

# 大滝公民館だより



秩父市大滝公民館 秩父市大滝4058

Tel 55-0033 Fax 55-0911

令和5年7月1日現在の**大滝地域の人口**

人 口			世帯数
男	女	合 計	
249	289	538	302



寒蝉鳴く〔ひぐらしなく〕・・・カナカナ とひぐらしが鳴くころ。  
朝夕に鳴く声が涼を感じさせるひぐらし。夕暮れの薄闇に、林から消え入るように聞こえてくると、夏の終わり、秋の訪れを知らされるようです。

## 栃餅づくり教室(全3回)参加者募集

栃餅づくり教室を今年も開催します。チャレンジしてみませんか。

- 【日 時】 1回目 9月29日(金) 9時30分～正午  
2回目 10月31日(火) 10時～正午  
3回目 11月7日(火) 9時～正午(文化展開催中)

【講 師】 小河 敏夫先生

【定 員】 15名(原則3回参加できる方・定員になり次第締め切り)

【参加費】 1,000円(講座当日集金)

栃の実を入手できる方は、お持ちいただけると大変助かります。

【申込み】 令和5年8月10日(木) 午前9時から電話で受け付けます。

先着順で、定員になり次第締め切ります。

大滝公民館 電話 55-0033

### 第1回

(日 時) 9月29日(金)  
9時30分～正午

(場 所) 大滝体育館東側

(内 容) \* 栃餅づくり全般について講義

\* 栃の実の皮むき

\* 天日乾燥段取り

(持ち物) \* 作業のできる服装

\* 手袋・金づち・メガネ

(液はね防除用)・エ

プロン・マスク・帽子

飲み物

### 第2回

(日 時) 10月31日(火)  
10時～正午

(場 所) 大滝公民館

1 階 調理室

(内 容) \* 栃の実の灰汁抜き

\* 灰汁抜きのポイント

(持ち物) \* ビニール手袋

\* エプロン・マスク

帽子・飲み物

### 第3回

(日 時) 11月7日(火)  
9時～正午

(場 所) 大滝公民館

1 階 調理室

(内 容) \* 灰汁につけてある  
栃の実を洗う作業

\* 餅つき

\* 感想、講評

(持ち物) \* ビニール手袋

\* エプロン・マスク

帽子・飲み物



「菊づくり教室」実施できました!!  
秋には数多くの菊の花が咲きますように！7月13日(木)



菊苗の嫁入り



尾田蒔菊花愛好会の辺見さんと設楽さん



3本立ての仕方を真剣な眼差しで！



大きな鉢に植替え、土と肥料はこのくらいです。



高さはいいかな？しっかりと土を押さえて！

菊苗をしっかり植えて、秋には立派な花をつけることを楽しんで育てましょう。



健康教室開催 「骨粗鬆症」について

その腰、痛みますか？

自治医科大学 学生

将来、診療所、市立病院、小鹿野中央病院などに勤める医師の卵である自治医科大学の医学生が、健康教室を開きます。

地域のみなさまと交流できる貴重な機会であり、普段気になっていることなど質問し解決してみましょう。

【日時】 令和5年8月22日(火)・24日(木) 午後1時～2時 どちらかに参加！

【会場】 大滝公民館 3階 活動室2 エレベーター利用可能  
送迎の必要な方は、診療所へご連絡ください。

【お問合せ】 大滝国保診療所 電話 55-0341

ひとりでも  
多くの方のご参加  
をお待ちしています。



クマに注意！



秩父地域にクマの目撃情報が多く寄せられています。

外出する際は、十分に注意し、発見した際は近寄らず、身の安全を最優先にしてください。

クマと遭遇したら！

目を合わせずにクマの方を向きながら、背中を見せないようにして静かに後ずさりし、その場から離れましょう。

交通事故防止

道路横断中、交通ルールを守って事故を防ぎましょう。

【歩行者】…安全に道路を渡ろう  
道路横断は、左右確認！  
横断禁止場所での横断はダメ！  
車の直前・直後の横断禁止！  
斜め横断禁止！

【ドライバー】  
おもいやり運転  
歩行者優先



ストレッチ体操サークルに参加してみませんか！

「ストレッチ体操」と「エアロビクス」で楽しく運動！

9月21日・10月5日・11月9日

12月7日の全4回木曜日

(時間):午前10時半～11時半

(持ち物):ヨガマット、タオル

飲み物

(参加費):1回につき、おおよそ

1000円位かかります。

