ピッタリ50点を目指す競技です。とても簡単なルールなので、老若男女問わず楽しめます。



会場・申込先について

講座等の会場・申込先は特別な記載がない場合、新所沢まちづくりセンター（04-2924-2955）です。申込みの受付時間は月曜・祝休日を除く8時30分から17時15分です。

さわやか体操教室・のびのび体操教室

令和 8 年 1 ～ 3 月の教室の参加者を募集します！

	さわやか体操教室	のびのび体操教室
対 象	60歳以上	どなたでも
内 容	椅子に座っての高齢者向け体操	ストレッチ、有酸素運動を取り入れた健康体操
曜 日 時 間	①水曜教室 9:30～10:45	③水曜教室 13:30～14:45
	②木曜教室 9:30～10:45	④金曜教室 9:30～10:45
定 員	各教室60名（先着順）	



各教室月2回程度開催
申込書と日程表は
11/1からまちづくり
センターで配布します

● 申込期間：11月5日(水)～11月21日(金) 火曜～日曜(月曜・祝日除く) 8時30分～17時

● 申込方法：参加申込書を記入し窓口に提出 ※①～④の中から一人1教室

報告 「夢会議2025」

新所沢まちづくり協議会 主催事業「夢会議2025」を8月9日(日)に新所沢まちづくりセンターホールで開催しました。

当日は、「新所沢のまち、どう思う?」「どうしたら新所沢はもっと住みよくなる?自分で・仲間のできることは?」をテーマとして話し合いました。

午前中に「新所沢地区のまちづくり」をテーマとした市長タウンミーティングが開催されたことも踏まえ、グループワークにより参加者38人が活発な意見交換を行いました。

お知らせ

マイナンバーカード出張受付

市民課職員がその場で写真を撮って、マイナンバーカードの申請をサポートします。この機会に申請してみませんか。

と き 11月20日(木) 10:00～12:00
13:00～15:00

と ころ 新所沢まちづくりセンター 2階学習室5・6号
申込み **3歳以上の方【要予約】**

※予約枠に限りがございます。定員に達し次第受付を終了いたしますので予めご了承ください。

持ち物 本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)

問合せ 所沢市役所市民課 マイナンバーコールセンター
平日:8:30～17:15

第2、4土曜:8:30～12:30

(第1、3、5土曜・日曜・祝日・年末年始を除く)
Tel2998-9481

子育てサロン「にっこにこ」

毎月第4火曜日

- 日 時:10月28日(火) 10:00～
- 場 所:2階 和室1号
- 対 象:乳幼児と保護者
- 申 込:不要(直接お越しください)

赤ちゃん大好きなボランティアスタッフさんがお待ちしています♪



あそびにおいで♪

みんなで一緒にお茶を飲んで、おしゃべりしませんか。

陽だまりサロン

街のえんがわ

毎月第3金曜日

- 日 時:10月17日(金) 10:00～
- 場 所:2階 学習室6号
- 会 費:100円
- 申 込:不要(直接お越しください)



児童館の愛称が トコハピ に！

10月のイベント

今年所沢市では、より児童館に親しんでもらうために愛称を募集し、投票の結果 トコハピ に決まりました！ これからも「トコハピで遊ぼう！」と誘い合って、たくさん遊びに来てくださいね♪

10月はお月見会やハロウィンなど、楽しいイベントも企画しています。ぜひご参加くださいね。

*行事の詳細については「館だより」や「ホームページ」でCheck！インスタでも情報発信しています。沢山のご参加お待ちしております！



ホームページ



Instagram



○全来館者向け

- 4日(土) おもちゃの病院、おはなし会：お月見会スペシャル
- 13日(月) 電気点検の為、13時まで休館
竹馬・フラフープタイム

- 21日(火) みどり記録会
- 25日(土) みどりこどもハロウィン

○乳幼児向け

- 1日(水)、29日(水) キッズひろば
- 6日(月)、8日(水)、15日(水) あかちゃんふれあい事業
- 21日(火) あかちゃん集まれ
- 24日(金) 親子であそぼ！ 28日(火) 子育てサロン
- 30日(木) なないろタイム 31日(金) 乳幼児ハロウィン

○小学生以上向け

- 8日、22日(水) 中高生タイム
- 25日(土) まさのりさんの工作教室
- 27日(月) かるたクラブ



図書館からのお知らせ



所沢図書館新所沢分館
Tel.04-2929-1905

児童向けイベント

おはなし会

- 10月12日(日) 11:00～
- 10月18日(土) 15:00～
- 11月 9日(日) 11:00～

親子おはなし会

- 10月10日(金) 10:30～
- 11月14日(金) 10:30～

同日10時～12時は赤ちゃんタイムです。
幼いお子様を連れての方に気兼ねなく
来ていただける時間です。
お気軽にご来館ください。



秋の読書週間イベント 新所沢分館ビンゴ

10月17日(金)～
11月30日(日)

本をかりたり、おはなし会に
参加してビンゴを目指そう！
見事ビンゴを達成すると
プレゼントがもらえるよ！

※図書館ホームページやチラシ・ポスターもご確認ください※

一般向けイベント

2025秋の読書週間イベント展示 あなたが選ぶ ファーストライン

10月30日(木)～
11月24日(月・祝)

タイトルが分からないように本を
袋に入れて、本の中に出てくる
最初の一行だけを紹介して展示を
します。どんな本に出会えるかは、
貸出をしてからの楽しみですよ。

このまちで健やかに暮らすお手伝い

新所沢地域包括支援センター
TEL.04-2937-7105 / FAX. 04-2937-7106
所沢市緑町3-12-17

ヒートショックは冬だけではなく！

～冷房、入浴、気温の寒暖差にご用心～

ヒートショックとは、急激な温度差で血圧や脈拍が大きく変化し、失神・心筋梗塞・脳梗塞などを引き起こす現象です。冬のお風呂場だけと思われがちですが、実は1年を通して注意が必要です。

今回は冬以外の季節ごとの注意点をお伝えします。

「夏」

- 冷房の効いた部屋から猛暑の屋外に出たとき
- 冷房で冷えた身体で熱いシャワーやお風呂に入る
- 冷房はなるべく冷やしすぎず屋外との差を6℃以内に

「春・秋」

- 朝晩と日中の寒暖差が大きいには特に注意
- 衣服で調節してなるべく心地よさを保つ
- 入浴の温度は季節を問わず41℃以下にする

ヒートショックを予防するポイント

- 入浴前後に必ず水分を補給する
 - 熱いお風呂で長湯をしない
 - 高血圧や心臓疾患がある方は特に注意
- ヒートショックは「冬のお風呂だけの問題ではなく、冷房の効いた夏の室内や、季節の変わり目の寒暖差でも起こります。大切なのは急な温度差をできるだけ小さくすることです。1年を通して温暖差に注意し安心・安全な毎日を過ごしましょう。

「はじめてのスマホ体験

～今日から使えるLINEの第一歩～

日時：令和7年10月16日(木)

10:00～12:00

場所：新所沢まちづくりセンター

学習室5/6号(参加費無料)

申し込み・問合せ：新所沢地域包括支援センター

TEL 04-2937-7105 (日曜以外9:30～17:00)