

令和8年度さらぽ対象事業一覧

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先
1	(仮称)協働ななサポフェスタ2026	(仮)「ななサポまつり」と「協働フェスタ」を統合したもので、越谷市内の市民団体や企業等が集まり、展示や体験、ステージ発表で市民活動の魅力を発信し、駅前の賑わいと地域活性化を目指す交流イベントです。	9月	9月	全市民	働く場	市民活動支援課	963-9153
2	桜井大学校(前期・後期)	5月を前期、10月を後期とし、週に1回、学校へ通う感覚で学習機会を設ける。教養・趣味・健康・防災などの幅広い分野で参加・実践的な内容を取り入れ、楽しみながら学び、受講者相互の交流と親睦を目的とする。	5月	10月	市内在住で概ね60歳以上	スポーツ・文化活動	桜井地区センター・公民館	970-7600
3	スマートフォンセミナー	スマートフォンの基本操作や便利な機能を学ぶことで、日常生活の利便性を高め、家族や友人とのコミュニケーションを円滑し、参加者がデジタル機器に親しみを持ち、自信を持って活用できるようサポートする。	9月	9月	概ね60歳以上の市民	スポーツ・文化活動	桜井地区センター・公民館	970-7600
4	いきいき学級	人権学習や講習会など、高齢者へ様々な分野について学習する機会を提供することで、生涯学習への意欲の向上と知識の習得を図っている。	11月	11月	概ね55歳以上の市内在住の方	居場所	新方地区センター・公民館	971-0800
5	いきいき学級	明るくいきいきとした社会生活を過ごすため、学習及び体験を通し、幅広い知識の習得を図ることを目的として各種講座を開催する。	10月	11月	地区在住の概ね65歳以上の方	スポーツ・文化活動	増林地区センター・公民館	962-2855
6	白梅学級(長寿学級)	高齢者にとって必要なテーマを学ぶとともに、参加された方々と楽しく交流する機会を提供する。(R3:3回講座、R4:2回講座)	9月	9月	市内在住65歳以上	健康づくり	大袋地区センター・公民館	975-3952
7	生涯楽習講座	老後に必要な知識や身体作りを習得するとともに、仲間をつくり生きがいを見つける機会を提供する目的で行う公民館主催事業。	1月	2月	市内在住の高齢者	スポーツ・文化活動	荻島地区センター・公民館	974-9555
8	シルバースクール	高齢化が急速に進む中、元気で創造力のある高齢者を養成することを目的とする。	8月	9月	市内在住の60歳以上の方	スポーツ・文化活動	出羽地区センター・公民館	940-7521
9	がもう楽生塾	団塊の世代の方、現役の方、シニア世代の方の地域デビューのきっかけとして、そこに居場所をみつけ、友人、仲間作りを応援。	4月・9月・1月	7月・12月・3月	市内在住在勤の男性	居場所	蒲生地区センター・公民館	988-0600
10	高齢者学級	頭と体を使い学習することで、明るく元気に過ごすことを目的とした教室。また、館外学習では、自然の中を散策し、気分をリフレッシュすることを目的とする。	9月	10月	地区在住の概ね65歳以上の方	スポーツ・文化活動	川柳地区センター・公民館	987-8213
11	シルバースクール	地区内の高齢者に、視察見学等を通して学習及びふれあいの機会を提供する。	11月	11月	60歳以上	スポーツ・文化活動	大相模地区センター・公民館	988-7370
12	はつらつ学級	大沢公民館主催事業。高齢者を対象に講演会などを実施し、参加者同士の交流を促進し、健康で自立的なライフスタイルの形成に寄与することを目的とする。	7月	7月	市内在住の60歳以上	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800
13	大沢地区ユニカル大会	大沢地区スポ・レク推進委員会主催事業。スポーツを通じ、地区住民相互の親睦を深め、健康で活力のある地域づくりの推進を目的とする。	2月	2月	地区在住者(小学5年生以上)	スポーツ・文化活動	大沢地区センター・公民館	976-5800
14	大沢の歴史を知ろう	大沢地区コミュニティ推進協議会主催事業。地区に詳しい講師と参加者の交流により、地域の理解を深めることを目的とする。	3月	3月	全市民	居場所	大沢地区センター・公民館	976-5800
15	熟年者学級	北越谷公民館主催事業。熟年者がいつまでも健康で心豊かに潤いのある生活を送るため、仲間をつくり積極的に生きがいを見出す機会を提供することを目的に開催する。	6月	6月	地区内在住の65歳以上	スポーツ・文化活動	北越谷地区センター・公民館	976-5758
16	こしがや高齢者学級	体操やレクリエーション、消費者学習や落語鑑賞会など。	1月	3月	・地区内在住 ・60歳以上	スポーツ・文化活動	越ヶ谷地区センター・公民館	965-3093
17	万年青大学	南越谷公民館主催事業。各種テーマの講座や館外学習などを行い、参加者の交流を通じて、健康で生きがいのある人生の形成を目指している。	4月	3月	市内在住・60歳以上の方	スポーツ・文化活動	南越谷地区センター・公民館	990-1200
18	高齢者見守り講座	悪質商法や特殊詐欺による被害防止を目的として、市内在住の高齢者などを対象に講話を行う。 ※年に2回開催される消費生活講座のうち、1回を高齢者や高齢者の見守りを行っている方に対象を絞り、開催している。	8月27日	8月27日	無(ただし、講座は高齢者とその関係者を対象とした内容)	消費者被害防止	市民相談課	963-9156
19	交通安全教室	交通事故防止を目的として、高齢者を対象に実施している。一部シミュレーターを使った交通安全教室を実施している。	2月14日	2月14日	市内の高齢者	交通事故防止	危機管理室 防犯・交通安全室	963-9185

令和8年度きらぽ対象事業一覧

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先
20	老人福祉センター	けやき荘・くすのき荘・ゆりのき荘・ひのき荘で高齢者に関する各種の相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションの場などの便宜を総合的に供与する。	通年	通年	原則60歳以上	スポーツ・文化活動	高齢福祉課	けやき荘 965-5822 くすのき荘 979-6600 ゆりのき荘 992-6601 ひのき荘 973-7903
21	助け合いの仕組みづくり(「ふらっと」がもう・おおぶくろ)	主に高齢者に気軽に立ち寄れる居場所を提供することにより、社会的孤立の解消、自立生活の助長を図るとともに、各種福祉に関する事業等を展開し、高齢者福祉の向上を目的とする。	通年	通年	原則60歳以上	居場所	高齢福祉課	がもう 986-5115 おおぶくろ 975-4000
22	一般介護予防 (介護予防リーダー養成講座)	地域における介護予防に資する住民主体の通いの場等の活動をより効果的・効率的に支援するために、介護予防活動の中心となるリーダー(ボランティア)を養成する。	9月・10月	1月・2月	20歳以上 介護予防に関心があり、高齢者の通いの場を運営する意欲のある方	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163
23	一般介護予防 (お口と栄養と運動の元気塾)	高齢者に対して運動器の機能向上、口腔機能向上、低栄養改善を目指した総合的な支援を行い、自立した生活の確立と自己実現の支援を行う。(全4回の教室を6会場で実施)	7月	2月	65歳以上	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163
24	一般介護予防 (介護予防講演会)	①認知症予防体験セミナー 認知症予防のための正しい知識の普及や啓発を図る。 ②65歳からの心の健康講座 前向きに生きがいのある生活を送るために、心の健康に対する正しい知識の普及や啓発を行う。	6月・3月	6月・3月	65歳以上	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163
25	一般介護予防 (介護予防リーダー養成講座説明会)	介護予防リーダー養成講座に関心のある方を対象に事業概要の説明及び体操の体験を行うことで、講座への理解を深め、受講の意欲を高めることを目的とする。	6月・7月	6月・7月	20歳以上 介護予防に関心があり、高齢者の通いの場を運営する意欲のある方	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163
26	一般介護予防 (介護予防リーダーブラッシュアップ講座)	「介護予防リーダー養成講座」にて養成したリーダーが主体的に地域で介護予防活動ができるように継続支援を行い、リーダーに必要な知識・技術を高めるとともに、リーダーの介護予防活動への意欲を高める。	2月	2月	「介護予防リーダー養成講座」を受講し立ち上げた通いの場にて活動する介護予防リーダー	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163
27	一般介護予防 (介護予防普及啓発事業)	高齢者が気軽に取り組める介護予防体操及び住民主体の通いの場で行っている介護予防の取組みについて紹介するとともに、介護予防体操を体験してもらう。	6月・7月・2月	6月・7月・2月	65歳以上	健康づくり	地域包括ケア課	963-9163
28	第16回市民講座「がんになっても自分らしく生きるために」	一般社団法人越谷市医師会主催事業(共催:越谷市) 講師の体験を交えた講演を通じて、がんに対する正しい理解を広め、市民一人ひとりが自分らしく生きることの大切さを考えることを目的とする。	2月	2月	全市民	健康づくり	地域医療課	972-4777
29	第9回 在宅医療・介護連携推進事業 市民講演会	一般社団法人越谷市医師会主催事業(共催:越谷市) 医療や介護、人生の最終段階におけるケアを話し合うACP(人生会議)について普及啓発を図ることを目的に開催する。	11月	11月	全市民	健康づくり	地域医療課	972-4777
30	ハッポちゃん体操公開練習	足腰の筋力を強化し、バランス能力を向上させることを目的に制作された「いきいき越谷健康体操 愛称:ハッポちゃん体操」の普及、啓発を図る。	5月	3月	ハッポちゃん体操に関心のある市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
31	越谷市食生活改善健康づくり推進事業	越谷市食生活改善推進員協議会へ委託し、市民向けの料理教室を通して、市民一人ひとりの健康の保持増進を図る。	5月	2月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
32	男の料理教室	男性の健康に対する自己管理能力の支援のため、初心者向けの料理教室を実施し、調理方法の習得のほか、健康意識の向上を図る。	5月	2月	市内在住の男性	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
33	ヘルシークッキング	生活習慣病予防等のテーマを定め、講話及び調理実習を行い健康管理の支援をする。	6月	3月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100

令和8年度きらぽ対象事業一覧

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先
34	市民健康教室	生活習慣病予防や歯科保健、食事、運動など様々な講座に参加し、健康づくりについて学び、体験し、仲間づくりを行う。また、教室修了者は越谷市食生活改善推進員協議会員になることができる。	6月	9月	健康づくりに関心のある市民(越谷市食生活改善推進員を希望する者を含む)	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
35	骨粗しょう症予防教室	骨粗しょう症予防について、日常生活等に関する注意点や、生活習慣の改善について知識の普及、啓発を図り、骨折による要介護者の発生の予防や介護予防対策の一助とすることを目的とする。	6月	8月	市内に居住地を有する20歳以上(年度内に20歳以上)の女性	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
36	ロコモ予防教室	「ロコモティブシンドローム」についての基礎知識を身につけ、予防のためのトレーニング方法やその必要性について理解し、運動器の機能低下を予防することにより、市民の健康増進に寄与することを目的とする。	7月	1月	40歳以上の市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
37	がん予防講演会	越谷市がん対策推進条例に基づき、喫煙、食生活、運動その他の生活習慣及び生活環境が健康に及ぼす影響に関する啓発及び知識の普及を行い、がん予防の推進を図ることを目的とする。	7月	7月	越谷保健ガイド、HP、広報こしがや、SNS、チラシで随時	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
38	糖尿病予防のバランス食教室	糖尿病を予防するための望ましい食生活についての知識を身につけ、生活習慣を改善することにより、自らの健康の保持増進ができるよう支援するため、講話及び調理実習を行う。	8月	3月	市内在住で糖尿病予防に関心のある方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
39	歯とお口の健康づくり講演会	歯科口腔保健に対する知識の普及と意識啓発を行い、歯科口腔保健から住民の健康づくりにつながるよう支援する。	8月	8月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
40	食育講演会	各世代の「食育」を推進し、市民一人ひとりの健康づくりを支援することを目的とする。	10月	10月	全市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
41	痛み予防教室	筋力の低下や関節の変形・拘縮の要因となる身体の痛みについて、中高年の早い時期から予防法を理解し、運動器を鍛えることで各関節症の予防等へつなげる。	10月	1月	40歳以上の市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
42	生活習慣病予防セミナー	生活習慣病に対する知識の普及と意識啓発を行い、自身に適した生活習慣を継続できるよう支援する。(脂質異常症予防、糖尿病予防、腎臓病予防の3回実施)	10月	2月	市内在住で生活習慣病予防に関心のある方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
43	チームー3キロ	食事や運動に関する様々な講座に参加しながら、健康づくりのための減量を目指す。	11月	2月	20歳以上75歳未満でBMI値が25以上または腹囲が85cm以上の方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
44	個別でサポートー3キロ	健康に関する正しい知識の普及と生活習慣の改善を促すための支援を個別に行い、健康づくりのための減量を支援する。	11月	2月	20歳以上75歳未満でBMI値が25以上または腹囲が85cm以上の方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
45	にこにこペースで歩こう！はじめてのウォーキング教室	自分にあった強度を体感し、効果的にウォーキングを実践する場を提供し、生活習慣病に対する理解を深め運動習慣を身につけることができるよう支援する。	11月	11月	生活習慣病予防に関心のある市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
46	運動セミナー	生活習慣病の予防のため、運動(身体活動)の効果と必要性について理解し、運動習慣を身につけるためのきっかけづくりの場とすることを目的とする。	11月	11月	生活習慣病予防のため運動を始めたい市民の方	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
47	糖尿病との向き合い方セミナー	糖尿病に対する理解を深め、コントロール方法を知ること重症化を予防する。	11月	11月	糖尿病予防に関心のある市民	健康づくり	健康づくり推進課	960-1100
48	結果説明会	特定健康診査等の結果より、自らの生活習慣における課題に気づき、自ら改善の方向性を見出せるよう、必要な情報を提供し、自己管理を促す支援をする。	1月	1月	全市民	健康づくり	国保年金課	963-9154
49	伝統文化体験講座 初夏のお茶会	江戸時代に旧大間野村の名主の居宅であった大間野町旧中村家住宅において、日本の伝統文化として古くから伝わる茶道の礼儀作法を学ぶ。	6月	6月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315
50	県展記念作品展	芸術文化活動の推進を図るため、埼玉県美術展覧会(県展)に入選等した市民(在住)の優れた作品を身近な会場に展示し、鑑賞の機会を提供する。	7月	7月	出品者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307

令和8年度きらぽ対象事業一覧

No.	事業・ボランティア名	内容	開始月	終了月	対象者	分野名	担当課	連絡先
51	能楽体験事業	伝統文化への理解を深め、特色ある地域文化を育むために、能楽に接する体験機会を提供するとともに、能楽を愛好する人材育成の場を提供し、市民自らの手による能楽の継承並びに能楽によるまちづくりの推進を図る。	7月	1月	参加者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307
52	生涯学習リーダー養成講座(実践編)	生涯学習に関する指導者や講師、ボランティアとして活動を実践している方に、自身の活動を振り返るきっかけづくりやこれまでに培ってきたスキルの向上を図る。	8月	8月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283
53	こしがや市民大学	学ぶことの楽しさを知り、心豊かに生活できるよう、市民との協働により多様な学習の機会を提供するため開催する。	8月	3月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283
54	文化財講演会	郷土の歴史や文化財に関する講演会を実施し、郷土の歴史や文化財の普及と啓発を図る。	8月	8月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315
55	人権講演会	部落差別をはじめとする様々な人権問題に対する正しい理解と認識を深めるとともに、人々の観念や意識に潜在する心理的差別の解消と人権意識の高揚を図るため開催する。	1月	1月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283
56	越谷市美術展覧会	芸術文化活動の推進を図るため、市民の作品を公募し、入選した作品等を展示することにより、発表及び鑑賞の機会を提供する。	2月	2月	出品者	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9307
57	昔のくらしを感じる講座	地域の教育がどのように変革してきたかを知るとともに、昔の人のくらしや思いを感じ学ぶ機会とする。	未定	未定	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315
58	生涯学習ボランティア養成講座(入門編)	これから生涯学習のボランティアを始めたい方を対象に、活動についての基礎知識の習得や資質の向上を図る。	12月	12月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9283
59	旧東方中村家住宅「開館記念秋のお茶会」	越谷市指定有形文化財「旧東方中村家住宅」において、日本の伝統文化として古くから伝わる茶道の礼儀作法を学ぶ。	10月	10月	全市民	スポーツ・文化活動	生涯学習課	963-9315
60	生涯スポーツ講座	「いつでも・どこでも・だれでも」をスローガンに、日ごろ運動する機会に恵まれない方や運動不足の方々に、年間を通して気軽に健康・体力づくりをする場を提供する。	4月	3月	市内在住・在勤の16歳以上の方	スポーツ・文化活動	スポーツ振興課	963-9284
61	健康体操教室	健康の保持・増進のために、運動をはじめのきっかけづくりと運動の習慣化を身につけることを目指す。	5月	3月	おおむね40歳以上の方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284
62	市民体育祭	市内各層老若男女が広く会し、市民の交流と健康づくり、体力づくりを促進するとともに、スポーツ・レクリエーション宣言都市として、健康で明るく豊かな市民生活の形成と市民文化の発展に寄与するもの。	4月	3月	全市民	スポーツ・文化活動	スポーツ振興課	963-9284
63	65歳からのいきいき元気教室	高齢者の健康づくりの必要性が高まっている中で、高齢者の健康の保持・増進を図り、また自立した生活が送れるよう介護予防の必要性を学び、運動をはじめのきっかけづくりを目指す。	10月	12月	65歳以上の方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284
64	がやがやウォーク	常日頃運動不足の方や家族と活動する機会の少ない方などを対象に、誰もが楽しく参加できるウォーキングを通して、自然や文化に親しみながら健康・体力づくりを図るとともに、生涯スポーツとして実施する。	10月	10月	市内に在住・在勤・在学する方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284
65	越谷市レクリエーション協会事業	主な事業には、6月のスポーツ・レクリエーション講習会、11月のグラウンド・ゴルフ大会、毎年11月23日(祝)に開催している、こしがやスポーツ・レクリエーションフェスティバル、3月の健康マラソン祭。	通年	通年	全市民	スポーツ・文化活動	スポーツ振興課	963-9284 962-1516
66	スポーツ教室	勤労者の方や小さなお子様がいる親子に講師の指導のもと運動の場を提供する	4月	3月	市内在住・在勤の方	健康づくり	スポーツ振興課	963-9284