



広報

季刊版
平成22年冬号

こしがや



「広報こしがや季刊版」は4月7月・10月・1月の15日に発行。季刊版のほか「お知らせ版」（毎月1日）を発行しています。

産業フェスタでは恒例となった直径2メートルの大鍋で作る「こしがや鴨ネギ鍋」

〈まちは楽しい宝島〉 越谷からブランド鍋誕生 越谷市商工会青年部が考案 こしがや鴨ネギ鍋 …… 2～9

特集 食育実践の場 学校給食から学ぶ …… 10～13

今年こそ！ぽっこりお腹を卒業する 脱 メタボリックシンドローム …… 14～16

ときめき★インタビュー 落語家 三遊亭多歌介さん …… 17

《イベントガイド》 サンシティ、科学技術体験センター、児童館コスモス・ヒマワリ …… 18～23
老人福祉センターけやき荘・くすのき荘・ゆりのき荘、越谷市民プール

「生涯学習メニュー」が折り込まれています



昨年11月の産業フェスタでの大鍋イベント。開発5周年を記念して用意した5555食が3時間あまりで完売

地域活性化を図るために、越谷発のブランドを作ろう！と越谷市商工会（かたひら）と越谷市青年部が考案しました。市内大林の宮内庁埼玉鴨場にちなんで「鴨」と、地元特産品の「越谷ネギ」をはじめとする地場産野菜を組み合わせた越谷オリジナルの鍋です。誕生のきっかけは、平成17年11月の「こしがや産業フェスタ2005」で企画したイベント。「どうせやるなら大きいものを！」と、直径2...

「こしがや鴨ネギ鍋」とは

「鴨ネギ」でまちおこし
の大鍋で5000人分の「こしがや鴨ネギ鍋」を作ったところ、わずか2時間余りで完売。翌18年1月には、和光市で開催された第2回「彩の国鍋合戦」で、初出場ながら優勝し「鍋奉行」の称号を獲得しました。
このまま終わらせるのはもったいない！との熱い声援を受け、同年4月、商工会青年部の創立30周年記念事業として、「こしがや鴨ネギ鍋」ブランド化計画がスタート。その後研究を重ね、国・県・市等からの支援を受けて活動が本格化していききました（詳細はP4〜7参照）。
市では、商工会のこうした取り組みを受け、「地域特産品販売促進事業」として、商品開発やPR活動などに対し補助を行っています。

農工商の連携と地域産業振興への貢献

商工会の取り組みは、「こしがや鴨ネギ鍋」のブランド化だけを目指したものではありません。商工会青年部は、市内増森

の農業生産法人(有)楽農三恵園の技術協力を得て、同地区の農地「こしがや鴨ネギファーム」で越谷ネギの栽培に取り組んでいます。同ファームでは、越谷ネギのPRを目的に、市民参加による越谷ネギの栽培体験も行っています。
また、農業の若手後継者団体「越谷市グリーンクラブ」が取り組んでいる「アイガモ農法による稲作」で使用されている合鴨の育成を支援しています。「アイガモ稲作農法」については、無農薬・無化学肥料の稲作法として昨年の季刊版夏号で紹介しましたが、田んぼで活躍し成長したアイガモは、産業フェスタの鴨ネギ鍋で使用されています。
さらに、平成20年12月には、特産品開発を推進するため、農工商連携を事業の基軸とした事業法人「こしがやまちづくり合同会社」を設立しました。

このように、商工会の取り組みは、地産地消の推進とともに、農工商の連携を図りながら地域産業の振興に貢献しています。

越谷から ブランド鍋誕生



越谷市商工会青年部考案

こしがや鴨ネギ鍋

B級グルメなど、最近、ご当地グルメがブームとなつていますが、こしがやのご当地「鍋」「こしがや鴨ネギ鍋」について、皆さん、ご存じですか。
商工会青年部が考案し、あの全国から鍋が集まり味を競う「彩の国鍋合戦」に参加したところ、第2回・4回大会でみごと優勝。各種メディアに取り上げられ、すでに食べたことがあるという方も多いと思います。

寒さも本格化し鍋のおいしい季節を迎えましたので、今号では、越谷発の「ブランド鍋」「こしがや鴨ネギ鍋」を特集します。ブランド化へ向けた商工会の取り組みなどについて紹介します。

問合せ 広報広聴課 ☎9633117



ブランドとは？

ブランドとは人からの評価で成り立ち、商品の魅力や評価を高めながら、企業価値も高めていくのが「ブランド戦略」です。
商品の開発や高付加価値化に地域全体で取り組むことで、商品価値とともにその地域のイメージも上がっていきます。また、その価値が地域外から資金や人材を呼び込み、地域経済の活性化につながると言われています。

越谷ネギ



辛みと甘みのバランスが絶妙の越谷ネギ。芯の部分のとろける食感は最高です

市内増森や中島などで生産されているネギは、白根が長く、しまっていて料理に使っても煮崩れしない良質なネギです。千住の市場などに出荷され、「千住(寿)ネギ」として、都内の料亭や割烹料理屋など専門店から高い評価を受けています。

宮内庁埼玉鴨場

市内大林にある埼玉鴨場は、明治41年に開設され、内外賓客の接遇に使われています。また、自然が残された数少ない場所であり、越谷市環境保全区域にも指定されています。

この埼玉鴨場は、越谷市が市民の方を対象に行っている、市政移動教室の4月から7月の見学コースに含まれています。



広さ約12ヘクタールの宮内庁埼玉鴨場正門

こしがや鴨ネギ鍋～ブランド化への道のり

年月	活動内容
平成18年 12月	「こしがや産業フェスタ2006」で5000人分の大鍋イベントを実施
平成19年 1月	「第3回彩の国鍋合戦」に参戦。30種類の鍋料理の中、「優秀賞」を獲得
5月	国の「小規模事業者新事業全国展開支援事業」に採択される
6月	越谷市商工会内に「特産品等開発推進プロジェクト委員会」を設置
11月	「彩の国ふるさと給食月間」にあわせ、市内小・中学校の学校給食に「こしがや鴨ネギ鍋」が献立として採用される 城ノ上小学校で総合的な学習の時間の一環として「鴨ネギ出前講座」を開講 「こしがや鴨ネギ鍋」の商標登録完了
12月	「鴨ネギ鍋の食べる街づくり事業」(P9参照)に賛同する飲食店21店舗により、「こしがや鴨ネギ鍋」メニュー提供開始(20年2月まで3カ月間) 「こしがや産業フェスタ2007」で5000人分の大鍋イベントを実施 宮本小学校で総合的な学習の時間の一環として「鴨ネギ出前講座」を開講
平成20年 1月	第4回「彩の国鍋合戦」に参戦。40種類の鍋料理の中、2度目の「鍋奉行」を獲得
4月	越谷レイクタウンオープニングフェスタで、4000人分の「こしがや鴨ネギ鍋」を作りPR販売
7月	テレビ朝日系列「人生の楽園」で「こしがや鴨ネギ鍋」と越谷ネギが紹介される 埼玉県商業支援事業「夢チャレンジ事業～一店逸品開発支援」に採択される
11月	マスコットキャラクター「ガーヤちゃん」が埼玉県の「ゆる玉応援団」に参画 川口市で開催された「埼玉B級ご当地グルメ王決定戦」に出展しPR販売を行う

マスコットキャラクター決定



全国1613点の応募の中から選考。鴨の鳴き声と越谷の谷を表したネーミング「ガーヤちゃん」に決定



商標登録完了

「こしがや鴨ネギ鍋」に関する12区分の商標登録が完了

ガーヤちゃん「ゆる玉応援団」に参画



ガーヤちゃんが埼玉県内各地のキャラクターが集まり結成された「ゆる玉応援団」に参画し結団式に参加。以後県内各地でPR活動を行います

初出場で初優勝



第2回「彩の国鍋合戦」で初出場・初優勝。ブランド化へ自信をつけた商工会青年部。その後第4回大会でも優勝します

ブランド化計画スタート!



商工会青年部創立30周年記念式典であいさつをする中島部長。このときからブランド化へ向けた取り組みが本格化していきます

越谷ネギの栽培に着手



素材を知るために自分たちで越谷ネギの栽培に着手。鴨ネギファームでは越谷ネギのPRを目的に市民向けの栽培体験(苗植え・収穫)も行っています

年月	活動内容
平成17年 10月	越谷市商工会青年部が「こしがや鴨ネギ鍋」を開発。「こしがや産業フェスタ2005」のイベントとして提案し、同実行委員会で採択される
11月	「こしがや産業フェスタ2005」で直径2mの大鍋を使用し、5000人分の「こしがや鴨ネギ鍋」を作ったところ、発売後2時間余りで完売
平成18年 1月	埼玉県和光市で開催された第2回「彩の国鍋合戦」に参戦。25種類の鍋料理の中、初出場ながら優勝し「鍋奉行」の称号を獲得
2月	地域ブランド研究のため、宇都宮市(宇都宮餃子)と日立市(口福あんこう鍋)を視察
3月	「こしがや鴨ネギ鍋」のまちおこしブログ(インターネット上の個人の日記)がスタート 地域ブランド研究のため、(株)ブランド総合研究所の田中章雄さんを招いて研修会を実施
4月	商工会青年部が創立30周年記念事業として～鴨ネギでまちおこし「こしがや鴨ネギ鍋」ブランド化計画～をスタートさせる
6月	農業生産法人(有)楽農三恵園の技術協力を得て、増森地区の農地「こしがや鴨ネギファーム」で越谷ネギの栽培体験を始める 農業の若手後継者団体「越谷市グリーンクラブ」が取り組んでいる「アイガモ農法による稲作」で使用されている合鴨の育成を支援
9月	「こしがや鴨ネギ鍋」専門ホームページ(http://www.kamonegi.jp/)開設
10月	「こしがや鴨ネギ鍋」の地域ブランド化推進と地域活性化を目指し、有志5人がサポーターズクラブ「KAMONEGI-TABETAI」(鴨ネギ食べ隊)を結成
11月	「こしがや鴨ネギ鍋」のマスコットキャラクターのネーミングが「ガーヤちゃん」に決定



越谷市商工会特産品等開発
推進プロジェクト委員長
中島 高明さん

勢いで始めたブランド化への 取り組みでしたが、 皆様のご理解とご支援のおかげで ここまでやってこれました

**今の「鴨ネギ鍋」が
あるのは、周囲の理解
と後押しのおかげです**
ブランド化計画がスタート
して、まず素材について勉強
するため、ネギの栽培や鴨の

産業フェスタのイベントは
青年部が企画します。最初の
ころは、アニメのキャラクター
を呼んで済ませたりしてい
ましたが、しだいに「農商工
で行っているフェスタにふさ
わしいイベントができない
か」という声があがってきま
した。わたしは青年部の部長
でしたので、部内で何度か話
し合いましたが、会議ではな
かなか意見が出ませんでした。
そこである日、会議を終えて
みんなで居酒屋へ食事に行き
ました。すると、お酒も入り
くだけた雰囲気になったとこ
ろで、若い部員から「食」に
関するものはどうかと提案が
ありました。『鍋』であれば
作っている方も、食べている
市民の方も、みんなで楽しめ
るのではないかと。それが始
まりです。

「鴨ネギ鍋」の発想は 居酒屋から

育成にかかりました。部員
には皆家業がありますので、
自分たちの仕事をしながら週
末は早朝から畑の草取りなど
をしました。まったく初めて
の経験でしたので、産業フェ
スタへ向けネギがうまく育つ
だろうかと心配でしたね。
また、商工会内部の話になり
ますが、当時「鴨ネギ鍋」に年
間を通じて集中して取り組む
ことをよく許してもらえたな
と感謝しています。本来であ
れば、先の見えない「鴨ネギ鍋」
にあれほど力を入れて取り組
むことなど考えられないとこ
ろでした。ネギ一本にしても
うまく育つかどうかわからな
かったですし、「地域ブラン
ド」という言葉も現在ほど知
られていませんでしたから…。
今振り返ると自分たちでも
思い切ったことをしたと思
います。不安もありましたが、
当時、商工会や越谷市からも
後押しを受け、地道にまっす
ぐ取り組み続けたからこそ、
今の「鴨ネギ鍋」があると感
謝しています。

感動の2006年 産業フェスタ

大鍋イベ
ントは、
1年間、
ネギ栽培
などに苦
勞して取
り組んだ
後に迎え
たいイベ
ントです
ので、「鴨
ネギ鍋」
目当てに
開始前か
らできた
お客様の
行列を見
たときは
うれしか
つたです
ね。涙が
自然にあ
ふれ、み
んなで男
泣きしま
した。1年
目も完売
はしまし
た。ほか
のイベン
トのつい
で寄って
もらえた
のかなと
感じてい
ました。2
年目の感
動はひと
しおです。

縁起もよい「鴨ネギ鍋」 受験生にもお勧め！

今後の目標は、「越谷」と言
えば「鴨ネギ鍋」、「鴨ネギ鍋」
と云えば「越谷」というよう
に、不動のブランドに作り上
げていくことです。
また皆さんへは、心身とも
に温まる「鴨ネギ鍋」ですの
で、ぜひ、家族団らんでご賞
味いただけたらと思います。
ネギは風邪の予防によいす
し、「鴨(が)ネギ(を)しょっ
ている」なんて縁起もよい
「鍋」ですので、受験生の方
などにもお勧めです！

こしがや鴨ネギ鍋～ブランド化への道のり

県知事に成果報告



埼玉県の支援を受けて開発に取り組んだ「こしがや鴨ネギ鍋」
ギフトセット。試作品が完成し上田埼玉県知事に成果報告

新商品開発中!



合鴨肉と鶏肉のヘルシーなソーセージ。ネギは冬ネギを使用す
る鴨ネギ鍋に対し、香り高い夏採りの越谷ネギを使用。「こし
がや鴨ネギ鍋」に続くご当地ホットドックを目指して開発中。
ご期待！

地元小学校でもPR



昨年12月に行われた越ヶ谷小学校での「鴨ネギ出前講座」
鴨ネギ鍋誕生～地域ブランド化へ向けた取り組みをわかりやす
く紹介

年月	活動内容
平成20年 11月	「こしがや産業フェスタ2008」で5000人分の 大鍋イベントを実施
12月	「鴨ネギ鍋の食せる街づくり事業」に賛同す る飲食店24店舗による「こしがや鴨ネギ鍋」 メニュー提供開始 (21年2月まで3カ月間) 特産品開発と農商工連携を事業の基軸とした 「こしがやまちづくり合同会社」を設立
平成21年 1月	テレビ東京系列「出沒! アド街ック天国」越 谷編で「こしがや鴨ネギ鍋」が紹介される 「第5回彩の国鍋合戦」に参戦。34種類の鍋 料理が集まる中、「第3位優秀賞」を獲得
2月	埼玉県商業支援事業「夢チャレンジ事業～一 店逸品開発支援」を活用し、「鴨ネギ鍋」市 販向け鍋セットの試作品を開発
3月	越谷市制施行50周年記念ファイナルイベント に参加しPR販売
7月	合鴨肉入りウィンナーソーセージに越谷ネギ を白髪ネギにしてトッピングした「こしがや ドック」を開発し、越谷花火大会会場でモニ タリング販売を行う (社)日本アグリビジネスセンターが公募した 「平成21年度食品流通高付加価値モデル推進 事業」に「鴨ネギ鍋の食せる街づくり」プロ ジェクトが採択される
11月	越谷市商工会・越谷市商店会連合会発行の「プ レミアム付商品券」のデザインにガーヤちゃん が採用される 「こしがや産業フェスタ2009」で5555人分の 大鍋イベントを実施。こしがや鴨ネギ鍋ギフ トセットをPR販売 (P9参照)
12月	「鴨ネギ鍋の食せる街づくり事業」に賛同す る飲食店28店舗による「こしがや鴨ネギ鍋」 メニュー提供開始 (22年2月まで3カ月間) 越ヶ谷小学校で3年生の総合的な学習の時間 の一環として「鴨ネギ出前講座」を開講



「こしがや鴨ネギ鍋」のブランド化に取り組む若き有志たち (とガーヤちゃん)

現在の「こしがや鴨ネギ鍋」提供店一覧

No.	店名(所在地)	No.	店名(所在地)
1	天下一うどん 味亭 (春日部市赤沼)	15	そば処 久伊豆 (東越谷4丁目)
2	手打ちそば ふしみ (千間台西1丁目)	16	しゃぶしゃぶ城屋 (大沢4丁目)
3	そば処 越谷砂場 (下間久里)	17	湯鈍屋(大沢1丁目)
4	信濃屋(袋山)	18	四季の山海料理 鈴真 (宮本町1丁目)
5	手打ちそば 京や(野島)	19	日本料理 大花亭 (宮本町1丁目)
6	和食処 環翠 (北越谷4丁目)	20	備長(越ヶ谷1丁目)
7	石臼挽きDINING 蕎麦清藤(大房)	21	馬さしのぼくでん (赤山町4丁目)
8	家庭料理 幸(弥十郎)	22	手打ちそば 砂場 (南越谷4丁目)
9	大橋屋(大沢)	23	木楽屋ダイニング 五蔵 (南越谷1丁目)
10	そば処 増林 砂場(増林)	24	網焼和ダイニング 元紘 (南越谷1丁目)
11	ヘルシーランド らぼーれ (花田2丁目)	25	日本料理 美都炉 (南越谷1丁目)
12	食鮮彩菜 和味 (花田1丁目)	26	若竹(南越谷1丁目)
13	日本料理 京すず (東越谷10丁目)	27	いちまる(南越谷1丁目)
14	禅味手打ちそば なかむら (東越谷5丁目)	28	石臼挽きそば 更科 (蒲生寿町)



こののぼりが提供店の目印

鴨ネギ鍋の食せる街づくり事業に参加しませんか

越谷市商工会では、「こしがや鴨ネギ鍋」の地域ブランド化を推進するために、提供店舗の拡大に取り組んでいます。

【提供店要件】
越谷市商工会が推進する、新しい越

- 越谷産長ネギを使用・煮込みネギと焼きネギのW(ダブル)使用による提供ができる
 - 店主厳選による安心・安全の鴨肉(合鴨肉)を使用する
 - ベースとなる鍋つゆ(スープ)は醤油ベースとする
- * 提供店の募集については、商工会だよりでお知らせします
- 問 越谷市商工会 ☎966111



鴨肉とネギは“味”も“栄養”も相性抜群!

鴨ネギ鍋は栄養面でもとても優れ、市内小・中学校の学校給食でも平成19年度から献立に取り入れています。学校給食では、越谷産のネギをたっぷり使用し、鴨肉、つくね、大根、ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにゃくをしようゆ味のだし汁で煮込んで仕上げています。



越谷市教育委員会 給食課副主幹 管理栄養士 会田 芳子

元気と若返りのビタミンB₂も豊富 鴨ネギ鍋は栄養も満点!

の成分が鴨肉のうまみを引き出します。栄養的にも相性がよいといえます。鴨肉は、ビタミンB₁やB₂などのビタミン群や鉄を多く含んでいます。ネギの辛み成分(アリシン)がビタミンB₁の吸収を助け、鴨肉のたんぱく質とネギのビタミンCは鉄の吸収を助けます。これらのビタミンは水溶性なので、汁ごと食べられる鍋は、とても効率のよい食べ方です。

特に多く含まれているビタミンB₂は、エネルギー代謝を促し、疲労回復・成長促進・さらに皮膚の再生にも関与しているため、「元気になるビタミン」・若返りのビタミン」と言われています。また、女性に不足しがちな鉄は鴨肉に多く含まれ、貧血を予防し、鍋に入っているネギや大根に含まれるビタミンCは風邪の予防になります。さらに、ごぼう、こんにゃく、しいたけは食物繊維を豊富に含み、便秘を解消します。にんじんなどの緑黄色野菜に含まれるカロテンは、鴨肉の脂質により溶けやすくなり、体内への吸収が促進されます。具も汁もまるごと食べられ、栄養満点の料理ですので、ぜひご家庭でも作ってみてください。

鴨ネギ鍋にも合うカモ?

4月に誕生、越谷産米を使用した地酒

「越ヶ谷宿」



ラベルは50周年記念酒同様、初代歌川広重が描いた富士三十六景「武蔵越かや在」を元に作成

平成20年10月に、越谷小売酒販組合越谷支部(木村利夫支部長)が、越谷市制施行50周年を記念した「越ヶ谷宿」を製造し、市内の酒販店で発売しました。

この地酒は、同越谷支部がPB商品(独自のブランド商品)を開発するため、騎西町の醸造元に依頼をして造ったものでしたが、この地酒で使われたお米は山形産の美山錦と徳島産の山田錦のブレンドでした。

そこで、越谷で栽培されたお米で新たな地酒を造りたい、そんな思い

から、市内新方地区の農家に越谷産米「彩のかがやき」の栽培を依頼し、秋には4290kgの収穫がありました。

この越谷産米は昨年同様に騎西町の酒造元に運ばれ、昨年11月から酒造りが始まりました。4月には、新しい地酒「越ヶ谷宿」が誕生し、市内の酒店の店頭に並び予定です。どんな味わいなのか今から楽しみです。

なお、この地酒造りは、JA越谷市・越谷市商工会・市が協力し、埼玉県の補助を受けて行われました。地酒に関するお問い合わせは、越谷小売酒販組合越谷支部PB商品開発実行委員会・小川さん ☎964112 10まで。



仕込み作業を行う。今から味が楽しみです

好評です

こしがや鴨ネギ鍋 ギフトセット

埼玉県の商業支援事業「夢チャレンジ事業」一店逸品開発支援」の採択を受け開発に取り組んだこしがや鴨ネギ鍋ギフトセット。

都内料亭御用達の厳選越谷ネギに彩の国ブランドの国産合鴨肉、合鴨稲作農法で育った越谷米、さらに原木栽培の越谷産しいたけなど厳選素材6品目の詰め合わせです。

ギフトセットに関するお問合せは、こしがやまちづくり合同会社 ☎966111まで。



こだわりの特選素材「こしがや鴨ネギ鍋」ギフトセット 2~3人前 8,380円 (送料別)



●特集



栄養教諭
(大袋北小学校・第三学校
給食センター勤務)
山腰 峰子

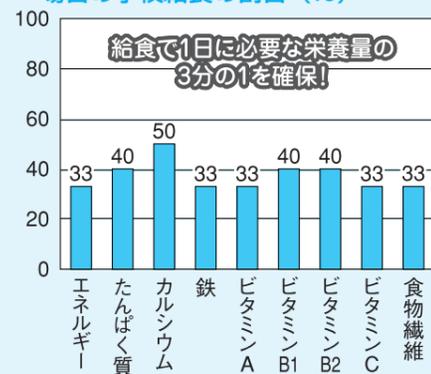
献立作りのポイントは

献立を決めるときは、給食で1日に必要な栄養の3分の1が取れるよう考えます。また、給食には毎年テーマがあり、今年度は「魚」がテーマなので、魚料理を多く出しています。来年度は「野菜」がテーマになりますよ。

選択する力を

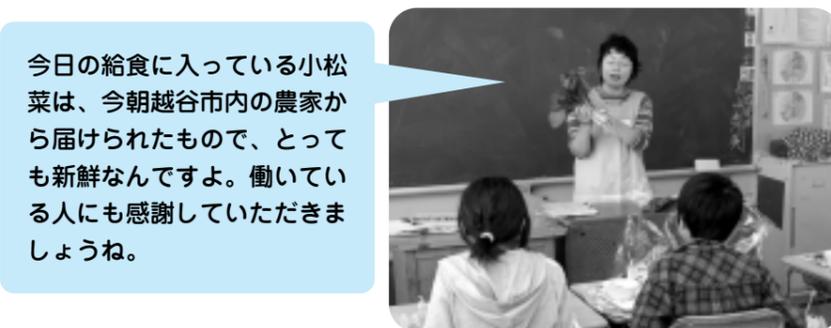
現代は食べ物の種類も量も豊富な時代ですから、自分で食べる物を判断し、選択する力が求められます。子どもたちは9年間給食を通して食を学びます。生涯健康的で豊かな食生活を送れる能力を身につけてほしいですね。

1日に必要な栄養量を100とした場合の学校給食の割合 (%)



栄養士が教室を訪問!
今日の献立から「食」を学ぶ

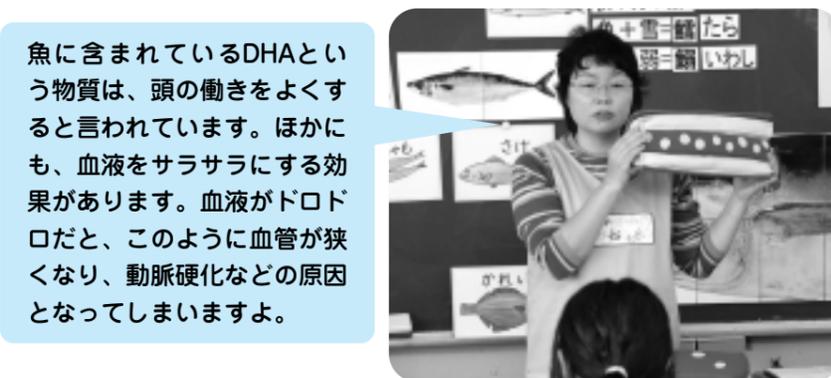
市内小・中学校の各クラスを栄養士が訪問し、食事のマナーや献立・食品・栄養の話などを行っています。ここでは、12月4日(金)、北越谷小学校で給食の時間に行われた栄養指導の様をお伝えします。



今日の給食に入っている小松菜は、今朝越谷市内の農家から届けられたもので、とっても新鮮なんですよ。働いている人にも感謝していただきましょうね。



給食に出てくるお魚にはマグロ、アジ、サンマ、カレイ、サバなどいろいろあります。ここにはったマグロは本物と同じ大きさです。マグロはこんなに大きいんですよ。



魚に含まれているDHAという物質は、頭の働きをよくするとされています。ほかにも、血液をサラサラにする効果があります。血液がドロドロだと、このように血管が狭くなり、動脈硬化などの原因となってしまいますよ。



栄養士の話聞きながら、知識と栄養をどんどん吸収

特集
食育実践の場

学校給食から学ぶ

最近耳にするようになった「食育」という言葉、皆さんはご存じでしょうか。食育とは、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てるための総合的な教育です。

学校給食はまさに、「食育」の実践の場となっています。す。「食」は何をするにも欠かせない、生きるうえでの基本となるもの。今号で紹介する市の学校給食の取り組みを通して、皆さんも自分の「食」を見つめ直してみませんか。

学校給食を「生きた教材」に

食に関する情報が社会にあふれています。栄養の偏り、肥満や生活習慣病の増加に加え、食の安全、海外への依存など、さまざまなことが問題となつていきます。こうした中、国は平成17年に食育基本法を制定、平成20年には学校給食法を改正し、食育の推進を打ち出しています。

学校給食には7つの目標が

学校給食7つの目標

- 適切な栄養をとる
- 健全な食生活ができる判断力と望ましい食習慣を身につける
- 社交性、協同の精神を養う
- 生命・自然を尊重し、環境を守る態度を養う
- 勤労を重んずる態度を養う
- 国内外の伝統的な食文化を理解する
- 食料の生産、流通、消費について理解する

定められました。市では、この目標を達成するため、学校・家庭・地域の連携を密にし、

給食指導の研究、調理講習会、試食会などを行っています。さらに、生きた教材として給食の献立を研究し、郷土料理や地場産野菜を使用するなど工夫しながら、健康によい食事の取り方に関心を持たせる給食指導を進めています。

食育をめぐる法律

- 平成17年 食育基本法制定
食育の理念、推進する方向性を示す
- 平成20年 学校給食法改正 (平成21年4月施行)
従来の「学校給食の普及充実」に加え「学校における食育の推進」を新たに規定

どれを食べるか自分で決める「選択給食」

主食、主菜、デザートなどを数種類の献立の中から、栄養や自分の健康を考えて選ぶ「選択給食」の日があります。自分に合った食べものを選ぶ力を養います。自分で選ぶ楽しさも、この日の食べ残しはほとんどありません。



自分で皮むきしたとうもろこし。翌日の給食に出るのが楽しみです

グリーンピース・とうもろこしの皮むき体験

小学校1・2年生がグリーンピースやとうもろこしの皮むきを体験しています。調理された食品しか知らないということがないよう、食材にじかに触れる機会をつくりまします。皮むきをしたグリーンピースやとうもろこしは給食センターに持ち帰られ、次の日の給食に登場します。

食材にじかに触れよう!

●特集



バランスのとれた食事をつくろう!
親子調理講習会

給食の人気メニューや簡単な朝食メニューなど、テーマを決めて親子で調理実習を行います。栄養バランスのよい食事のヒントを、給食からつかんでみませんか。家庭で作る料理のレパートリーが広がります。

各小・中学校のPTAが主催し、児童生徒の保護者を対象にした、給食の調理講習会や試食会が行われています。栄養士が講師となり、給食の調理法、調理過程などを説明します。

給食のいろいろ

家庭で試してみませんか、

給食を知りたい!
食べたい!

給食試食会

栄養士から給食の調理過程や献立についての説明を聞いた後、その日の給食メニューを食べることができます。給食でうちの子はどんなものを食べているんだろう…そんな方はぜひ参加してみてくださいはいかがでしょうか。



食育実践の場 学校給食から学ぶ

地場産農産物もふんだんに使用

郷土料理で食文化を知る

児童生徒に魅力のある学校給食を提供するため、市では地域の特色を生かした郷土料理や地場産農産物を活用した献立を作っています。

12月4日(金)
小学校Aブロックの給食

麦ごはん、野菜サラダ、越谷育ちの野菜たっぷりすき焼き煮、牛乳、乳清デザート



麦ごはん

越谷産「彩のかがやき」を100%使用した米に麦を混ぜたもの。減農で作られた安心のお米です。

越谷育ちの野菜たっぷりすき焼き煮

越谷産の長ネギ、小松菜、水菜、生しいたけを使用しています。このすき焼き煮をメニューに入れた給食は、埼玉県の平成21年度学校給食コンクールで協賛団体賞に輝きました。

ここが気になる!

学校給食Q&A

Q アレルギーへの対応はどうしているの?

A たとえば卵アレルギーのある児童生徒の場合には、卵抜きパンやデザートなど、代替食を用意しています。詳細な献立表・原料配合表は市ホームページで公開しています。



Q 給食は安全?

A 入念に検討を重ねて物資を選定し、品質管理を徹底しています。調理は衛生的に行われ、食中毒を防止するため、中心温度は85℃で1分以上加熱調理します。

Q 一番人気の給食は?

A 人気が高いのは揚げパン、カレー、ピザ、ハンバーグなどです。逆に、サラダや和え物、煮物などは残りがちです。

Q 給食費って今いくら?

A 平成21年度は、小学校が月額3600円、1食あたり223円。中学校が月額4350円、1食あたり270円です。

Q 給食費の未納が多いって本当?

A 越谷市の給食費の納付率は99.45%(平成20年度)です。経済的に困難な家庭には、給食費などを援助する制度があります。

Q 給食の残菜はどうしているの?

A 残菜は畜産業者に引き取りを依頼し、飼料としてリサイクルしています。調理の過程で出た野菜くずは、たい肥になっています。また、牛乳パックは子どもたちが洗って乾かし、リサイクルされトイレットペーパーとして学校に還元されています。



給食に使用している主な地場産食材

*かっこ内は給食に使用している時期です

米 (11月~5月)	越谷産「彩のかがやき」100%
うどん	埼玉県産小麦粉100%
中華めん	埼玉県産小麦粉30% 輸入小麦粉70%
パン	埼玉県産小麦粉50% 輸入小麦粉50%
生しいたけ (6月~11月)	越谷産(増林)
枝豆(7月)	越谷産(桜井・新方・増林)
小松菜 (10月~3月)	越谷産(小曾川・南荻島)
古代米(紫黒米) (11月)	越谷産(北後谷)
大根 (11月~1月)	越谷産(桜井・小曾川・三野宮)
水菜 (11月~2月)	越谷産(増林・中島・野島)
ほうれん草 (11月~3月)	越谷産(三野宮・平方・北川崎・大杉・増森)
くわい (1月~2月)	越谷産(出羽)
長ネギ (1年中)	越谷産(中島)



ほうれん草を作っている増森の生産者の皆さん。「越谷産のほうれん草は新鮮でおいしいですよ。残さず食べてくださいね」と林晃さん(写真中央下)。



「生しいたけは香りがいいんですよ」と増林で生しいたけを作っている岡安昇治さん。

ふるさとの味を伝える
郷土料理がメニューに

給食には市内、県内をはじめさまざまな地域の郷土料理が登場します。



まゆ玉汁

まゆ玉は、旧暦の1月15日にまゆが豊かにできるよう神棚に供えられたもの。白玉をまゆに見立てています。市内では米の豊作の前祝いとして飾られました。



さつまいものごまよごし

蒸したさつまいもにごまだれをからめたもの。主に花田で、お祝いごとや仏事に出されています。



こしがや鴨ネギ鍋

今号P2~P9で特集したこしがや鴨ネギ鍋。越谷ネギをたっぷり使ったこの料理も給食に登場しています。

今すぐできる! メタボ予防

主食・主菜・副菜をそろえましょう

【食事編】

いまや中高年(40~79歳) 男性の2人に1人、女性の5人に1人がメタボリックシンドロームの予備軍または疑いが強く、その数は約2010万人と推定されています。メタボは決してひと事ではありません。

③副菜

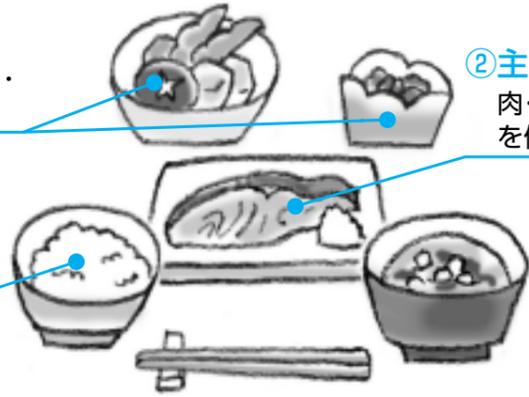
野菜・きのこ・いも・海藻料理、2~3品

②主菜

肉・魚・卵・大豆製品を使った料理、1品

①主食

ごはん・パン・麺料理、1品



市民健康課(保健センター) 成人保健担当 主任 管理栄養士 鈴木 智絵

朝・昼・夕の食事で気を付けることはなんですか? まず朝食をしっかりと食べましょう。朝食は眠っている

1食でも食事を抜くと、空腹時間が長くなるので、体はエネルギーを蓄えようとして、かえって太りやすい体になってしまいます。朝食を食べる習慣のない方は、バナナやヨーグルト・牛乳など簡単に食べられるものから食べる習慣をつけていきましょう。夕食の時間が遅くなることが多い方は、夕方におにぎりを1つ食べて夕食は軽くすませるなど、自分なりの方法で、毎日同じ時間に食事ができるように工夫してみてください。

メタボリックシンドロームの原因は、食べ過ぎと運動不足です。食べ過ぎを解消して、適正体重に保つことが大切です。ポイントは次の2つです。①一日3食規則正しく ②よくかんで腹八分目 ③食しつかり食べて、毎日の食生活のリズムを整えましょう。規則正しい食事を取ることが難しいという方もいると思いますが...

鍵を握る毎日の食事

市では、市民の方のメタボ予防・改善講座を行っています。同講座で栄養相談・食生活指導をしている鈴木栄養士に、メタボ予防の食生活について聞きました。

食事のポイントとは?

メタボリックシンドロームの原因は、食べ過ぎと運動不足です。食べ過ぎを解消して、適正体重に保つことが大切です。ポイントは次の2つです。

- ①一日3食規則正しく
- ②よくかんで腹八分目
- ③食しつかり食べて、毎日の食生活のリズムを整えましょう。

規則正しい食事を取ることが難しいという方もいると思いますが...

一番大切なのは、楽しんで食事をする事です。自分の食生活で気楽に改善できることを探してみましよう。小さなことでも続けることが大事です。無理せず変えられるところから変えて、今の自分から一歩踏み出してみませんか?その先に、これまで以上に生き生きとした毎日が待っていると思います。

ちょっとひと工夫

毎日のことだから... 具だくさんみそ汁

野菜を4種類入れると、立派な野菜料理になります。具だくさんにする、うまみが増えて汁気が減るので、塩分も少なく済みます。

もう一品欲しいとき... こんにゃくときのこの炒め煮

食物繊維たっぷり低カロリー!

ひと手間かけて... 肉野菜巻き

薄切り肉で、野菜やきのこを巻けば満足感もあり、野菜もとれます。

今年こそ! ぽっこりお腹を卒業する

晩メタボリックシンドローム



最近、テレビや雑誌などで話題の「メタボリックシンドローム」。「メタボ」と略され、わたしたちの生活の中でも「お腹が出てきてメタボになった」などと使うようになりなりました。でも「太っている」「メタボ」とは言い切れないのです。今号では、メタボリックシンドロームとは何か、正しい知識と改善・予防についてお知らせします。

メタボリックシンドロームとは?

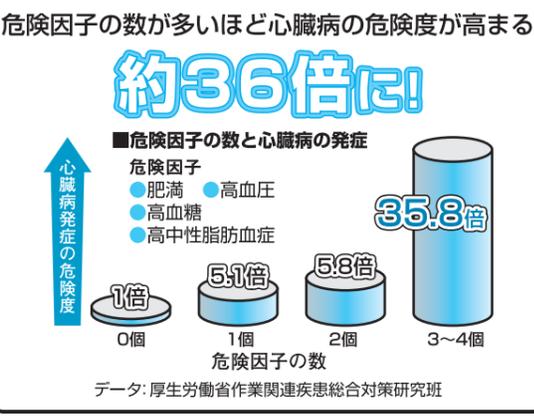
近年、生活習慣の乱れ(食生活の偏りや運動不足、不規則な生活など)で、内臓の周囲に脂肪がたまった内臓脂肪型の肥満の人が増えています。この内臓脂肪が原因で、「高血圧」「脂質異常」「高血糖」という危険因子のうち2つ以上が重なった状態を「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」といいます。危険因子の一つ一つは軽度でも、重なることによって動脈硬化を急速に進行させ、心臓病や脳卒中などの命にかかわる病気を引き起こす可能性が高

くなります。

放置しておくとも命の危険もあるメタボですが、普段の生活習慣を見直すことで改善・予防することができます。メタボ撃退には、食生活の改善と運動不足の解消が不可欠です。生活習慣を少しだけ変えて、ぽっこりお腹から卒業しましょう。

メタボリックシンドロームの判断基準

- 腹囲 男性85cm以上、女性90cm以上
 - ①高血圧 下記のいずれかまたは両方 収縮期血圧 130mmHg 以上 拡張期血圧 85mmHg 以上
 - ②脂質異常 下記のいずれかまたは両方 中性脂肪が150mg/dL以上 HDLコレステロール40mg/dL未満
 - ③血糖値 空腹時血糖が110mg/dL以上
- ①~③のうち2つ以上当てはまる ※1つ当てはまる場合は予備軍



腹囲の測り方のポイント

立った姿勢で息を吐いて、おへその高さで測ります



今すぐできる! メタボ予防

【運動編】

いつでも、どこでも。1人でも気軽にできる!

ウォーキングは身近な運動

いつも歩く速度より
少し速いペースで!

ウォーキング前後には
必ずストレッチをして
体をほぐしましょう

正しいフォームで
効果的なウォーキング



気になるカロリー

ごはん	140g (茶わん 1 杯)	235kcal
牛丼・親子丼	1 杯	670kcal
ショートケーキ	100g (1 個)	350kcal
ポテトチップス	45g ($\frac{1}{2}$ 袋)	250kcal
ビール	1 缶350ml	140kcal
炭酸飲料	1 本500ml	230kcal

30分間ウォーキングすると...

体 重	40kg	50kg	60kg	70kg	80kg	90kg
エネルギー消費量	84kcal	106kcal	126kcal	148kcal	168kcal	190kcal

*目安の表示です。速歩は95~100m/分

講座のご案内

メタボリックシンドローム予防・改善講座 「チーム マイナス3キロ」

メタボの恐れのある方を対象として、健康づくりのための減量を専門家が指導します。参加者みんな(チーム)でマイナス3キロを目標としたダイエットを成功させましょう。

●日時・会場

5月から桜井地区センター、6月から蒲生地区センター、9月から保健センターでスタート。全16回(予定)

●対象

市内在住の20歳~75歳未満の方で、腹囲85cm以上ある方またはBMI25以上の方とその家族

●申込み 広報こしがやお知らせ版でお知らせします

問 市民健康課(保健センター) ☎978-3511

千里の道も一歩から

ウォーキング(速歩)は、運動習慣のない人でも手軽にできる有酸素運動です。ウォーキングを正しく行えば、全身の約7割の筋肉を使うといわれ、脂肪燃焼・基礎体力の向上が期待できるほか、体を動かすことで気分転換やストレス解消にもなります。

歩くことを意識すれば、通勤・通学もショッピングも立派なウォーキングに。いつもの駅よりひと駅前で降りてみたり、たまには自転車を止めて歩いてみたり、無理なく生活に取り入れられることから始めましょう。まずは今より1000歩(約10分)多く歩くよう心がけ、徐々に増やして1日1万歩を目指しましょう。

ときめき インタビュー



…プロフィール…

1966年11月26日生まれ、東京都出身。中学1年生のときに富士中学校へ転校、春日部共栄高校に進学。昭和58年、三遊亭圓歌（落語協会最高顧問）入門、前座名は歌ちわり。平成元年、二ツ目昇進、三遊亭歌風襲名。平成10年、真打昇進、三遊亭多歌介と改名。得意ネタは師匠の十八番、浪曲社長ほか。笑点（日本テレビ）ゲスト出演、NHK名人会（BS2）などテレビ出演も多数。

富士中学時代から始まった落語家人生

三遊亭多歌介さんが都内から越谷へ越してきたのは、中学1年生の夏休みのこと。「ちようど漫才ブームのころで『やすしきよし』や『ツービート』が大活躍してました。その影響もあって中学の「ゆとり」の時間、中の落語研究会に入部しました」新作落語を得意とし、卒業式でもステージで笑いをとっていたそうですから、このころすでに、落語家としての人生が始まっていたのかも知れません。高校へと進学したある日、担任の教師に「先生、落語家になりたいんですけれど」と相談したら、「じゃあ、早い方がいいね」とのことだったんで（笑）、そのまま大好きだった圓歌師匠のところへ弟子入りしました。昭和58年、17歳のときのことでした

入門後、最初の名前は三遊亭歌ちわり、初高座がその翌年で、場所はなんと国立演芸場。「これまでの人生で一番緊張した体験だった」そうです。その後、平成元年に二ツ目に昇進し、三遊亭歌風を襲名、さらに平成10年には真打昇進

を果たし、名前も三遊亭多歌介へと改名して、現在、寄席はもちろん講演会などでも活躍しています。11月には母校の富士中で講演会を行い、生徒たちをたっぷりと笑わせました。

商店街を歩くのが好き

「蒧家はなつかになってからも、実家のある赤山町や瓦曾根に住んでいたことがあるんですよ」と話す多歌介さん、越谷に対する思いを聞いてみると意外にも、「昔に比べると街が整備されて暮らしやすくなっただけでしょうが、その反面ちょっと複雑な思いもありますね」という答えが返ってきました。「わたしね、商店街を歩くのが大好きなんです。仕事柄、全国のいろいろな街に行っているその街の商店街を歩いている。もちろん特色のある商店街中にはあるんですが、近ごろはどこもチェーン店ばかりが目につくようになって。時代なんですかね、ちょっと寂しいですよ」

若いときの苦労は買ってでもしろ

そんな多歌介さんに、若い人た



落語家 三遊亭多歌介さん

ちへのメッセージを伺ったところ「若いときの苦労は買ってでもしろ」ってことですかね」という答えが返ってきました。「ある方から『感謝を知らない人間は成長がない』という言葉を教えてもらいました。松下幸之助さんの言葉みたいですが、なるほどなって思いました。どういうことかというのと、「ありがと」は「有り難う」と書くように、「難」が「有る」、つまり、苦労を知ることでもあるのではないかと思っただけですね。本当の苦労を知って、はじめて感謝する心が生まれるのかもしれない

「若いときの苦労は買ってでもしろ」ってことですかね」という答えが返ってきました。「ある方から『感謝を知らない人間は成長がない』という言葉を教えてもらいました。松下幸之助さんの言葉みたいですが、なるほどなって思いました。どういうことかというのと、「ありがと」は「有り難う」と書くように、「難」が「有る」、つまり、苦労を知ることでもあるのではないかと思っただけですね。本当の苦労を知って、はじめて感謝する心が生まれるのかもしれない

目が合う距離で落語を

い。まず自分で苦労をして、それを乗り越えていかないと成長はありませんよ」

自らをおばあちゃん子だったと振り返る多歌介さん、学校はもとより老人ホームへの慰問も多いそう、で、「蒧家としては、どういうわけか越谷とはこれまであんまり縁がありませんでしたが、これを機に呼んでくださるとうれいすね。お年寄りの方も演芸場よりは、例えば近くの公民館の方が足を運びやすいだろうし、そこでまた懐かしい人との出会いがあるかもしれない。そうやって地域が活性化すれば、それに越したことはありませんからね。落語っていうのはお互いの目と目が見える距離でやる芸です。笑っていただいているうちに皆さんの目がキラキラしてくるのが、自分にとっても何より幸せなことですから」とのこと。高座に上がる前の忙しい時間、こちらが心配するほど熱心に、そして楽しそうにお話をしてくれた多歌介さん。今後、よりいっそうの活躍を期待せずにはいられません。

苦しいときこそ明るく、前向きに。「笑い」は物事を明るく考えるための大切な力なんです。

笑いは人生を明るくする源とおっしゃる三遊亭多歌介さん。富士中学校の卒業生で、三遊亭圓歌師匠に弟子入りし、今年で真打昇進12年目。高座の前、忙しい時間の合間をぬって、池袋演芸場の楽屋でお話を伺いました。

科学事始 ～わくわく体験・夢・感動～
子どもから大人まで体験できます!

「不思議な貯金箱」

日時：1/31(日)
13:30～16:00

会場：工作室
内容：お金が消える？
不思議な貯金箱
を作ります
対象：小学5年生以上
12人

参加費：200円
申込み：9:00から(電話可)



「機械を使って金属加工に挑戦しよう」

日時：2/7(日) ①「ペン立て」
②「文鎮」

①9:30～11:30
②13:00～15:00

会場：工作室
内容：旋盤やフライス盤などの機械
を使って美しく輝くペン立て
や文鎮を作ります

対象：①小学5年生以上6人
②中学生以上4人
*①・②同時申込可

参加費：①100円 ②400円
申込み：9:00から(電話可)



「アルミではんこ作り」

日時：2/14(日)
13:30～15:30

会場：工作室
内容：アルミの板を化学反応で
溶かしてオリジナルのはん
こを作ります

対象：小学5年生以上16人
参加費：50円(予定)
申込み：9:00から(電話可)



イベントガイド
GUIDE

開館時間
9:00～17:00



休館日(2月～4月)
月曜日(祝日を除く)
2/12・3/23・4/30

科学技術体験センター
ミラクル
☎961-7171 343-0851 七左町2-205-2

特別事業 **「コンピュータでおもちゃのロボットを操ろう」**

日時：2/21(日) ①入門編 ②挑戦編
①9:30～11:30 ②13:00～15:00

会場：工作室
内容：①(入門編)おもちゃのブロックで作ったロボットのモータを
制御するプログラムを作ります
②(挑戦編)各種センサを使ってより深く制御の世界に触れます
対象：①小学5年生から中学生各5人(挑戦編は、20、21年度入門
編お済みの方)

参加費：無料
申込み：1/15(金)9:00から(電話可)

「ドアチャイムを鳴らそう」

日時：3/7(日) 13:30～15:30

会場：工作室
内容：アルミパイプ等を加工してドアチャイムを作ります
対象：小学4年生以上12人
参加費：200円(予定)
申込み：1/29(金)9:00から(電話可)



「和風ペンたてを作ろう」

日時：3/14(日) 13:30～16:00

会場：工作室
内容：牛乳パックを再利用して(エコ・
ecology)机上を飾る実用性に富んだ
和風ペン立てを作ります

対象：小学5年生以上12人
参加費：100円(予定)
申込み：2/5(金)9:00から(電話可)



「回転万華鏡を作ろう」

日時：3/21(日) 13:30～16:00

会場：工作室
内容：円盤を回転させるときれいな模様が見える
万華鏡を作ります
対象：小学5年生以上12人
参加費：100円(予定)
申込み：2/11(祝)9:00から(電話可)



月ごとに変わるおもしろメニュー 先着順

	科学実験体験	科学工作体験
1月	静電気で遊ぼう③	プラスチックの不思議③
2月	音を目で見よう③	液晶の携帯ストラップを作ろう④
3月	結晶の雪を降らせよう③	ペーパーブーメランを飛ばそう③
4月	炎色反応と花火③	振り子で遊ぼう④

*水曜・金曜日は中止となる場合があります

タイトルのうしろの③は小学校3年生以上、④は4年生以上が対象です。対象学年に達していない小学生のお子さんは、保護者の方が同伴であれば参加できます。

利用案内

- 利用料金
入場無料。ただし、実験、工作等の参加費が必要な場合があります
- 団体利用(15人以上の場合)の方法
あらかじめご連絡のうえ、申請書を提出し、許可を受けてください
- 多目的ホール(祝日を除く火曜日・木曜日のみ)、レクチャー室の貸し出しには次の料金がかかります

	多目的ホール	レクチャー室
午前(9:00～12:00)	5,000円	1,000円
午後(13:00～17:00)	8,000円	1,600円
全日(9:00～17:00)	12,000円	2,300円

*越谷市、草加市、八潮市、三郷市、吉川市、松伏町以外の方は上記金額の30%増し

*科学技術体験センターの行事は、ミラクルホームページ(<http://www.miracle.city.koshigaya.saitama.jp>)や毎月発行の「ミラクルニュース」でご確認ください(内容については一部変更になる場合があります)

*発売初日は、午前10:00から
電話予約のみ受け付けします

前売情報

野村克也トークショー「弱者の戦略」

日時：4月25日(日) 14:30開演
料：全席指定2,500円
*未就学児の入場不可 *サンティメンバーズ優先予約:1/16(土)

1/17
(日)発売

Ryu&バラダシンフォニックコンサート2010

日時：5月22日(土) 14:30開演
料：全席指定6,000円
*未就学児の入場不可 *サンティメンバーズ優先予約:1/16(土)

1/17
(日)発売

鼓童 ONE EARTH TOUR 2010

日時：5月29日(土) 18:00開演
料：S席4,500円 A席3,500円 2階席1,500円
*未就学児の入場不可 *サンティメンバーズ優先予約:1/23(土)

1/17
(日)発売

ベルリン交響楽団

日時：6月20日(日) 15:00開演
料：S席8,000円 A席6,500円 B席5,000円
*シニア・学生割引あり *未就学児の入場不可
*サンティメンバーズ優先予約:1/23(土)

1/24
(日)発売

参加者募集 詳しくはサンシティへ

**子どもたちの指導者のためのワークショップvol.20
新しい人形劇ワークショップ**

日時：3月3日(水) 10:00～15:00 圃ポルティコホール
講師 則行(人形劇師)
内容：人形やオブジェ、俳優も登場して舞台を創る新しい人形
劇「フィギュア・シアター」にチャレンジしましょう!
対象：企画に関心のある大学生以上/10人
*一般公募以外の参加者を含め、全体の定員は25人となります
料：2,000円 *障害者手帳をお持ちの方は半額
申込み：2/29(金)9:00から(電話可)

**伝統芸能に楽しくふれてみよう! Vol.1
こども落語ワークショップ**

日時：1月31日(日)・2月6日(土)・7日(日) 10:00～15:00
場所：第一・二和室 圃三遊亭電楽
内容：落語を聴いて、自分を表現する楽しさ面白さを体験しよう
対象：小学3年生～6年生/15人
料：1,000円 申込み：2/29(金)9:00から(電話可)

サンシティ名画劇場

1 22・23(金/土) 26・27(金/土)
「私の中のあなた」 「ヴェイユの翼-翼と心臓-」
日時：①10:00 ②14:00 ③18:30 料：¥1,000
*割引券をお持ちの方は200円引き

◆ホール貸し出し抽せん会

申込み期間	大ホール	小ホール(5市1町内)
2/1(月)～10(水)	23年2月分	22年9月分
3/1(月)～10(水)	23年3月分	22年10月分
4/1(木)～10(土)	23年4月分	22年11月分

「ままるよやくシステム」による申込み方法
インターネット・携帯電話・一般家庭電話または直接窓口
で「抽せん申込み」の受け付けをしています。
■インターネット・携帯電話での利用は事前登録が必要
抽せん結果：毎月12日(メール・窓口にて通知)
使用の確定：当せんの方は抽せんのあった月の12日～18
日に窓口での使用申込み手続きが必要です。
なお、19日以降は上記方法で通常予約可能。
*期間内に窓口での使用申込みをされない場合は当せんの権利が取り
消しとなります。
*2/1(月)14:00からホールフロントで22年6月～22年8月の小ホ
ールギャラリーの抽せんあり
*5市1町とは、越谷市、草加市、八潮市、三郷市、吉川市、松伏町

イベントガイド
GUIDE

開館時間
9:00～21:30



(財)越谷コミュニティセンター
サンシティ
☎985-1111(代)
ホームページアドレス <http://www.suncityhall.jp>
Eメールアドレス suncityhall@mtf.biglobe.ne.jp

チケット予約専用電話
☎985-1112
受付時間 9:00～21:30
施設使用申込電話
☎985-1111
受付時間 9:00～19:00
休館日は年末年始(12/29～1/3)のみです

**サンシティクラシック・ティータムコンサート
「田村響ピアノ・リサイタル」**

日時：14:00開演
料：指定席¥3,500
自由席¥3,000
*学生は各半額
*全席1ドリンク付
*未就学児の入場不可

3/13
(土)

**谷村新司 トーク&ライブ
「ココロの学校」**

日時：18:30開演
料：S席¥6,000
A席¥5,000
*未就学児の入場不可

3/24
(水)

**こしがや若手精鋭落語会
「真の三」**

日時：18:30開演
出演：立川志ら乃・林家たけ平・
古今亭菊六・鈴々舎馬るこ
ゲスト：林家たい平
料：一般¥1,500 学生¥1,200
*学生は大学生以下
*未就学児の入場不可

3/25
(木)

**サンシティクラシック・ティータムコンサート
「前橋トビ子ヴァイオリン・リサイタル」**

日時：14:00開演
料：全席指定3,300円
*学生半額
*全席1ドリンク付
*未就学児の入場不可

5/15
(土)

**(地域のアーティストとホールの共同企画 vol.1
子どもたちのためのクラシック名曲コンサート**

日時：11:00開演(約60分/休憩なし)
会場：中央市民会館劇場
出演：佐藤久成(ヴァイオリン)
北村明子(ピアノ)
対象：3歳以上で静かに鑑賞できる方
料：無料 当日、直接会場にお越しください
*満席の場合は入場制限がございます

1/24
(日)

**(地域のアーティストとホールの共同企画 vol.2
子どもたちのためのコンサート・音楽の世界へようこそ!**

日時：13:00開演(約90分/休憩10分含む)
出演：デュオ ルクレール(サクソ&ピアノ)
ナース・ログ(パーカッション・アンサンブル)
対象：3歳以上で静かに鑑賞できる方
料：無料 当日、直接会場にお越しください
*満席の場合は入場制限がございます

3/22
(月・祝)

**早乙女太一
千年の祈り2010**

時間：①14:00 ②18:30
料：S席¥6,000 A席¥5,000
B席¥4,000 *4歳以上有料

1/29
(金)

**松たか子 コンサートツアー2010
「Time for music」**

時間：19:00
料：全席指定¥6,000
*未就学児の入場不可

2/5
(金)

**ジャズでクラシックが抜群に楽しくなった!
jazz * classic**

日時：19:00開演
出演：田光(フォトン)、
山下洋輔、XUXU(しゅしゅ)
料：S席¥4,000
A席¥3,000 2階席¥2,000
*学生各半額 *未就学児の入場不可

2/12
(金)

**おかあさんといっしょ
ぐ〜チョコランタンがやってきた!!**

時間：①13:30 ②16:00
出演：田歌のおにいさん/坂田おさむ
歌のおねえさん/瀧本瞳
料：おとな¥2,000
子ども¥1,500(1歳～小学生まで)
*1歳未満でもお席が必要な場合は有料

2/13
(土)

「親子で聴ける」クラシックコンサート4

日時：11:00開演
出演：近藤嘉宏(ピアノ)、
上松美香(アルパ)他
料：おとな¥1,500
子ども¥500 親子券¥1,800
*子どもは、3歳以上中学生まで(3歳
未満でも席が必要な場合は有料)
*親子券は、大人1人と3歳以上中学生までの子ども1人のペア料金

2/21
(日)

**小椋佳コンサートツアー2010
「邂逅JKAICO~歌劇40年、旅途上~」**

日時：18:00開演
料：S席¥7,000 A席¥6,000
*未就学児の入場不可

2/21
(日)

**劇団四季 ソング&ダンス
55ステップ**

日時：18:30開演
料：S席¥8,000 A席¥6,000
B席¥5,000 C席¥3,000
*3歳以上有料

2/23
(火)

広告

0歳からの幼児教育 興学社学園新越谷教室

七田式幼児教育

体験会 開催中!

能力発見、能力開花。

七田チャイルドアカデミー

048-989-6091

「くもんの先生」をはじめませんか。

●実子の学習は無料 ●充実した研修制度 ●安心のサポート体制

(ご自身で指導される場合)

まずは、説明会にご参加ください

時間は、いずれも10:00～12:00

会場	日程
三郷市文化会館	2月19日(金)
日本公文・越谷事務局 (住友生命越谷ビル4F)	2月23日(火)
越谷コミュニティセンター	2月26日(金)
春日部市民文化会館	3月4日(木)
草加市文化会館	3月5日(金)

お問い合わせ、詳しい資料をご希望の方は、
☎0120-834-414

日本公文教育研究会
越谷事務局
越谷市草加1-22-2 住友生命越谷ビル4F

詳しくはホームページへ
くもんの先生

携帯サイトへはこちら
<http://kumon.jp/inst/>

KUMON

自分で入る公的な個人年金

国民年金基金

掛金は男女別、年齢、年金のタイプ、口数によって決まります。(月額6万8千円まで)

年金額は口数によって決まり、生涯保証されます。(確定型年金を除く)

自営業など国民年金第1号被保険者のために
つくられた年金で、税金が優遇されています。
(60歳未満で国民年金保険料の納付が必要)
掛金の負担が少ない、若いときからの加入を
お勧めします。

資料請求、
お問い合わせは **埼玉県国民年金基金**
〒330-0064 さいたま市浦和区岸町7-11-2 松栄浦和ビル2F
☎0120-654192
☎048-838-7575
<http://www.kokunenkin.or.jp>

広告

●わくわく科学教室
◇粉の不思議 手打ちうどんに挑戦!



日時: 3/7(日)10:00~12:00
対象: 小学生以上の親子12組
申込み: 2/20(土)9:00から

●やってみようサタデーバイオ教室
日程: 2/13・4/10・7/10の土曜日(全3回)

対象: 小学3年生以上(親子可) 各回10人
時間: ①10:00~11:30、14:00~15:30
のどちらかに参加
内容: 全3回でセントポーリアの葉の植え付けから鉢上げまで、バイオテクノロジーを体験します
申込み: 1/20(水)9:00から

ガイド
GUIDE

児童館ヒマワリ

☎986-3715

開館時間
9:00~17:00



休館日(1月~4月)
月曜日(祝日を除く)
1/12・26・3/23

☎343-0842 蒲生旭町11-35

●わくわく人形劇~あいのみ文庫

日時: 2/14(日)14:00~15:00
対象: 幼児(保護者同伴)・小学生以上150人
会場: 遊戯室
申込み: 当日直接ヒマワリへ



●歌のおねえさん&歌のおかあさん
~こどもコンサート

日時: 3/22(休)14:00~15:00
対象: 幼児(保護者同伴)・小学生以上150人
会場: 視聴覚ホール
申込み: 3/5(金)9:00から



ガイド
GUIDE

児童館コスモス

☎978-1515

開館時間
9:00~17:00



休館日(1月~4月)
月曜日(祝日を除く)
1/12・19・3/23

☎343-0042 千間台東2-9

驚きと感動の科学教室
科学に関する楽しい実験を行いながら、学校では味わえない科学の不思議さや面白さを体験します。
●「葉脈標本づくり」、「かんたん電子工作」、「銀のアクセサリ」、「電気パン」、「カルメ焼きづくり」など、魅力的な科学クイズメニューを用意しています。

●「プラネタリウム」
土曜・日曜日、祝日は3回投影、平日は団体投影を受け付けています。
●「学習投影観覧会」
市内小学校4年生で、今年度学習投影を観覧したことがない児童が対象です。詳細は対象学校を通じて配布しますのでご参照ください。

ふれあい移動動物園
ポニーに乗ったり、うさぎやひよこなどと直接触れ合うことができます。
日時: 3/20(土) 10:00~15:00
(12:00~13:00は休憩)
会場: 児童館コスモス館外の庭(アスレチック広場等)
*雨天時は3/24(水)に順延となります

●一輪車クラブ発表会
コスモス一輪車クラブの子どもたちが、曲に合わせて一輪車の技の披露や演技を行います。
日時: 2/27(土) 14:00~14:45

のびのび親子教室

◇ロケットで遊ぼう

日時: 2/5(金)10:30~11:30
対象: 市内在住の2歳児と保護者25組
申込み: 1/22(金)9:00から(電話のみ)

やんちゃたいむ

◇たのしいひなまつり

日時: 2/18(木)10:30~11:30
対象: 市内在住の3歳以上の幼児と保護者25組
申込み: 2/6(土)9:00から(電話のみ)

おもしろバイオ体験

日時: 2/14(日)①13:30~14:30、②14:30~15:30
対象: 小学生以上(保護者同伴可) 各回10人
申込み: 当日先着順

春休み親子工作教室

◇紙で作る蒸気機関車~D51をつくろう

日時: 3/20(土)9:30~15:00
対象: 小学生以上の親子6組
持ち物: 昼食
申込み: 3/5(金)9:00から

*日時・内容については一部変更になる場合があります。毎月発行の「ヒマワリだより」でご確認ください

楽しく汗かこう!こどもジャズダンス教室

日時: 2/6・13・27・3/6の各土曜日(全4回)
対象: 幼児(5歳以上・保護者同伴)・小学生以上40人
持ち物: 体育館シューズ、汗ふきタオル、帽子2個
申込み: 1/20(水)9:00から

ミルキーママ・スクール

◇理学療法士による運動能力の発達について
日時: 2/25(木)10:30~11:30
対象: 市内在住の3か月~1歳6か月の乳幼児を持つ保護者20人
申込み: 1/20(水)9:00から

子育て広場 あつまれ!0歳児

日時: 2/2(火)10:00~11:00
対象: 市内在住の0歳児とその保護者20組
申込み: 1/21(木)9:00から(電話のみ)

子育て広場 あつまれ!1歳児

日時: 3/2(火)10:00~11:00
対象: 市内在住の1歳児とその保護者20組
申込み: 2/21(日)9:00から(電話のみ)

親子リトミック教室

日時: 2/12・19・26の各金曜日(全3回) 11:00~12:00
対象: 市内在住のH18.4.2~19.4.1生まれの幼児と保護者20組(3回参加できる方)
*初めて参加される方のみとさせていただきます
申込み: 往復はがきに住所、こどもの氏名(ふりがな)・生年月日、性別、電話番号を記入し、1月21日(木)必着で児童館ヒマワリまで。応募者多数の場合は1月22日(金)10:00から公開抽せん

平成22年度前期クラブ員募集

クラブ名	日時	対象	申込み
ラケットテニスクラブ	4/10(土)から全8回 9:00~10:30	小学4年生以上20人	3/20(土)9:00から
卓球クラブ	4/11(日)から全8回 9:00~10:30	小学生以上30人	
こどもエコクラブ(通年)	4/17(土)から全10回 10:00~11:30	小学生以上30人	
陶芸クラブ	4/25(日)から全5回 9:30~12:00	小学4年生以上20人	4/6(火)9:00から
ヒマワリくらぶ(通年)	4/25(日)から隔月全6回 10:00~11:30	小学1~3年生20人	
パソコンクラブ(通年)	5/22(土)から全5回 10:00~11:30	小学3年生以上12人	5/6(木)9:00から
生物クラブ(通年)	5/23(日)から隔月全6回 10:00~11:30	小学4年生以上20人	

おもしろ科学教室

日時: ①1/17(日) ②2/14(日) いずれも10:00~12:00
内容: ①葉脈標本のオリジナルしおりを作ろう
②ホッカホカの電気パンを作ろう
対象: 小学生以上各回20人(小学3年生までは保護者同伴・乳幼児の入室不可)
参加費: ①100円 ②150円
申込み: ①受け付け中 ②1/31(日)いずれも9:00から

子どもクラフト教室

日時: 3/14(日)10:00~12:00
内容: 銀のアクセサリを作ろう
対象: 小学生以上15人(小学3年生までは保護者同伴・乳幼児の入室不可)
参加費: 500円
申込み: 2/28(日)9:00から

ふれあい科学教室

日時: ①1/24(日) ②2/21(日) いずれも10:00~12:00
内容: ①パッチンICオルゴール
②カルメ焼きにチャレンジ
対象: 小学生と保護者各回10組(乳幼児の入室不可)
参加費: ①400円 ②150円
申込み: ①受け付け中 ②2/7(日)いずれも9:00から

*改修工事のため行事が中止になる場合がありますのでご了承下さい

天体観望会

日時: ①2/6(土) ②3/6(土) いずれも18:30~20:00
内容: ①冬の星空探訪
~冬のダイヤモンドとプレゼベ星団
②早春の星空探訪
~まだ楽しめる冬の星座とオリオン大星雲
対象: 小学生~大人各回50人(小学生は保護者同伴・乳幼児の同伴不可)
申込み: ①1/23(土) ②2/20(土) いずれも9:00から

プラネタリウム

日程・内容: 冬の星空と輝けアルカス(3/14(日)まで)
黄道12星座と春の星空(3/21(祝)から)
投影日: 土曜・日曜日、祝日(平日は団体投影日)
*春休み期間中は休館日を除き毎日投影
時間: 11:00から、14:00から、15:30から
観覧料: 小学生以上 1人1回100円

*日時・内容については一部変更になる場合があります。毎月発行の「コスモスだより」でご確認ください

*事前に予約が必要な行事については、受付初日の午前中は電話のみの受け付け。午後からは、窓口でも受け付けします
*定員のある行事は申込み順になります
*参加費はいずれも材料費となります

ミルキーママスクール

日時: 3/12(金)10:00~11:00
内容: 言葉の発達について(講師:言語聴覚士)
対象: 開催日当日2歳未満の子を持つ保護者25人 *保育室あり(保育人数に限りあり)
申込み: 2/26(金)9:00から

親子であそびましょう!

日時: 2/24(水)10:00~11:30
内容: 「おひなさま作り」折り紙や色画用紙などを使って、親子で簡単なおひなさまを作ります
対象: 未就学児と保護者
申込み: 当日自由参加

サイエンスタイム

◎サイエンスショー
日時: 土曜日・祝日 13:30~13:45
内容: 「サイエンスマジック3」、「静電気であそぼう」、「夢のしゃぼん玉」
◎サイエンスクラフト
日時: 日曜日 13:30~13:50
内容: 「アルソミトラを作ろう」、「ミラクルコトを作ろう」

アニメ映画(月替わりで上映します)

日時: 土曜・日曜日、祝日 14:50~15:15
内容: 1月「レオナルド・ダ・ビンチ」
2月「キュリー夫人」

広告

ひな人形 五月人形
全国の有名店を顧客に持つ「製造師」ならではの実績を価格に反映!

日本の伝統を今に伝える
人形の佐倉
☎048-961-6333
越谷市東町3-205-1 専用駐車場完備
越谷レイクタウンそば 当店

ヤマハ音楽教室/英語教室
教室体験・見学できます!!
ピアノや調律・防音室、楽器相談・進路相談もすべてお任せください!

YAMAHA 特約店
和幸楽器 越谷店
越谷市越ヶ谷2-8-1(市役所そば)
TEL048-964-8411
http://www.wako-gakki.co.jp/

木製知育玩具・教育玩具・構成玩具
七田式プリントA/B/C/D
2歳~6歳の就学前にちえもじかすの総合プリント始めませんか?
EJISONNOTAMAGO
http://www.ejisonnotamago.com/
産業道路(115)沿いマクドナルド南町店並び
〒343-0832 越谷市南町2-11-5
TEL&FAX: 048-961-4066
店舗営業時間:11時~18時半 定休日月曜日(祝日は営業)

同じことを100回質問しても
100回笑顔でお答えします!

ゆっくり 楽しく 学べる♪
みなさまに置かれて24年
あなたの街の
ぱそこん教室 アイテム
★厚生労働省指定講座認定校
★日商検定会場(どなたでも受けられます)
越谷市下間久里1181-1
www.item-oa.jp ☎975-9311

リハビリなんでも相談

理学療法士がリハビリについての相談をお受けします。

日時：2/4(木)・3/4(木)・4/8(木) 9:30~11:00

場所：機能回復訓練室
内容：機能回復訓練室の機器の使用
方法や日常生活における機能
訓練、腰痛予防、筋力や体力
向上などのアドバイスをいた
します

対象：市内在住で60歳以上の方、ま
たは保健センターの指導のあ
った方8人(先着順)

費用：無料
申込み：当日直接ゆりのき荘へ

イベントガイド GUIDE

開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター

ゆりのき荘

☎992-6601 343-0011 増林3-2-2



ふれあいデー (一般開放日)

日時：2/20(土)・3/20(土)・4/17(土) 9:30~16:00

内容：卓球、ペイゴマなど
対象：市内在住の方なら、どなたでもご利用になれます
費用：無料

ゆりのき祭

日時：1/27(水)~30(土) 9:30~16:00

*1/30(土)は15:00まで
【開会式】1/27(水) 10:30~
【閉会式】1/30(土) 15:00~
内容：ゆりのき荘で活動しているク
ラブの発表会および展示
対象：市内在住の方ならどなたでも
ご覧になれます



ゆりのき荘を一部ご利用にならない日

- 2/6(土)終日 教養娯楽室 増林地区老人クラブ連合会新年会のため
- 2/14(日)終日 浴室 東埼玉資源環境組合の施設点検による温水供給停止のため
*浴室以外はご利用になれます

休館日

2月	1(月)・8(月)・15(月)・22(月)
3月	1(月)・8(月)・15(月)・23(火)・29(月)
4月	5(月)・12(月)・19(月)・26(月)

温水プール

【公開時間】 最終遊泳時間

- 1部：9:30~12:00 (11:45)
- 2部：13:00~15:30 (15:15)
- 3部：16:00~18:30 (18:15)
- 4部：19:00~21:30 (21:15)

*公開時間は、プール受付開場時間から
更衣室利用終了時間までの2時間30分です
*各部では、公開開始から1時間後に10分間の休憩時間があります
*混雑時には入場制限することがあります
*毎週木曜・日曜・リラクゼーションプールは、メンテナンスの
ため21:00で終了となります

【利用料金】一般400円、小・中学生300円、60歳以上200円
*60歳未満の障がい者は、半額です
*車いすの方もご利用いただけます
*3歳未満の方は利用できません
*年齢を問わず、排せつが自立していない方は
利用できません



一部施設の利用休止のお知らせ

- 東埼玉資源環境組合の施設点検による温水供給停止のため
- 温水プール ①2/14(日)終日 ②2/16(火)第1部
 - トレーニングルーム更衣室シャワー ①2/14(日)終日

イベントガイド GUIDE

開館時間 9:00~21:30

いきいき館

越谷市民プール

☎992-6602 343-0011 増林3-2-2



トレーニングルーム

【利用時間】9:30~21:15 (更衣室利用終了時間21:30)
*初めての方は初回講習会(予約制)の受講が必要となります
直接市民プールへお申し込みください(電話可)
講習会は開館日の ①14:00~ ②19:00~ の2回です
【利用料金】一般(高校生以上)1回400円、60歳以上 1回200円
*60歳未満の障がい者は、半額です
*車いすの方もご利用いただけます
*中学生以下は利用できません



休館日

2月	1(月)・8(月)・15(月)・22(月)
3月	1(月)・8(月)・15(月)・23(火)・29(月)
4月	5(月)・12(月)・19(月)・26(月)

*掲載内容は都合により変更になる場合があります。詳しくは、ゆりのき荘・越谷市民プールへお問い合わせください

ふれあいデー (一般開放日)

日時：2/7(日)・3/7(日)・4/11(日)

内容：卓球、輪投げ、バンパーなど
対象：市内在住の方なら、どなたでもご利用になれます

費用：無料

けやき祭 (クラブ発表会)

日程：2/18(木)~21(日)
時間：展示部門 18(木)~21(日) 9:30~16:00
(18日は12:00~・21日は15:00まで)
演出部門 19(金)~21(日) 10:00~15:00
お茶会 19(金) 10:00~

内容：けやき荘で活動しているク
ラブの発表会および展示
対象：市内在住の方なら、どなたでも
ご覧になれます

けやき荘を一部ご利用にならない日

- 1/15(金) 午前中教養娯楽室 越谷市老人クラブ連合会新年会のため
- 3/5(金) 午前中教養娯楽室 越谷市老人クラブ連合会役員会・指導者研修会のため
- 3/7(日) 終日教養娯楽室 越谷健康マラソン祭のため

イベントガイド GUIDE

開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター

けやき荘

☎965-5822 343-0852 新川町2-55



ハッポちゃん体操講習会

日時：1/20(水)・22(金)・27(水)全3回 14:30~15:00

内容：ハッポちゃん体操専門員によ
る実技指導および講習
対象：市内在住の60歳以上の方
費用：無料
申込み：当日直接けやき荘へ運動のし
やすい服装でご参加ください

健康講座

日時：2/12(金) 12:30~13:10

講師：老人福祉センターけやき荘
赤池敏子看護師
内容：ロコモティブ・シンドローム(運
動器症候群)の理解と日常動作
の工夫について-講話と実技-
対象：市内在住の60歳以上の方
費用：無料
申込み：当日直接けやき荘へ

休館日

2月	8(月)・11(祝)・14(日)・22(月)・28(日)
3月	8(月)・14(日)・22(休)・23(火)・28(日)
4月	4(日)・12(月)・18(日)・26(月)・29(祝)

ふれあいデー (一般開放日)

日時：2/14(日)・3/14(日)・4/18(日) 9:30~16:00

内容：映画「男はつらいよ」上映
(10:10から・13:10からの2回
上映)ピリヤード、卓球

*2/14(日) 相撲甚句(11:45~12:45)
*3/14(日) コーラスしらすぎク
ラブによる歌の発表
(12:00~12:30)

対象：市内在住の方なら、どなたでも
ご利用になれます
費用：無料

生活・健康相談

日時：開館日の10:00~15:00
対象：60歳以上の方

2月	1(月)・7(日)・11(祝)・15(月)・21(日)
3月	1(月)・7(日)・15(月)・21(祝)・22(休)・29(月)
4月	5(月)・11(日)・19(月)・25(日)・29(祝)

イベントガイド GUIDE

開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター

くすのき荘

☎979-6600 343-0005 大杉655



リハビリなんでも相談

理学療法士がリハビリについての相談をお受けします。

日時：2/19(金) 9:30~11:00

場所：多目的ホール
内容：機能訓練の方法、腰痛予防、
筋力向上、体力向上、血圧測
定など
対象：市内在住の60歳以上の方8人
(先着順)

費用：無料
申込み：当日直接くすのき荘へ

健康講座

日時：2/12(金) 10:00~12:00

内容：保健師が、風邪の予防につい
て講話します
対象：市内在住の60歳以上の方30人
費用：無料
持ち物：筆記用具
申込み：1/19(火)~29(金)
本人が直接くすのき荘へ(電話可)

くすのき荘を一部ご利用にならない日

- 3/11(木) 午前中 浴室 消防訓練のため

*掲載内容は都合により変更になる場合があります。詳しくは、けやき荘・くすのき荘へお問い合わせください

あなたの街の電気の便利屋です。



電気の事でお困りでしたら
いつでも!ご相談ください。

- 例えば:
- スイッチ・コンセントの交換・増設
 - 高くて届かない所のランプの交換
 - エアコンの取り付けなど
 - 照明器具の交換・増設
 - 火災報知器の点検・修理 などなど

地元越谷で実績・信頼のハラサカ電気

有限会社 **ハラサカ電気**
越谷市大沢1-13-15 TEL 048(976)3591
http://www.harasaka.jp

「お葬式相談会」 参加者募集! 無料

- ◎日時:1月23日(土)10時~11時30分
- ◎場所:サンシティホール
(越谷コミュニティセンター)第2会議室
- ◎人数:30名 *定員になり次第、締め切らせていただきます。

お申し込み先
はせがわお葬式相談センター
0120-558-594
または、はせがわ越谷店へ(蒲生寿町6-88)

決まり事が多いお葬式。
でも何一つ、
知らない…。



日本女性初 葬儀プロ司会者・葬儀相談員の田中のり子が “お葬式” をプロデュース
(儀典オーガナイザー呼称資格認定士)

家族葬式場・仏事相談所

市民葬祭ホール

を創りました

市民葬祭ホール 0120-033-135
越谷市蒲生西町20-4 蒲生駅西口徒歩1分・駐車場有

(株) サマリア 0120-033-207
越谷市大成町2-347 (司会部・葬祭部・ギフト部)

こしがや行事予定

日程は変更になる場合があります
時間などのお問合せは広報広聴課 ☎ 963-9117 へ

2月

越谷市こどもエコクラブ交流会

■ 2日(火) 児童館ヒマワリ
豆まき ■ 3日(水) 大聖寺(相模町)

わくわくアート ■ 5日(金)～10日(水) 中央市民会館

なわとび大会 ■ 7日(日) 総合体育館

市展 ■ 11日(祝)～18日(木) 中央市民会館4階会議室

体育賞表彰式&スポーツ講演会

■ 21日(日) 中央市民会館劇場

野島地蔵尊の大開帳 ■ 24日(水) 浄山寺

消防音楽隊定期演奏会 ■ 28日(日) サンシティ大ホール



豆まき



消防音楽隊定期演奏会

3月

花の展覧会 ■ 4日(木)・5日(金) 市役所1階ロビー

梅まつり ■ 6日(土)・7日(日) 越谷梅林公園

郷土芸能祭 ■ 7日(日) サンシティ小ホール

健康マラソン祭 ■ 7日(日) 県民健康福祉村

さくらフェスタ2010

■ 20日(土) さくら広場(北越谷)

北越谷桜まつり ■ 下旬 北越谷の元荒川堤



さくらフェスタ



花の展覧会



4月

出羽チューリップコミュニティフェスタ2010

■ 4日(日) 出羽公園

不動橋こいのぼりフェスティバル

■ 29日(祝) 相模町スポーツ公園付近

苗木の無料配布 ■ 下旬 中央市民会館東側広場



出羽チューリップコミュニティフェスタ



不動橋こいのぼりフェスティバル

INSIDE STORY 楽屋裏

鴨ネギ鍋、給食、メタボ…今号の特集のキーワードは「食」でした。10ページには給食時間中の写真を載せていますが、児童たちが皆前を向いて食べているのにお気づきでしょうか。時代も変わった…わけではありません。向かい合わせにならないように座り、インフルエンザの感染を予防するためにしているそうです。

わたしもこの冬は無縁のまま過ごせるよう、「食」に気をつけて乗り切りたいと思っています。(や)



古紙配合率70%再生紙を使用しています

広報こしがや季刊版 ● 平成22年冬号 (No.1233)



環境にやさしい大豆油インキを使用しています

■ 発行/越谷市 ☎ 343-8501 埼玉県越谷市越ヶ谷四丁目2番1号 ☎ 048(964)2111(代表) FAX048(965)6433

■ 編集/秘書室広報広聴課 ☎ 048(963)9117(直通)

市ホームページをご覧ください。アドレスは <http://www.city.koshigaya.saitama.jp>

TRY

生涯学習メニュー
応援します、
あなたの生涯学習

【トライ】 No.40



発行:越谷市生涯学習推進市民委員会

《事務局》越谷市教育委員会 生涯学習部 生涯学習課

☎ 343-8501 越ヶ谷4-2-1 ☎ 963-9283 FAX 965-5954

発行にあたり

- このTRYは、市ホームページからもご覧になれます。ホームページ
- 詳細・申込みについては、各機関・施設に直接お問い合わせください。
- 開催日時および内容等は、変更する場合がありますので、ご了承ください。

金曜講座(9:30~11:30)

「活き活きシティ 生き生きライフ」

開催日	内容(仮題)
2/18 (木)	地域医療 越谷市立病院 高橋 良子看護師長
金曜特別講座 2/26 (金)	天気から見る地球温暖化 気象予報士 平井 信行さん
3/5 (金)	宮沢賢治 文教大学文学部 教授 鈴木 健司さん
3/12 (金)	地球の話 神奈川県立生命の星・地球博物館 館長 斉藤 靖二さん
3/19 (金)	美しく輝いて生きる心 女流講談師 神田 すみれさん
3/26 (金)	脳と心 NPO法人ヘルスカウンセリング学会 川幡 和子さん

土曜講座(9:30~11:30)

「共に学び、未来を拓こう！」

開催日	内容(仮題)
2/20 (土)	現代社会とイスラムの世界 獨協大学講師 藤原 和彦さん
2/27 (土)	今後の地域・越谷の医療機 関はどうなるか 医療機関経営コンサルタント 塚田 季明さん
3/6 (土)	身近なおもしろ数学 生きがいと健康づくり講師 須永 昇さん
3/13 (土)	ギターとフサルタリー —古代ギリシャ楽器のお話と演奏— ギター・フサルタリー奏者 能勢 希さん他
3/20 (土)	都市改造への提案 —越谷市・都市のヒートアイランド現象— 元東京ガス常務取締役 小林 惇さん
3/27 (土)	江戸町奉行 大岡越前守と遠山の金さん 作家 高橋 千剣破さん



本講座は、講座の内容から講師の依頼など、市民参加による「こしがや市
民大学企画運営委員会」委員の、創意と工夫による手作りの講座です。年齢
条件や男女の別なく、土曜日と金曜日の講座を開講しています。2歳以上の
無料保育を行いますので、子育て中の方も受講ができます。学びの楽しさと
大切さを感じることや、学びのきっかけづくりを提供します。

2月18日(木) 金曜講座が、2月20日(土) 土曜講座が中央市民会館等で開講！
各講座 全6回・受講生募集！ *都合により金曜講座1回目は(木)となります

こしがや市民大学冬季講座

金曜講座 土曜講座 開講



*ただし、初日と最終日は9:30~11:45 *金曜特別講座は、金曜・土曜講座の各受講生が受講可

会場／中央市民会館等
対象／市内在住・在勤・
在学の方
定員／各講座70人(申込
み多数〓抽せん)
参加費／無料
申込み／往復はがきに下
記の必要事項を記入

【往復はがき記入例】

往信用 表面

郵便往復はがき
343-8501

越谷市越ヶ谷
4-2-1

越谷市教育委員会
生涯学習課
市民大学担当
行

往信

往信用 裏面

- 希望講座 ○○講座
*金曜または土曜のいずれか
- 保育希望 有・無
どちらかに○印
有の場合
お子さんの氏名 ○歳児
- 郵便番号 住所
- 氏名(ふりがな)
- 年齢 6 性別
- 電話番号

往信面 金曜講座または土曜講

座のいずれか

「保育希望の有無・お子さん
の氏名・年齢」郵便番号・住
所・氏名(ふりがな)年齢・性
別・電話番号

返信面 郵便番号・住所・氏名

締め切り／1月21日(木)(消印有効)

問合せ先／生涯学習課 生涯学習担当

☎ 343-8501

越ヶ谷四丁目2番1号

☎ 963-9283

あだたら高原少年自然の家

冬のスキーから春の高原散策まで、あだたらの自然を満喫

少年自然の家からあだたら高原スキー場まで車で5分。

少年自然の家を利用して、ご家族、友人とスキーを存分にお楽しみください。レンタルスキーもお受けいたします。

また、今年の春のご予定はお決まりですか。少し早めの計画で、春のあだたら高原を楽しみましょう。



少年自然の家一般利用可能日

1月 23(土)・30(土)

2月 6(土)・13(土)・28(日)

3月	月	火	水	木	金	土	日
	—	—	—	—	—	—	7
	—	—	10	11	12	13	14
	—	—	17	18	19	20	21
	—	—	24	25	26	27	28
	—	—	31				

4月	月	火	水	木	金	土	日
	—	—		1	2	3	4
	—	—	7	8	9	10	11
	—	—	14	15	16	17	18
	—	—	21	22	23	24	25
	—	—	28	29	30		

5月	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
	3	4	5	—	—	8	9
	—	—	12	13	14	15	16
	—	—	19	20	21	22	—
	—	25	26	27	28	29	—
	—						

宿泊料金	利用者区分	一般	小中学生
	5市1町内	1,700円	700円
	上記以外	2,200円	900円

*宿泊料金には、冬期暖房料(11月～4月 1泊200円)が含まれます

*5市1町内とは、越谷市・草加市・三郷市・八潮市・吉川市・松伏町に在住・在勤の方です

- 申込み 5市1町内利用者は利用日の3ヶ月前から、その他の利用者は2ヶ月前から予約を受付します。電話で施設の空き状況をご確認ください。
- 問合せ 生涯学習課 青少年担当 ☎963-9308

平成21年度人権・同和問題講演会

日時/2月19日(金)
午後1時開場
午後1時30分開演

講師/石井 めぐみ さん

テーマ/もっと多くの人に知って欲しい!
やさしい街 やさしい人
★手話通訳あり
★講演終了後、映画視聴(「声を聞かせて」予定)

会場/サンシティ小ホール(南越谷1-2876-1)

入場料/無料

申込み/当日、直接会場へ

主催/越谷市人権教育推進協議会、
越谷人権啓発活動地域ネットワーク協議会、
越谷市、
越谷市教育委員会

共催/越谷市人権擁護委員協議会越谷部会

問合せ/生涯学習課生涯学習担当
☎963-9283



石井めぐみ(女優)

◆生年・出身・学歴:1958年 東京都生まれ
早稲田大学教育学部卒業

◆経歴:卒業後ドラマ「噂の刑事トミーとマツ」「たけしくんハイ!」「オレたちひょうきん族」などに出演。司会、ナレーション、インタビュー、コメンテーターとして活躍。1996年に障がいを抱えた長男の成長を綴った「笑ってよ、ゆっぴい」を執筆し、その子育ての様子はフジテレビ「愛の家族スペシャル・ゆっぴいのばんそうこう」としてテレビでも紹介され反響を呼ぶ。現在、俳優業の他にも講演活動など幅広く活躍。また、重度障がい児の親の会「てんしのわ」を立ち上げ、インターネットを通じて親同士の交流をはかり相談にも応じている。

◆障がい者問題をテーマにした映画出演:「ウィニング・パス」(2003)「筆子その愛～天使のピアノ」(2007)「ふるさとをください」(2008)「ゆずり葉」「ぼくはうみがみたくなりました」(2009)

第10回市展(越谷市美術展覧会)開催

毎年、たくさんの皆さんにご来場いただいている市展を、今年も開催します。

選考により入選された市内在住・在勤・在学の方の秀作・力作が展示されます。

美術に親しまれている方はもちろん、「何か趣味を持ちたい」と考えている方にも参考になると思います。また、「芸術は敷居が高そう…」とお考えの方も、ぜひ、お気軽にお越しください。皆さんのご来場をお待ちしています。

日時 2月11日(祝・木)～18日(木) 8日間
午前10時～午後6時
(最終日は午後4時まで)

会場 中央市民会館4階 第13～18会議室、
会議室A・B

部門 日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真

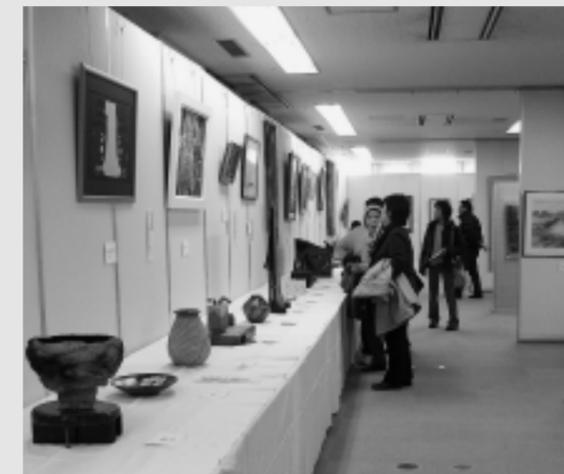
入場料 無料

主催 越谷市美術展覧会実行委員会・越谷市・越谷市教育委員会

後援 越谷市文化連盟

協賛 東武よみうり新聞社

問合せ 越谷市美術展覧会実行委員会事務局(生涯学習課内) ☎963-9307



「第9回市展」の様子

第26回越谷市郷土芸能祭

人々が暮らしの中で伝えてきた、お囃子や神楽、獅子舞や木遣りなどの郷土芸能。それらを、越谷市郷土芸能保存協会の皆さんや、小学生たちが披露します。中には県や市の「無形文化財」に指定されているものもあります。越谷に伝わる郷土芸能を、皆さんも見に来ませんか?

日時 3月7日(日)

午後0時30分～午後4時50分

会場 サンシティ小ホール

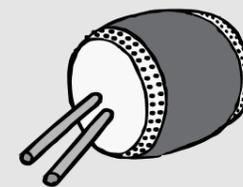
内容 市内に伝わる郷土芸能(囃子・神楽・木遣り・太鼓等)を保存・継承している団体による実演

入場料 無料

主催 越谷市郷土芸能祭実行委員会・越谷市・
越谷市教育委員会

共催 越谷市郷土芸能保存協会

問合せ 越谷市郷土芸能祭実行委員会事務局(生涯学習課内) ☎963-9307





一般コーナー



学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場・申込み
郷土史 ～ふるさと越谷～	3/2・9・16 火曜日 10:00～12:00 全3回	越谷の今昔を貴重な写真で見て学び地域の理解を深める 講師 高崎力さん	無料	市民 (25人)	2/16(火)9:45～10:00に直接新方地区センター・公民館(大吉470-1 ☎971-0800)へ(申込み多数=抽せん)
がもう楽生塾 冬季講座	1/23・2/13・27・3/13 土曜日 10:00～12:00 全4回	団塊の世代を中心に定年退職後の地域デビューのきっかけや友人・仲間づくりを応援します	1500円	市民 (25人)	受付中、参加費を添えて直接蒲生地区センター・公民館(登戸町33-16 ☎988-0600)へ(申込み順)
レディー・ スクール	1/28～3/25 毎週木曜日 10:00～11:50 (3/4のみ9:30～) 全8回	年金講座、美容講座、心理学講座、健康づくり講座、卵油の作り方講座、スープ&フルーツカービング体験講座	材料費 600円	市内在住の 女性(20人)	1/22(金)10:00～10:15に材料費を添えて直接新方地区センター・公民館(大吉470-1 ☎971-0800)へ(申込み多数=抽せん)。定員に満たない場合は、翌日から電話可
「遺言・相続・ 後見講座」 ～財産を守るために～	2/7・14 日曜日 9:30～11:30 全2回	遺言・相続・成年後見制度の学習を通じて、正しい知識を身につけ、様々な場面で生かせることを目的とする。 講師 松野俊彦さん	無料	市民 (30人)	1/23(土)9:30～9:45に直接新方地区センター・公民館(大吉470-1 ☎971-0800)へ(申込み多数=抽せん) 定員に満たない場合は、翌日から電話可
荻島教養講座	2/10・17 水曜日 10:00～12:00 全2回	団塊の世代を中心に、世界遺産について学ぶ 講師 小川隆雄さん、菅谷直さん、志水武雄さん	無料	市内在住の 概ね60歳以上 の方(30人)	1/23(土)10:00～10:15に直接荻島地区センター・公民館(南荻島190-1 ☎974-9555)へ(申込み多数=抽選)
初級陶芸教室	2/21・28・3/14 日曜日 9:30～12:00 全3回	初級者の方を対象に陶芸の基礎を学び自分だけのお椀などを作成する 講師 渡部好雄さん	材料費 1500円	市民 (16人)	2/7(日)9:30～9:45に材料費を添えて直接荻島地区センター・公民館(南荻島190-1 ☎974-9555)へ(申込み多数=抽選)
中国古典講座	2/16・23・3/2 火曜日 13:30～15:30 全3回	中国古典の内容は現代でも参考になることが多く、現代を生きるうえでの知恵や勇気を学ぶ 講師 語口明さん	無料	市民 (50人)	1/22(金)9:00から直接桜井地区センター・公民館(下間久里792-1 ☎970-7600)へ。電話可(申込み順)
歴史探訪講座	2/17・24・3/3・10 水曜日 14:00～16:00 全4回	今後の大河ドラマの傾向について「龍馬」や「坂の上の雲」などに触れながらどのような路線になるかを考える 講師 加藤蕙さん	無料	市内在住の 成人 (50人)	1/27(水)13:00から直接大沢地区センター・公民館(大沢2-10-40 ☎976-5800)へ(申込み順)。定員に満たない場合は翌日から電話可
フラワーセラピー 講習会 ～花の処方箋で 心も体もリラックス～	2/19・26 金曜日 10:00～12:00 全2回	フラワーセラピーの基礎知識を学び、実際に『花の処方箋』(フラワーアレンジメント)を作成する。今回は早春の花を利用した安眠効果のある処方箋を作成する。 講師 阿部瓜子さん	2800円	市内在住の 成人女性 (20人)	会場：川柳地区センター・公民館2階会議室 1/23(土)8:30から参加費を添えてご本人が直接川柳地区センター・公民館(川柳町2-485 ☎987-8213)へ。電話・代理申込み不可(申込み順)
こしがや 高齢者学級 ～落語鑑賞会～	3/18(木) 14:00～16:00	落語を鑑賞し、心豊かに過ごす 講師 三遊亭楽善さん	無料	どなたでも (332人)	会場：中央市民会館1階劇場 3/18(木)直接会場へ(先着順)。問合せは越ヶ谷地区センター・公民館(越ヶ谷4-1-1 ☎965-3093)へ
シルバースクール 健康カラオケ教室	2/5・12・19 金曜日 14:00～16:00	実技指導を通して歌い方の基礎から専門的な知識までを学ぶ 講師 安井鳳雄さん	無料	60歳以上の 市民(100人)	1/29(金)8:30から直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ(申込み順)。定員に満たない場合は翌日から電話可
健康づくり 推進事業 「男の料理教室」	①2/13 ②2/27 土曜日 9:30～13:00	はじめて料理にチャレンジ! 簡単中華料理を体験しましょう! 今や家事も料理も「男はなくてもいい」という考えはなくなりつつあります。自分で包丁を握り健康を考えた料理をつくる体験をしてみませんか? 講師 八軒孝子さん、東久子さん	材料費 2000円 (2回分)	市内在住の 男性(16人)	1/30(土)から材料費を添えて直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ(申込み順)。定員に満たない場合は翌日より電話可
七宝焼き教室	2/18(木) 10:00～13:00	七宝焼きにチャレンジ! あなたが作る世界でただ一つのオリジナル! ペンダント。参加してみませんか! 講師 岩本恭子さん	材料費 1500円	市民 (16人)	1/28(木)8:30から材料費を添えて直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ。定員に満たない場合は翌日より電話可
家庭教育学級	3/21(祝) 13:00～15:00	「障がい者の人権講演会」 講師 水野守久さん(手話落語研究会「笑草会」会員)	無料	市民(70人)	3/6(土)8:30から大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ
0296 Music Festival 2010 春	3/21(祝) 12:30開場 13:00開演	大袋地区ほかで活動する団体のジャズの演奏・発表	無料	どなたでも (入場整理券 が必要)	会場：サンシティ小ホール 2/1(月)から大袋地区センター・公民館(大竹160-2 ☎975-3952)および千間台記念会館で入場整理券を配付 問合せ 大袋地区センター・公民館



子どもコーナー

市民の方ならどなたでも参加できる講座です。
お住まいの地区以外の地区センター・公民館
へも足を運んでみませんか?



学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場・申込み
子ども 遊び探検隊	⑩2/27 土曜日 10:00～12:00	⑩工作「おひな様を作ろう」 体験や遊びを通して、創造性やふれあいを学ぶ 講師 越谷市余暇活動指導者連盟	材料費 実費負担	市内在住の 小学生 (30人)	当月第1土曜日8:30から材料費を添えて直接川柳地区センター・公民館(川柳町2-485 ☎987-8213)へ(申込み順)
子どもなんでも 体験教室③ ～子どもの 料理教室～	2/6 2/13 2/20 2/27 土曜日 10:00～12:00 各1回	「お好み動物パン」 「まきまきケーキ」 「ピタパンとポテトサラダ」 「のり巻き、おいなりさん」 講師 火曜パンケーキクラブ	300円 (1講座)	市内在住の 小学生 (20人)	1/23(土)10:00～10:15に参加費を添えて直接越ヶ谷地区センター・公民館(越ヶ谷4-1-1 ☎965-3093)へ(申込み多数=抽せん) ※複数講座の申込み可
子ども遊学教室	1/16・2/13・3/13 土曜日 10:00～12:00 各1回	小学生を対象に遊びを通して多くの知識や技術について学ぶ 講師 犬橋美代子さん他	材料費 実費負担	市内在住の 小学生 (20人)	前月第4土曜日9:00から材料費を添えて大沢地区センター・公民館(大沢2-10-40 ☎976-5800)へ。電話可(申込み順)
子ども伝統文化 教室(茶道)	2/20・2/27・3/6 土曜日 13:30～15:30 全3回	日本の伝統文化である茶道を通して食の大切さと礼儀作法を学ぶ 講師 永峰ミツさん	お菓子代 600円	市内在住の 小学生 (15人)	1/30(土)13:00から参加費を添えて直接大沢地区センター・公民館(大沢2-10-40 ☎976-5800)へ(申込み順)
小学生の パンづくり教室	3/21(祝) 9:00～13:00	チャレンジしよう! 手作りのパン 講師 佐藤妙公さん、高山博子さん	材料費 700円	市内の 小学生 (15人)	2/28(日)8:30から材料費を添えて直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ(申込み順)。定員に満たない場合は翌日より電話可



親子コーナー

*申込み多数により抽せんの場合は、1組1回の抽せんとなります。
なお、定員に満たない場合もありますので、地区センター・公民館
へお問い合わせください

学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場・申込み
親子 リフレッシュ講座	1/29～2/26 毎週金曜日 10:15～12:00 全5回	親子で楽しみながら心豊かな子育てを学ぶ	材料費 600円	2～3歳児と その保護者 (20組)	1/22(金)10:15～10:30に参加費を添えて直接北越谷地区センター・公民館(北越谷4-8-35 ☎976-5758)へ(申込み多数=抽せん)
親子遊びと リトミック教室	①2/16 ②2/23 ③3/2 ④3/9 ⑤3/16 火曜日 全5回 10:00～11:30	「みんな、ともだち」 「お手紙遊び」 「布で遊ぼう」 「お買い物に行こう」 「忍者に変身」 講師 子育てサポーター・チャオ	材料費 300円	市内在住の 3～4歳児と その保護者 (20組)	2月2日(火)8:30から材料費を添えて直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ(申込み順)。定員に満たない場合は翌日より電話可
家庭教育学級 「親の学習 プログラム」	3/23(火) 10:00～11:30	「親子のかかわり方について」 講師 子育てサポーター・チャオ 保育あり	無料	市内在住の 親子(20組)	2/25(木)8:30から直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ。定員に満たない場合は翌日より電話可
親子で作る 万華鏡作り 講習会	3/7(日) 9:30～11:30	万華鏡覗けば別世界! 親子でこだわりの万華鏡作りに挑戦してみませんか! 講師 内田雅彦さん (元県立越ヶ谷高等学校長)	材料費 100円	市内在住の 小学生と保 護者 (15組)	2/13(土)8:30から材料費を添えて直接大相模地区センター(相模町3-42-1 ☎988-7370)へ。定員に満たない場合は翌日より電話可

会員募集

役に立つ英会話	日時：土曜日(月3回～4回) 10:00～11:30 会場：越ヶ谷地区センター・公民館 内容：英会話	入会金：なし 会費：3ヶ月10000円 問合せ：長瀬 ☎975-4788
パコム コーロ・チャイア	日時：毎週月曜日10:00～12:00 会場：蒲生地区センター・公民館 内容：女声コーラス	入会金：なし 月会費：3500円 問合せ：折出 ☎988-8605
登戸ダンスクラブ部	日時：毎週水曜日18:00～19:30 会場：第1・第3水曜日蒲生地区センター・公民館 第2・第4水曜日蒲生交流館	入会金：1000円 月会費：2000円 内容：社交ダンス 問合せ：野口 ☎985-3711
もえぎスケッチクラブ	日時：第1・第3土曜日9:00～12:00 会場：蒲生地区センター・公民館 内容：色鉛筆でスケッチ	入会金：なし 月会費：2500円 問合せ：新井 ☎965-2720

越谷市立図書館 ☎343-0023 東越谷4-9-1 ☎965-2655

休館(室)日

越谷市立図書館	北部市民会館図書室 ☎343-0033 恩間181-1 ☎978-5311	南部図書室 ☎343-0845 南越谷1-2876-1 ☎990-0305
毎週月曜日 1/29(金・館内整理日) 2/26(金・館内整理日) 3/3(水)~5(金) (特別館内整理日) 3/23(火)・31(水・館内整理日)	1/25(月)・31(日・午後5時で閉室) 2/8(月)・22(月)・28(日・午後5時で閉室) 3/8(月)・23(火)・31(水・午前中室内整理) 4/12(月)	1/29(金・午前中室内整理) 2/26(金・午前中室内整理) 3/8(月)・31(水・午前中室内整理)

学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場	申込み
日本古典文学鑑賞講座	2/13 土曜日 14:00~16:00	テーマ「万葉集 第3期・第4期」講師 菊池優さん	無料	市民(80人)	2階視聴覚ホール	当日、直接図書館へ
おはなし会	毎週水曜日(3/3・31を除く) 15:30~16:00	昔話などの語りと絵本のよみかせ	無料	4歳~小学6年生	2階会議室	当日、直接図書館へ
映画会	①1/24(日) 13:30~16:35 ②2/27(土) 13:30~14:00 ③2/28(日) 13:30~15:25 ④3/28(日) 13:30~14:55 ②は児童向きです	「赤と黒」 「ピーターのいす」他3話 「居酒屋」 「リッチ・アンド・ストレンジ」	無料	市民(60人)	2階視聴覚ホール	当日、直接図書館へ(先着順)
うさこちゃんのおへや	①1/28 ②2/25 ③3/25 木曜日 11:00~11:30	わらべうたや絵本のよみかせ	無料	2・3歳児と保護者	2階視聴覚ホール	当日、直接図書館へ
市民読書会	①1/16 ②2/20 土曜日 13:30~15:30	①テキスト「金色の野辺に唄う」あさのあつこ著 ②講演会「私の『蛭しぐれ』」講師 小野肇さん	無料	市民(15人)	2階会議室	当日、直接図書館へ

移動図書館「しらこぼと号」巡回日程表

駐車場	曜日	時間	1月	2月	3月	駐車場	曜日	時間	1月	2月	3月
弥栄第二公園		13:30~14:00				千間台西6丁目集会所		13:30~14:00			
鷺越ふれあい公園	第1・3 火曜	15:00~15:45	—	2	2	せんげん台パークタウン	第2・4 火曜	15:00~15:45	—	9	9
蒲生東町自治会館		13:30~14:00	19	16	16	大袋東小学校		13:30~14:15	26	23	—
児童館ヒマワリ		15:00~15:30				大林会館		15:30~16:00			
蒲生第二小学校		13:20~14:00				千間台小学校		13:30~14:00			
越谷ファミリータウン	第1・3 水曜	15:00~15:45	—	3	—	桜井青空東側緑地	第2・4 水曜	15:00~15:45	—	10	10
モアステージ千間台		13:30~14:15	20	17	17	荻島小学校		13:30~14:15	27	24	24
成和ふれあい公園		15:00~15:45				住吉新生自治会館		15:00~15:45			
けやき荘		10:15~11:00				弥十郎児童公園	第2・4 木曜	13:30~14:00	—	—	11
新方小学校		13:15~13:50				深田公園		14:45~15:30	28	25	25
順正苑	第1・3 木曜	14:00~14:30	—	4	—	大間野4・5丁目ふれあい公園		13:45~14:15			
くすのき荘		15:00~15:30	21	18	18	若草自治会館	第2・4 金曜	15:00~15:30	—	12	12
さしきだ自治会内公園		13:30~14:00				大相模小学校		13:15~14:00	22	26	26
宮本町5丁目北自治会公園		15:15~16:00				越谷シティハウス		14:30~15:00			
シャルム北越谷		13:30~14:15									
越谷スカイハイツ	第1・3 金曜	15:15~16:00	—	5	—						
南町第二公園		13:30~14:15	15	19	19						
朝日プラザガーデンシティ新越谷		15:00~15:45									



図書館ボランティア募集

市立図書館のボランティアを募集します。活動内容は、書架整理、資料配架、資料修理、予約本探しです。

「図書館利用券」をお持ちの16歳以上の方で、週1回(2時間程度)以上活動可能な方。下記の図書館ボランティア講座のいずれかの日程を選んで受講をお願いします。

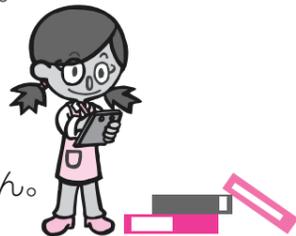
日時 ①2月25日(木)・3月11日(木) 午後2時30分~4時30分
②2月27日(土)・3月13日(土) 午後2時30分~4時30分

会場 市立図書館

申込み 2月20日(土)までに直接市立図書館へ

その他 ボランティアのため、規定により交通費の補助や報酬はありません。

問合せ 市立図書館 ☎965-2655



体育課 ☎343-8501 越ヶ谷4-2-1(市役所第二庁舎4F) ☎963-9284

学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場	申込み
スポーツ・レクリエーション指導者研修会	3/6 土曜日 13:30~15:30	講義・実技:応急処置について	無料	スポーツ・レクリエーション指導者および指導者を志す方(60人)	中央市民会館4階第14・15・16会議室	2/12(金)までに体育課へ。電話可(申込み順)
日曜日の野球場貸し出し	抽せん日(4・5月分) 2/5(金)〔6月分〕3/5(金)〔7月分〕4/2(金) いずれも受付19:00 抽せん19:30	市内野球場および江戸川広域運動公園グラウンド	使用料は「まんまるよやく」の登録口座から使用の翌月に引き落とし(江戸川広域運動公園グラウンドの使用料は抽せん日に支払い)	越谷市内チーム(「まんまるよやく」登録チーム)	市民球場会議室	「まんまるよやく」の登録カードを必ずお持ちください。*事前登録が必要で、登録は体育課へ

体育課/生涯スポーツ講座 ☎343-8501 越ヶ谷4-2-1(市役所第二庁舎4F) ☎963-9284

- 各体育館で開催日に随時受け付け 参加費無料
- 対象:市内在住・在勤の16歳以上の方(学生を除く)

講座	講師付	午前…10:00~11:30	午後…13:30~15:00	表内の種目は、講師による指導(初心者対象)
	フリー	午後…13:30~15:30		卓球、ビーチボールバレー、ラケットテニス、バドミントンを時間内利用

北体育館(毎月曜)			南体育館(毎水曜)			第1体育館(毎木曜)			西体育館(毎金曜)		
開催日	午前	午後	開催日	午前	午後	開催日	午後	開催日	午前	午後	
1/4			1/6		フリー	1/7		1/8		フリー	
1/11			1/13	ボクササイズ	フリー	1/14	太極拳	1/15	卓球	フリー	
1/18	バドミントン	フリー	1/20	ボクササイズ	フリー	1/21	太極拳	1/22	卓球	フリー	
1/25	バドミントン	フリー	1/27	ボクササイズ	フリー	1/28	太極拳	1/29	卓球	フリー	
2/1	バドミントン	フリー	2/3	ボクササイズ	フリー	2/4	太極拳	2/5	卓球	フリー	
2/8	バドミントン	フリー	2/10	ボクササイズ	フリー	2/11		2/12	卓球	フリー	
2/15	ビーチボール	フリー	2/17	ラケットテニス	フリー	2/18	太極拳	2/19	バドミントン	フリー	
2/22	ビーチボール	フリー	2/24	ラケットテニス	フリー	2/25	ラージボール	2/26	バドミントン	フリー	
3/1	ビーチボール	フリー	3/3	ラケットテニス	フリー	3/4	ラージボール	3/5	バドミントン	フリー	
3/8	ビーチボール	フリー	3/10	ラケットテニス	フリー	3/11	ラージボール	3/12	バドミントン	フリー	
3/15	ビーチボール	フリー	3/17	ラケットテニス	フリー	3/18	ラージボール	3/19	バドミントン	フリー	

体育課/夜間個人開放

- 各体育館で開催日に随時受け付け 参加費無料
- 対象:市内在住・在勤の16歳以上の方。ただし、保護者同伴の場合のみ小・中学生も利用できます。
- 時間:19:00~21:00 ●実施種目:卓球・バドミントン
- 会場:月曜日/南体育館、西体育館、水曜日/第1体育館、北体育館
- ※開催日が休日の場合は、休みとなります。
- ※大会等で利用できない場合がありますので日程をご確認ください。

総合体育館 ☎343-0011 増林2-33 ☎964-4321

学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場	申込み
エアロビクスダンス教室	毎週水曜日 14:00~19:30 毎週金曜日 10:30~19:30	エアロビクス・ストレッチ等(60分)	300円	高校生(15歳)以上	総合体育館	希望日時に随時利用講習会なし。日程変更になることがあります。詳しくは総合体育館へ
STEPのご利用	1/26(火)・2/9(火)・2/23(火)・3/2(火)・3/16(火) 9:00~21:30 (小・中学生のみの利用は17:00まで)	卓球・バドミントン・ビーチボールの自由参加 各2時間単位	大人2時間300円、小・中学生2時間150円	どなたでも	総合体育館	当日総合体育館へ、体育館シューズ・用具は各自お持ちください。日程が変更になることがあります。詳しくは総合体育館へ
ビーチボールSTEP	1/25(月)・1/30(土)・2/8(月)・2/20(土)・2/22(月)・3/1(月)・3/15(月)・3/20(土) 9:30~11:30・12:00~14:00・19:00~21:00 ※土曜日は19:00~21:00のみ。(小・中学生のみの利用は17:00まで)	ビーチボールの教室は、毎回指導員による指導があります	大人2時間300円、小・中学生2時間150円	どなたでも	総合体育館	当日総合体育館へ、体育館シューズは各自お持ちください。日程が変更になることがあります。詳しくは総合体育館へ

花田苑 ☎343-0015 花田6-6-2 ☎962-6999

学級・講座名	開催日時	内容	参加費	対象	会場	申込み
日本庭園「花田苑」茶会	2/28(日)・3/14(日)・3/21(祝)・3/28(日) 10:00~15:30	日本庭園の四季折々の風情を味わう	一服500円 別途入園料100円が必要です	定員80人	花田苑	当日販売(先着順)
花田苑 やすらぎの茶席	2/7(日)・3/7(日) 10:00~15:30	どなたでも参加できるお茶席です	一服300円 別途入園料100円が必要です	定員80人	花田苑	当日販売(先着順)

「こしがや文化芸術祭」

「宇宙」はてしなく広がる文化

日時／2月26日(金) 午前10時～午後5時30分
会場／サンシティ展示ホール・大ホール
展示ホール 午前10時～

華道・茶道・書道・俳句・美術・工芸・郷土研究会・川柳・デザイン

大ホール 午前10時50分 越谷市文化連盟設立40周年記念特別事業
午前11時20分 一部

日本オーストリア文化交流140周年記念公式公演報告
詩吟・日舞・民謡・和太鼓

カラオケ・相撲甚句・演芸

午後1時 式典
午後2時 文化講演
午後3時30分 一部

詩吟・邦楽・民謡・大正琴・ハワイアン
カラオケ・民族舞踊・相撲甚句

主催／越谷市文化連盟
共催／(財)越谷コミュニケーションセンター
後援／越谷市・越谷市教育委員会・埼玉新聞社・東武よみっぴり新聞社・東部民友新聞社・東埼玉新聞社
協賛／越谷市国際交流協会・越谷ユネスコ協会
問合せ／越谷市文化連盟事務局
☎966113121(月・水・金11午前10時～午後4時)



文化講演

日時／2月26日(金) 午後2時～3時
講師／聖路加国際病院理事長 日野原 重明氏
テーマ／「長寿に輝く人生を」
会場／サンシティ大ホール (南越谷1-2876-1)
入場料／無料
申込み不要／当日、直接会場へ

越谷ユネスコ協会 人の心の中に平和の砦を築く

「いのちの大切さ」講座

昨年11月18日、20日、越谷ユネスコ協会では、弥栄小学校で1・2年生を対象に「いのちの大切さ」講座を実施しました。

当日子どもたちは、医療法人社団げんき会あゆみクリニック院長藤川万規子先生の命の大切さについての講演を聴き、配布された聴診器で、自分と友達の心臓の音の違いを聴く体験をしました。

講座では、藤川先生から1年生へ「死んだ人が生き返ることがあると思う人はいますか」という問いに、手を挙げる児童がいた一幕もありました。「死んだ人は生き返ることはできません。あなたは世界でたったひとりだけであり、あなたの命は尊い存在です。決して命を粗末にしてはならないです」と藤川先生は熱いメッセージを子どもたちへ伝えました。

講座を受けた子どもたちからは、「自分と友だちの心臓の音が、違うことがわかった」「殺人と自殺はいけないことがわかった」「命は一つしかないで、今よりもっと大事にします」といった感想がありました。



新春チャリティ茶会

ユネスコ会員綱領の一つに、「教育・科学・文化の発展に務める」という項目があります。越谷ユネスコ協会教育文化委員会は、この綱領実践の方策の一つとして、日本の伝統文化である茶道に、多くの市民のみなさんに触れていただくため、同協会の発足以来チャリティ茶会を開催してきました。



今年も同協会会員有志の協力のもと、本格的なお茶を召し上がることができます。当日は、新春にふさわしい艶やかな着物が、茶会に花を添えることでしょう。また、日本文化の継承のため、市内全中学校茶道部員を招待し、貴重な機会を提供しています。

チャリティ茶会で得た収益は、同協会の事業の一つ、世界寺子屋運動等に充てられます。この運動は、教育に恵まれない全ての人が教育を受けられるような環境を作る運動です。

お気軽にお立ち寄りいただき、お茶を楽しみながら、すばらしい新春の一日をお過ごしください。

新春チャリティ茶会

日時 1月31日(日) 10:00～15:00
会場 日本文化伝承の館 こしがや能楽堂
参加費 2000円(お茶、お茶菓子、お弁当代として)

ユネスコ(UNESCO) 正式名称 国際連合教育科学文化機関

越谷ユネスコ協会概要 ●設立 平成13年6月16日
●会長 齋藤 有雄 ●会員数 124人(うち法人6)
●活動 ●機関紙「きたみそう」発行(年2回)
・書き損じはがきの回収(越谷市役所・市立図書館・越谷駅・北越谷駅・せんげん台駅にポストを設置)
・「絵で伝えよう、私の町のたからもの」絵画展(H21中止)
・「いのちの大切さ」講座・チャリティ茶会
・世界遺産を巡るユネスコスタディーツアー
活動で得た収益の一部は、世界寺子屋運動の運営資金となります。

編集後記

★こしがや市民大学冬季講座の日時を冒頭に掲げました。地域文化のこと、社会の課題、そして世界の話題等リアルタイムな話題を楽しく学びたいもの。日々の暮らしの中で、見て、学んで、体験して「自分探し」を試してみませんか、学びの中に新しい自分を発見して、ドキドキする感動を味わいながら明日の活力が見つかるかもしれません。

★8ページの紙面には、越谷ユネスコ協会主催の「いのちの大切さ講座」と「新春チャリティ茶会」について掲載しています。指導者や協力者の熱意が感じられます。命の尊さを知った子どもたちが、また和の心に触れた子どもたちが、それぞれに将来の夢を広げた、明るい未来に期待したいですね。★大人も子どもも学び続ける楽しさや、人生の「師」とのめぐり合いを大切にしたいもの。生涯学習の講座が、その窓口になればと思います。

高橋 良江