

## みんなの伝言板

### 朗読会「窓」のメンバーを募集します

図書館や小学校での、小説の朗読や絵本の読み聞かせなどを一緒に楽しみませんか。  
**活動日時**：毎週火曜日 午前10時から正午まで  
**活動場所**：町立図書館 **申込**：8月末まで下記までお申し込みください。  
**問合せ**：朗読会「窓」代表 野本 ☎ 296-4189

### 埼玉土建「住宅相談会」を行います

新築からリフォーム、小さな工事でも、家のことなら地元建築プロが親切・丁寧に相談を承ります。安心してお任せください。※事前予約をお願いします。  
**日時**：6月13日(日) 午前10時～正午(受付は午前11時30分まで) **内容**：オンラインを活用した住宅相談会 **申込**：埼玉土建比企西部支部(☎ 0493-66-1120)または右記QRコード(LINEページ)からお申し込みください。



## 楽しくちりめん細工をはじめませんか？ ちりめん細工教室参加者募集中

5月1日にオープンした泉井交流体験エリアで、初心者向けのちりめん細工教室を行います。半日(3時間)程度で完成する夏野菜(茄子)の小物を、伝統手芸のちりめん細工で作ります。

材料の裁断や用意などの準備は主催者で行います。面倒な準備はなく、講師が丁寧に指導しますのでぜひご参加ください。

**日時** 7月12日(月) 午前9時～正午  
**場所** 鳩山町泉井交流体験エリア  
**受講料** 800円  
**定員** 10人(定員になり次第受付を終了)  
**持ち物** 裁縫セット(針と糸(黒色))  
**主催・申込・問合せ** 6月15日(火)から7月5日(月)の期間に、鳩山町泉井交流体験エリア事務所(☎ 298-8899)にお申し込みください。

# 余暇よか Days

趣味や学びの情報便

## 令和3年度 夏休みに親子で参加 「彩の国資源循環工場」見学会

彩の国資源循環工場(リサイクル施設)などを親子で見学して、夏休みの宿題の参考にしてみてはいかがでしょうか。  
**対象** 小学生及び中学生とその保護者(子どものみ参加不可)  
**日時** 8月3日(火) [1回目]午前9時30分～正午 [2回目]午後1時30分～4時  
**内容** 廃棄物最終処分場、彩の国資源循環工場、メガソーラー施設(大規模太陽光発電施設)を見学(雨天決行)  
**参加費** 無料  
**定員** 各回20人(応募者多数の場合は抽選)  
**申込** 7月13日(火)までに、希望回、子ども・保護者の住所、氏名(ふりがな)、学年・年齢、電話番号をはがきに記入し、下記問合せ先まで郵送してください(消印有効)。  
 ※新型コロナウイルス感染拡大状況により中止・延期等となる場合があります。  
**送付先・問合せ** 〒369-1223 埼玉県大里郡寄居町大字三ヶ山368 埼玉県環境整備センター 管理運営担当(夏休み親子見学会係) ☎ 048-581-4070

6月・7月上旬の  
 公民館・図書館 **休館日**  
 【公民館】6月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)・7月5日(月)  
 【図書館】6月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)・30日(水)・7月5日(月)

## 埼玉県平和資料館からのお知らせ

施設内の各イベントをご紹介します。  
**◆長女が読む現代詩人「吉野 弘」と朗読に寄り添うギター伴奏**  
 詩人「吉野 弘」の戦後50年にわたる詩の中から、代表作をギターの音色にあわせて朗読する会を行います。  
**日時** 6月27日(日) 午後2時～4時  
**場所** 埼玉県平和資料館講堂  
**定員** 先着80人(入場料無料)  
**◆ピースコンサート**  
 埼玉県出身のアーティスト「青春バンドCHELSEA」による懐かしの歌謡曲の演奏会を行います。  
**日時** 7月4日(日) 午後2時～4時  
**場所** 埼玉県平和資料館講堂  
**定員** 先着80人(入場料無料)  
**問合せ** 埼玉県平和資料館 ☎ 0493-35-4111

## マルシェイベント下等案内

## 自然素材でつくった Vegan & アレルギー対応のお菓子 「ぶらんぼ」の試食販売会を行います



「ぶらんぼ」は、健康志向の方におすすめの、マフィンに似たお菓子です。右記の日程で試食販売会を行いますので、ぜひお越しください。

いますので、ぜひお越しください。  
**日時** 6月10日(木) 午前10時～11時30分  
**場所** 鳩山町コミュニティ・マルシェ

**◆6月日替わりランチのお知らせ**  
 鳩山町コミュニティ・マルシェでは、新型コロナウイルス感染対策を行いながら、右記の日程で日替わりランチを行っています。テイクアウトもできますので、ぜひご利用ください。  
 ※一部テイクアウトができないメニューもあります。  
 ※メニューの内容が変更になる場合があります。



**場所・問合せ** 鳩山町コミュニティ・マルシェ ☎ 272-7528 (日・祝日を除く。午前9時～午後5時)

鳩山町コミュニティ・マルシェ

### 【6月】日替わりランチカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		ポルトガルサンド	焼きおこわと野菜	ポークビッダカレー	油揚げの卵肉巻きと野菜のプレート	季節の野菜ランチプレート
6	7	8	9	10	11	12
休館日	焼きおこわと野菜のプレート	ライスコロッセッタとキッシュランチ	野菜たっぷり丼	野菜たっぷり丼	野菜たっぷり丼	焼きおこわと野菜
13	14	15	16	17	18	19
休館日	焼きおこわと野菜のプレート	ポルトガルサンド	焼きおこわと野菜	ポークビッダカレー	油揚げの卵肉巻きと野菜のプレート	大塚おみね
20	21	22	23	24	25	26
休館日	焼きおこわと野菜のプレート	ライスコロッセッタとキッシュランチ	野菜たっぷり丼	野菜たっぷり丼	野菜たっぷり丼	ポルトガルカレー
27	28	29	30			
休館日	焼きおこわと野菜のプレート	ライスコロッセッタとキッシュランチ	野菜たっぷり丼	野菜たっぷり丼	野菜たっぷり丼	

## 国営武蔵丘陵森林公園 見ごろのお花 ご案内

梅雨どきの花といえばアジサイ。彫刻広場では、さまざまな彫刻作品に寄り添うアジサイをお楽しみいただけます。溪流広場では流れ沿いに広がるアジサイが、植物園展示棟周辺では白いアナベルが、見ごろになります。  
 神秘的なギンリョウソウは、半透明な姿がキノコのようにですが、葉緑素のない腐生植物で花も咲かせます。あざみくぼ沼や泥沼で100輪ほどが見られます。  
 ※開園状況は公園ホームページをご確認ください。  
**開園時間** 午前9時30分～午後5時  
**入園料** 高校生以上450円、65歳以上210円、小・中学生無料 ※駐車場別別途(普通車650円/1日)  
**問合せ** 同園管理センター ☎ 0493-57-2111

## 耳より情報

**障害年金講演会・個別相談会**  
**日時**：【講演会】6月20日(日)午後1時30分～2時20分 【個別相談会】6月20日(日)午後2時30分～3時30分 **場所**：町ふれあいセンター 302会議室 **対象**：障がい(身体・精神)をお持ちの方とその家族、障がいに関心のある方 **講師・相談員**：社会保険労務士(年金サポーター会会員) **参加費**：無料 **その他**：個別相談会は申込順でお受けします。  
**問合せ**：渡部 ☎ 04-2949-1507



## 男女共同参画パネル展を開催します

町では、町民の皆さまに男女共同参画について感心を高め、理解を深めていただくことを目的として、「男女共同参画パネル展」を行います。

ご来庁の際は、ぜひご覧ください。

### 展示内容 「ドメスティック・バイオレンス」

ドメスティック・バイオレンス (DV) とはどのようなことか、どんな問題があるのかなどについて、イラストやグラフを使って分かりやすく説明しています。

「知っていますか?デートDV」

平成 24 年 11 月に埼玉県男女共同参画課が作成した「知っていますか?デートDV- 素敵な関係を作る大事な約束 -」をパネル化したものです。デート DV とは何か? を若者向けにマンガを使い分かりやすく説明しています。

**展示期間** 6月17日(木)～23日(水) 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日は除く)

**会場** 役場1階ロビー

**問合せ** 役場総務課 ☎296-1214

認知症  
普及  
啓発コラム

## 認知症検診フォローアップ事業講演会×鳩山町運動・スポーツ習慣化促進事業 認知症予防を学ぼう《脳科学者編》 講師の回答を紹介します③

3回にわたり講演会「認知症予防を学ぼう《脳科学者編》」での参加者からのご質問への回答を紹介してきましたが、今回はウォーキングを行うのに良

い時間について紹介します。講師は引き続き日本医療科学大学准教授の鈴木研太先生です。

**問合せ** 町地域包括支援センター ☎296-7700

**Q** ウォーキングを行う時間は、いつが良いでしょうか?



**A** ウォーキングをする時間は、自分にとって継続できる時間であれば基本的にはいつでも良いですが、夏の日中や冬の早朝など、暑すぎる時間や寒すぎる時間は避けた方が良いでしょう。また、起きてすぐや食べてすぐ、就寝前は、体に負担となるので避けてください。時間による効果の違いは、朝のウォーキングは、体温を上昇させるので基礎代謝をあげ、朝日を浴びることで体内時計をリセットして生活リズムを整えると言われていました。夕方のウォーキングは、体温が上がっているので効果が高く、夜の睡眠を促すと言われていました。ただし、夕方から夜間は暗いので、交通事故などに十分注意してください。基本的にはどの時間でも効果がありますので、負担にならず継続できる自分に合った時間で行うのが一番良いと思います。

## みんなの伝言板



### 花菖蒲が見ごろを迎えます

初夏の風に揺れる、あでやかな花菖蒲約 500 株が見られる季節がやってきます。清楚な花の魅力を堪能できる散歩道を、ぜひ散策してみてください。

**見頃時期**：6月1日～10日頃(開花状況によっては時期が前後する可能性があります。) **主催・場所**：

柳澤菖蒲園(鳩山町石坂 1107-1 付近。入園無料。周辺に駐車場・トイレはありません。また菖蒲園への道は道幅が狭いため、お車でのお越しはご遠慮ください) **問合せ**：柳澤菖蒲園 柳澤会長 ☎090-9954-8287



▲花菖蒲(昨年のももの)