



## 山根荘12月の予定を お知らせします

**利用時間** 午前9時～午後4時 **休荘日** 土日祝日

### 趣味の会予定

カラオケ同好会	2日 16日	PCクラブ	2日 16日
押し花の会	2日 9日	民謡同好会	9日 23日
桜扇の会	9日 23日	太極拳	16日
声を出す会	4日 18日	手芸の会	11日 25日
身体障害者福祉会	6日 18日	吟友会	11日 25日
三味線民謡の会	5日 19日	ダンスサークル	6日 20日
年金カラオケ	20日	ゆずカラオケ	13日 27日
いっぴくの会(お茶)	20日	健康体操	11日
囲碁の会 将棋の会	4日 6日 11日 13日 18日 20日 25日 27日	健康麻雀	12日 19日 26日
		パークゴルフ	2日 9日 23日
ペタンク	16日	マレットゴルフ	13日 27日

※先月の案内でパークゴルフの大会を11月15日と表記しましたが、正しくは11月25日となります。

※行事日程などは、都合により変更する場合があります。

※趣味の会に入会を希望する人はご連絡ください。

▶**問合せ** 老人福祉センター山根荘 ☎294-5545



## 令和6年度ペタンク大会 参加者募集

ペタンクは専用のボール（ビュット）を目標物に向けて投げ合い、どちらが目標物に近いかを競う、年代を問わず楽しめるスポーツです。初心者も大歓迎です。お気軽にご参加ください。

▶**日時** 11月24日（日）午前8時～午後1時  
（受付：午前8時～ 開会式：午前8時30分～）

▶**場所** 大類グラウンド

▶**対象** 一般（小学5年生以上）

▶**料金** 無料 ▶**持ち物** 飲み物、タオルなど

▶**申込み** 11月20日（水）までに窓口、電話、またはLINEにてお申し込みください。

▶**問合せ** 教育委員会生涯学習課 ☎295-2112 ㊟523



## 電子図書館使い方講座

実際にもろやま電子図書館を使いながら、電子図書館の基本的な使い方を楽しく覚えましょう！

▶**日時** 11月20日（水）午前10時～正午

▶**場所** 東公民館会議室1・2

▶**対象** 町内在住の人

▶**定員** 20人（先着順）

▶**料金** 無料

▶**持ち物** スマホ、お持ちであれば図書館利用券（新規発行も当日受け付けます）

▶**申込み** 11月1日（金）から電話、または二次元コードよりお申し込みください。

※定員になり次第締め切ります。

▶**問合せ** 教育委員会生涯学習課 ☎295-2112 ㊟523



## 第6回 もろやま観光 フォトグランプリ開催

第6回もろやま観光フォトグランプリを開催します。詳しくは毛呂山町観光協会ホームページをご覧ください。

### ▶募集条件

- ・令和6年1月1日から令和6年12月31日までに毛呂山町内で撮影された写真で未発表のもの。
- ・デジタルカメラおよびスマートフォンで撮影された画像データ（JPEGのみ）。

※合成・編集等の加工処理された作品は不可とします。

▶**募集部門** 「流鏝馬の部」、「まつり・イベントの部」、「風景・自然の部」、「笑顔・ふれあいの部」、「ゆずの里オートキャンプ場の部」

▶**応募点数** 1人につき各部門2点まで

▶**応募方法** 令和7年1月10日（金）（必着）までに、二次元コードから「もろやま観光フォトグランプリ」専用サイトでご応募いただくか、毛呂山町観光協会事務局へCD-Rにデータを入れたものを提出しご応募ください。

▶**問合せ** 一般社団法人毛呂山町観光協会  
（〒350-0456埼玉県入間郡毛呂山町滝ノ入585）  
☎250-8143 ✉moroyamakanko@gmail.com



## ～ウィズもろやま 11月の催し物～

### 硬いカラダの柔軟性を高めるヨガ講座

硬いカラダは動きにくさのみならずコリ、疲れ、滞り、冷え、歪みなどの不調の原因にもなります。柔軟性を高める正しい方法を知り、しなやかで柔らかなカラダを手に入れて日々を健やかに過ごしましょう。

▶日時 11月6日(水)、11日(月)、18日(月)、20日(水)、27日(水)

各回午前10時～正午

▶定員 各回20人(先着順)

▶講師 佐成千佳さん

▶料金 1,500円(1回あたり)

▶持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり)

### 2台ピアノとプッチーニに乾杯(ミュージックファウンデーション結成25周年コンサート/ウィズもろやま共催事業)

ピアノ2台で耳慣れた曲を演奏します。またプッチーニのオペラアリアをメンバーの美しい歌声でお送りします。イタリアから帰国した大附仁美さんのアリアは圧巻! 午後のひと時をご一緒に。

▶日時 11月10日(日)

開場午後1時30分、開演午後2時

▶奏者 ミュージックファウンデーションメンバー他

▶料金 1,000円(中学生以下無料)

▶チケット販売所 ウィズもろやま、柴崎皮膚科医院、ブックランド・エル(当日券あり)

### ウィズもろやまのホールで歌おう

自分の声質を知って、ボイストレーニングを始めてみましょう。歌う喜びを感じたり、ストレス発散、顔のリフトアップにもおすすめです。

▶日時 11月18日(月) 午前10時～11時

▶定員 10人(先着順) ▶講師 西澤真奈美さん

▶料金 500円

▶持ち物 フェイスタオル、飲み物、手鏡(任意)

### 葉脈標本をつくろう

ヒイラギの葉っぱで葉脈標本を作り、小さな松ぼっくりのツリーを添えて、クリスマスのイメージのフレームに仕上げます。

▶日時 11月24日(日) 午後1時～2時

▶定員 10人(先着順)

▶料金 1,000円

### マタニティ・産後ヨガ講座

ヨガで痛みや不調、悩みや不安を解消して健やかに赤ちゃんとの日々を楽しみましょう。産前、産後の心・身体のケア、体づくり、リフレッシュにもおすすめです。

▶日時 11月25日(月) 午前10時～正午

▶定員 15人(先着順) ▶講師 佐成千佳さん

▶料金 1,500円

▶持ち物 バスタオル、フェイスタオル、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり)

▶対象 妊娠16週以降のマタニティの人、産後6週以降のママとハイハイまでの赤ちゃん、検診で運動許可が出ている人

#### 【共通事項】

▶場所 ウィズもろやま ▶申込み それぞれ開催日前日までに、ウィズもろやまにお申し込みください。

▶問合せ ウィズもろやま ☎295-3111



## 第58回黒山・鎌北湖駅伝大会を開催します

「黒山・鎌北湖駅伝大会」が開催されます。選手がお近くを通過する際には、皆様のご声援をお願いします。

▶日時 12月1日(日) 午前9時30分スタート

▶コース 毛呂山総合公園(9時30分スタート) ⇒ 鎌北湖第2駐車場(9時40分) ⇒ 協立ラミネート(株)前(9時50分) ⇒ 埼玉医科大学前(9時55分) ⇒ ベルク毛呂山店前(9時58分) ⇒ 越生町役場前(10時5分) ⇒ 大満八幡神社前 ⇒ 黒山(折返し) ⇒ 大満農村広場前 ⇒ 越生町中央公民館駐車場(ゴール10時35分)

※( )内は先頭ランナーの通過予定時刻です。

※当日は一時的に通行止め、交通規制を行うため混雑が予想されます。ご理解、ご協力をお願いします。

▶問合せ 毛呂山町スポーツ協会事務局(教育委員会生涯学習課) ☎295-2112⑨522・523



## 土器作り教室を開催します

毛呂山町で見つかる大昔の縄文土器について学びながら、土器作りを体験します。

▶日時 1回目/12月7日(土) 午前9時~正午  
2回目/令和7年1月18日(土)  
午前9時~午後4時

▶内容 1回目/縄文土器を学び、縄文土器を作ろう  
2回目/土器を焼こう

▶場所 歴史民俗資料館

▶対象 中学生以上で、1・2回目どちらも参加できる人

▶講師 歴史民俗資料館職員

▶定員 20人(先着順)

▶料金 無料

▶持ち物 飲み物、タオルなどのお手拭き

▶申込み 11月10日(日)から歴史民俗資料館に電話でお申し込みください。

▶問合せ 歴史民俗資料館 ☎295-8282



## 生活の困りごとをご相談ください

失業、借金、病気など経済的に困っている人、ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。専門の相談支援員と一緒に考え、お手伝いします。

※相談は無料です。

### ▶主な支援内容

- ・各種支援制度、相談窓口の案内
- ・行政、医療機関等との連絡調整、手続き支援
- ・家計の立て直しや債務整理等についてのサポート
- ・ハローワークへの同行等の就労支援

▶日時 月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く)  
午前8時30分~午後5時

▶場所 毛呂山町社会福祉協議会内  
(川角303-3)

▶料金 無料

▶申込み 不要

▶問合せ アスポーツ相談支援センター埼玉西部毛呂山出張所 ☎080-2274-1445 FAX295-0603



11月は『いじめ撲滅**ぼくめつ**強調月間』です

埼玉県では、11月を「いじめ撲滅強調月間」と定め、いじめ問題の根絶に取り組んでいます。いじめを受けていたり、いじめに気が付いたりしたら、一人で悩まず相談・通報してください。

▶**彩の国 よりそみんなの電話・メール教育相談**  
(埼玉県立総合教育センター)

(24時間365日対応) 18歳以下の子ども専用(無料)  
相談電話番号 #7300 または 0120-86-3192  
保護者用 048-556-0874  
Eメール相談 soudan@spec.ed.jp



▶**いじめ通報窓口** (埼玉県教育委員会)

いじめの情報提供を受けることが目的であり相談に対する返信は行いません。通報された情報は学校に提供します。学校はあなたが送信したことが分からないように調査・対応します。



▶**埼玉県警察少年サポートセンター** (月～金 (祝日・年末年始を除く) / 午前8時30分～午後5時15分)  
相談電話番号 (少年用) 048-861-1152  
相談電話番号 (保護者用) 048-865-4152

▶**子どもスマイルネット** (毎日 (祝日・年末年始を除く) / 午前10時30分～午後6時)  
相談電話番号 ☎048-822-7007



▶**埼玉いのちの電話** (24時間365日対応)  
相談電話番号 048-645-4343



▶**さいたまチャイルドライン**  
(毎日 / 午後4時～9時)

18歳以下の子ども専用相談電話番号 0120-99-7777(無料)

▶**こころの健康相談統一ダイヤル** (24時間365日対応)  
相談電話番号 0570-064-556

▶**埼玉県こころの電話** (埼玉県立精神保健福祉センター)  
(平日 (土・日・祝日・年末年始を除く) / 午前9時～午後5時)  
相談電話番号 048-723-1447

▶**埼玉県SNS相談こころのサポート@埼玉**  
(毎日 / 午後7時～11時 (受付は終了30分前まで))



▶**子どもの人権110番** (さいたま地方法務局)  
(平日 (祝日・年末年始を除く) / 午前8時30分～午後5時15分)  
相談電話番号 0120-007-110 (無料)

▶**問合せ** 埼玉県県民生活部青少年課  
☎048-830-2907



みんなで手話を覚えよう

災害・緊急時の手話

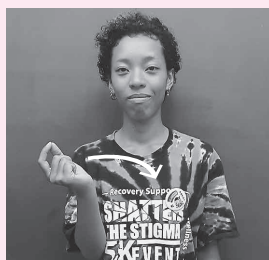
手話が身近な言語になるよう、日常生活で使える簡単な手話を紹介します。皆さんも手話で話してみませんか？

■救急車

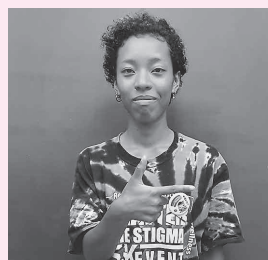


右手首をクルクルひねる  
(赤色灯の様子)

■早く



右手の親指と人差し指  
をくっつけて、



パツと離しながら左に  
動かす

■お願いします



右手を顔の前に立て  
軽く頭を下げる

※このコーナーは毛呂山町聴力障害者会、毛呂山手話サークル、手話サロン虹の協力により作成しています。

▶**問合せ** 役場福祉課障害福祉係 ☎295-2112①113・114・115・116