

# パレット通信

10月号(第417号) 令和5年10月1日発行

発行/南越谷地区センター・公民館 〒343-0845 越谷市南越谷4-21-1  
電話: 990-1200 FAX985-3721



※上記QRコードから  
カラーでご覧になれます。  
(市ホームページ)

第  
25  
回

## 南越谷地区フェスティバル

地域のまつりを  
楽しもう!

【11月19日(日) 午前9時30分～午後2時】

作品展示、活動PR  
模擬店、ステージ発表  
体験コーナー

など様々なコーナーを企画予定です

遊びに  
きてね~!

今年もやります!

### スポーツ ミニフェスタ

- キックターゲット
- ストラックアウト
- グラウンドゴルフ など



ドキドキの  
福引き☆

金管バンドと  
パトンの演舞



その他楽しいイベント  
盛りだくさん!!

【会場】南越谷地区センター・公民館並びに南越谷小学校校庭・体育館の一部  
【主催】まちづくり4団体(公運協・自治連・スポレク・コミ協)  
【問合せ】南越谷地区センター・公民館 Tel.990-1200



フェスティバルで実施する以下の募集を受付いたします

### フリーマーケット 参加者募集!

【時間】午前10時～午後2時30分 【場所】南越谷地区センター・駐車場  
【参加対象】南越谷地区在住者 【参加店舗数】10店舗  
【協賛金】600円※売上金は出店者が受け取りますが、600円の協賛金を頂戴いたします  
【申込み】10月7日(土)午前9時～午前9時30分にて南越谷地区センター窓口で受付  
※申込多数の場合、抽選を行います

### コミ協バザー 扱出たがいま受付中!

【受付】南越谷地区センター窓口にて午前8時30分～午後5時15分まで  
※受付最終日は11月18日(土)までとさせていただきます。

《扱出品について》

- ・バザーで一般的に販売できる品物 ・食料品は賞味期限の切れていないもの
- ・原則未使用 ・古着は汚れや傷が極力ないもの ・古本はOK

皆様のご協力、  
お願いいたします



# 生涯いきいきサロン

- 【日 時】 11月7日(火) 午後1時30分～午後3時30分  
【会 場】 南越谷地区センター・公民館 1階 和室 【参加費】 100円  
【対 象】 南越谷地区在住 60歳以上の方 25名(電話受付先着順)  
【内 容】 食べ物でできる病気予防  
【講 師】 新越谷病院 管理栄養士 <sup>みのわだ</sup> <sup>のりこ</sup> 祝子 氏  
【申込み】 10月4日(水)9時から電話申込み 南越谷地区センター・公民館 Tel990-1200



# 木目込み人形作り講習会 干支(辰)

- 【日 時】 12月5日(火) 午前10時～午後5時  
【会 場】 南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール  
【講 師】 木目込み人形クラブ 遠藤 翠 氏、山田 翠子 氏、三上 芳子 氏  
【対 象】 市内在住・在勤の成人の方 20名程度  
【材料費】 2,500円(受付時に徴収します)  
【申込み】 11月9日(木)午前9時から9時15分に南越谷地区センター・公民館  
窓口にて受付(多数の場合は9時15分から抽選)  
\*定員に達しなかった場合のみ11月10日(金)午前9時から電話で受付(先着順)  
【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel990-1200



## 市民体育祭地区対抗市内駅伝競走大会 ランナー大募集!

南越谷地区スポーツ・レクリエーション推進委員会では、今年度の南越谷地区代表として、駅伝大会に出場するランナーを募集しております。チャレンジしてみたい方、南越谷地区センター・公民館までご連絡ください!

- 【対 象】 南越谷地区在住の16歳以上の男女 若干名  
【申込期間】 10月31日(火)午後5時まで  
【大会日時】 12月10日(日)地区対抗の駅伝大会 6区間で競います。(1区間3~6キロ) 越谷市内を走ります。  
【問 合 せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel990-1200



## 血糖値が高めな方へ～糖尿病予防セミナー

糖尿病の基礎知識と予防方法等について、医師がわかりやすく解説します!

- 【日 時】 11月15日(水)午後1時30分～3時  
【内 容】 医師による講演 講師:越谷レイクタウン内科 藤本 まどか 先生  
【会 場】 越谷市保健センター(東越谷 10-31) 2階 多目的会議室  
【対 象】 市内在住で生活習慣病予防に関心のある方  
【定 員】 50人(申込み順) 【費 用】 無料  
【持ち物】 健診結果(お持ちの方)・筆記用具  
【申込み】 10月11日(水)より電話または電子申請にて申込み  
【問合せ】 健康づくり推進課(越谷市保健センター) Tel960-1100

二次元コード



※この教室は埼玉県コバトン健康マイレージにおけるポイント付与の対象事業です。

# 『こしがや市民大学第1期講座』受講生募集中！

【講義内容及び日時(全6回)】10:00～12:00(①と⑥は10:00～12:15)

① ラグビーってどんなスポーツ?ワールドカップ決勝前に学ぼう!	10月24日(火)
② 落語家と語る詐欺の今と昔~詐欺に遭った落語家!はたしてその結末は?~	10月31日(火)
③ 埼玉県の民話を楽しもう~怖い話や不思議な話を中心に~	11月7日(火)
④ 人生100年時代!野菜と果物の健康パワーで感染症・生活習慣病予防	11月14日(火)
⑤ アルコールとの上手な付き合い方~酒は「百薬の長」かそれとも?~	11月21日(火)
⑥ 河川の多いまち「越谷」における水害対策	11月28日(火)

【受講料】 無料 【会 場】 越谷市中央市民会館 劇場

【対 象】 市内在住・在勤・在学の方 300名(申込み多数の場合は抽選)

【申込み】 10月20日(金)までに電子申請または往復はがき(必着)で生涯学習課へ



二次元コード

①電子申請 1人につき1回、右記二次元コードから必要事項を入力

②往復はがき(必着) 1人につき1枚、往復はがきに下記のとおり必要事項を記入

【往信面】 「こしがや市民大学申込み」、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をご記入ください。2歳以上のお子さんの保育を希望する方は「保育希望、お子さんの氏名(ふりがな)、性別、年齢」、車いす使用の方、手話通訳が必要な方はその旨をご記入ください。

【返信面】 郵便番号・住所・氏名

【問合せ】 生涯学習課 Tel963-9283 ※詳細は「越谷市 市民大学第1期講座」でご確認ください

## 第4回 北越谷地区フォトコンテスト 作品募集

北越谷地区コミ協では、地域の魅力を発掘・発信することを目的として、今年度もフォトコンテストを開催します! 北越谷の知られざるスポットや景色、人物など北越谷の魅力が詰まった作品を募集します。

【募集期間】10月1日(日)~10月31日(火) 【問合せ】北越谷地区センター・公民館 TEL976-5758

### 子ども部門

テーマ:北越谷のおすすめの1枚



【応募資格】 市内に在住、在学している小学生  
市内で活動している小学生

【その他】 規格・注意事項・応募方法等については上記の二次元コードより確認してください。

※応募に際しましては、**保護者の方の協力**が必要不可欠となります。ご協力お願いいたします。

### 一般部門

テーマ:北越谷のおすすめの1枚



【応募資格】 市内に在住、在勤、在学している中学生以上の方  
市内で活動している中学生以上の方

【その他】 規格・注意事項・応募方法等については、左記の二次元コードよりご確認ください

※各部門、入賞者には記念品を差し上げます!

北部4館合同事業

## ポッチャ体験教室

~ユニスポで楽しく学ぼうSDGs~

【日 時】 11月11日(土) 午後2時~3時30分

【会 場】 荻島小学校 体育館(南荻島902) ※荻島小学校に駐車場はないため、車をご利用の際は荻島公民館の駐車場をご利用ください。

【講 師】 山口 さゆり 氏、戸田 道子 氏、稲毛 綾乃 氏 【参加費】無料 【持ち物】動きやすい服装、体育館シューズ

【対 象】 越谷市在住、在勤、在学の方 40名 ※小学5年生以上は子どものみの参加可能。

【申込み】 10月7日(土)午前9時から10月27日(金)午後5時までに  
右記二次元コードから電子申請(先着順)  
※10月28日(土)午後1時30分から問合せ先のいずれかの公民館窓口または電話申込み可

【問合せ】 桜井公民館 Tel970-7600 新方公民館 Tel971-0800  
大袋公民館 Tel975-3952 荻島公民館 Tel974-9555



二次元コード

## 第22回越谷市美術展覧会(市展)への出品作品募集中

【内容】 日本画・洋画(版画を含む)・彫刻・工芸・書・写真の6部門における皆さんの自慢の力作を11月1日(水)から12月8日(金)までを期間とし、出品申し込み受付します。  
詳しくは、市公式ホームページをご覧くださいか、お近くの地区センター・公民館をはじめとする公共施設等で配布している募集要項をご覧ください。

【問合せ】 生涯学習課 Tel963-9307

## 認知症予防体験セミナー

最近物忘れが多い・・・段取りが悪くなった・・・このような実感はありませんか？  
認知症の予防には脳を活性化する活動や運動が有効と言われています。  
認知症予防のためのプログラムを体験してみましょう！



【日時】 10月17日(火) 午後2時から午後3時30分 (開場:午後1時40分)

【会場】 越谷市中央市民会館 4階 第13～18会議室 【内容】 認知症予防のためのプログラムの体験  
(音読・なぞり書きなどの学習および座ったままでできるストレッチや有酸素運動等)

【対象】 市内在住の65歳以上の方で運動制限のない方80名(申込順)

【講師】 株式会社学研ココファン 高畑 祐子 氏 【費用】 無料

【持ち物】 筆記用具、マスク、水分補給用の飲み物、タオル、動きやすい服装、運動靴

【申込み】 9月15日(金)から電子申請または電話にて受付

地域包括ケア課(市役所第二庁舎1階) Tel963-9163(直通)



## 南越谷地域交流グループは、毎月会食サービスを行っています

南越谷地区の60歳以上の方を対象に、南越谷地区センター公民館でお食事をお一人300円で提供しています。どうぞ、お気軽にお越しください。  
なお、体調がすぐれない方は、ご遠慮くださいますようお願い致します。



<会食予定日> 10月16日(月)11時～

一緒に活動してみませんか？

(南越谷地域交流グループではボランティアを募集しております。興味ある方は会食予定日にお越しください。)

## 【市民課からのお知らせ】

広報こしがや9月号8面に掲載された「10月市民課休日開庁窓口」について日程の誤りがありました。  
正しくは下記のとおりです。

正:10月1日(日) 誤:10月8日(日)

【問合せ】 市民課 Tel963-9126

## 南越谷地区センター・公民館からのお知らせ

<館内工事のお知らせ> 11月より1階の一部の工事があります。騒音等ご迷惑をおかけいたしますがご理解とご協力をお願いいたします。尚、貸館の制限は行いません。

◆ 通常の窓口業務時間 <平日・土日> 午前8時30分～午後5時15分まで(祝日を除く)

◆ 証明書発行業務の取扱日時 <平日> 午前8時30分～午後5時15分まで

<日曜 開庁> 10月1日(日)午前9時～午後4時まで (次月は11月12日)

◆ ペットボトルキャップ回収についてのお願い

コロナウイルス感染症等の衛生面から、キャップはよく洗浄をし、乾燥させてから回収箱に入れるようご協力をお願いいたします。※持ってきたビニール袋から出して入れてください。



【南越谷地区安全・安心パトロール】 次回は 10月27日(金)実施予定です。