

いもっこ体操

住民代表と町内医療機関の協力によって、体の基礎となる筋肉を落とさないように考えられた体操です。どなたでも参加できます。

- ※ 1会場や天候の都合により急遽お休みになる場合があります。
- ※ 2 藤久保5区の会場は、第2集会所の改修工事中(8月～11月予定)は、第3集会所で実施します。
- ※ 3 藤久保公民館は会場の都合で、13:30～15:00の開催となることがあります。詳細は担当までお問合せください。
- ※ 4 体調不良の場合は参加をご遠慮ください。

会場	日程	時間
藤久保第1区第2集会所	第1月曜日	10:00～12:00
藤久保第2区集会所	第4水曜日	10:00～11:30
藤久保第5区第2集会所※2	第2月曜日	10:00～11:30
北永井第3区第1集会所	第1火曜日	13:30～15:30
上富第1区第1集会所	第1水曜日	10:00～11:00
藤久保公民館※3	第2・4火曜日	10:00～11:30
中央公民館	第1水曜日	10:00～11:30
竹間沢公民館	第4月曜日	10:00～11:30

- ▶ **料金** 無料 ▶ **対象** 概ね65歳以上の住民
- ▶ **定員** 各会場の定員

骨コツ運動 ～折れない骨の作り方～



申し込みフォーム
ここからアクセス

あなたの骨は大丈夫？

介護が必要になった原因の第3位は骨折・転倒です。骨折を予防する方法について、健康運動指導士による運動体験と保健師による骨・生活習慣病予防のミニ講座(健康長寿サポーター)を実施します。お気軽に参加してください。

- ▶ **日時** 11/27 (水) 9:30～11:30
- ▶ **場所** 藤久保公民館 ホール
- ▶ **料金** 無料
- ▶ **対象** 20歳以上の住民
- ▶ **定員** 100人
- ▶ **申込み** 11月20日(水)までに窓口・電話・FAX・メール・上記二次元コードで①骨コツ運動②名前③生年月日④住所⑤電話番号を伝えて申し込み。



ケアラー 月間特集

はじめての認知症介護教室

家族が認知症と診断されたが、これから何をどうしたらいいのだろう? 認知症と上手に付き合うために必要な知識や認知症介護に関する情報を3日間コースでお伝えします。

- ▶ **日時**
11/20 (水): 認知症の基礎知識とケア方法
11/27 (水): 介護保険制度や社会資源について
12/4 (水): 同じ思いの仲間と話そう 各日 14:00～16:30
- ▶ **場所** 認知症サポートセンター(藤久保27-9)
- ▶ **対象** 最近認知症と診断され、不安や悩みがあるご家族
- ▶ **定員** 15人
- ▶ **申込み** 下記窓口・電話・FAXで①名前②連絡先③住所を伝えて申し込み。
申込み先: 認知症サポートセンター
☎ 259-2525 FAX 274-3366

よりよい医療・介護サービスを受けるために ～医療・介護従事者と上手に付き合うポイント～

医療・介護従事者が安心して働ける環境をつくることは、よりよいサービスにつながります。安心して働ける環境をつくるため、三芳町・富士見市・ふじみ野市の医療・介護関係者と協力して、ハラスメント防止のためのチラシを作成しました。利用者、家族と医療・介護従事者がお互いに尊重し合い、信頼関係を築くことで、安心して医療・介護を受けられるまちをつくりましょう。



チラシはコチラから確認できます。



下記のイベント会場は全て中央図書館

申込みは中央図書館へ。

としょかん・クリスマス会

人形うた・大型絵本・パネルシアター・ストーリーテリングなど。楽しく本を紹介します。

5歳～小学生の部 ※①と②は同じ内容

12月14日(土) ① 10:15～11:15 (受付 10:00～)
② 13:30～14:30 (受付 13:15～)

2～4歳の部 (保護者同伴) ※③と④は同じ内容

12月15日(日) ③ 10:15～10:50 (受付 10:00～)
④ 11:15～11:50 (受付 11:00～)

- ▶ **会場**: 中央図書館 視聴覚室
- ▶ **定員**: 各回 40人
- ▶ **申込み**: 11/13 (水) 10:00 から受付開始。※電話可(開館日のみ)。



※写真は過去のクリスマス会の様子。

マイナンバーカードによる資料の貸出

マイナンバーカードによる図書館資料の貸出ができるようになりました。マイナンバーカードでの貸出を希望する方は事前に手続きが必要です。詳しくは中央図書館まで。

図書館だより



中央図書館 ☎ 258-6464
開館時間 / 10:00～19:00 (土・日・祝 18:00 まで)
休館日 / 毎週月曜日・月末(土・日除く)
竹間沢分館 ☎ 274-1722
開館時間 / 11:00～18:00
休館日 / 毎週月曜日・月末(土・日除く)
配本所(中央公民館内) ☎ 258-0050
開館時間 / 9:00～22:00
休館日 / 原則第1月曜日(中央公民館休館日)

《秋を楽しもう》にまつわる本 別置紹介中



児童書

『ハンカチの上の花畑』
安房直子/著
岩淵慶造/絵
あかね書房 1973年2月発行
請求記号 913ア

つぶれた酒蔵にあてた手紙を届けに行った郵便屋は、その老婆から酒を振舞われる。空っぽの壺とハンカチを使い、特別な方法で作る菊酒だ。彼はある約束をして酒ができる壺を預かったが……。現実と不思議な世界が交錯し人間の性をも描く物語。挿絵も魅力的。

みよし歴史探訪

文化財保護課 ☎ 258-6655

れきしとくらし 第三十二回 本村南遺跡その①

本村南遺跡は、歴史民俗資料館の前の道を東に下った先にある、竹間沢字南側の泉蔵院付近一帯に広がる遺跡です(図1)。昭和58年に実施された最初の発掘調査以降、これまでに計13地点で開発に伴う発掘調査が行われ、縄文・中世の遺構・遺物が確認されています。

三芳と稲作について

竹間沢東地区は、柳瀬川の左岸に位置し、今から約55年前まで三芳で唯一の水田が広がっていました。竹間沢で行われていた稲作は、検地帳などの古文書の記録では、江戸時代までさかのぼって確認できますが、実際には弥生時代から稲作が行われていたと思われる。その証拠として、発掘調査が



▲図1: 本村南遺跡位置図

行われた地点のひとつで、イネ類の粉跡がある弥生土器の底部片が発見されています(図2)。土器を作る途中で、表面に粉が付着し、そのまま土器が焼かれたことにより、粉は燃えてなくなってしまうのですが、その跡は残されたというものです。手のひらに収まるサイズの土器片に残る数ミリの跡によって、三芳で行われていた稲作がいつから行われていたかを知ることができた、大変貴重な資料です。この他にも、本村南遺跡では、弥生時代後期の竪穴住居跡やV字型の溝跡、方形周溝墓と呼ばれる溝で囲まれた墓などが発見されています。



▲図2: 粉跡のついた弥生土器片

次号では、方形周溝墓とそこから出土した土器などについて紹介します。

▼ 休日・夜間・小児時間外診療・救急病院

施設名	休日急患診療所	イムス富士見総合病院 (入院等が必要な救急小児)
所在地	☎ 264-9592 (ふじみ野市駒林元町 3-1-20)	☎ 251-3060 (富士見市鶴馬 1967-1)
診療日	日曜・祝日・年末年始	月・木曜
診療時間	9:00～12:00/13:00～16:00/19:00～21:00	月・木が平日▶ 18:00～翌 8:00/ 月・木が祝日▶ 8:00～翌 8:00

▼ 救急病院

イムス三芳総合病院	ふじみの救急病院	三芳野病院
☎ 258-2323 (藤久保 974-3)	☎ 274-7666 (北永井 997-5)	☎ 259-3333 (北永井 890-6)

24時間体制で受付中
困ったときの医療機関案内 ▶ 埼玉県救急電話 ☎ # 7119 (IP 電話は 048-824-4199)
埼玉県 AI 救急相談 (チャット形式。右記二次元コードから) ▶



24時間対応
県 AI 救急相談は
ここからアクセス