

TRY

応援します、
あなたの生涯学習



6月(夏号)・9月(秋号)・12月(冬号)発行

発行：越谷市教育委員会 教育総務部 生涯学習課（市役所第三庁舎3階） ☎343-8501 越谷市越ヶ谷 4-2-1 ☎ 963-9283 FAX 965-5954



こども木工体験

木を削って自分のお箸を作ろう！
時 間 ①10:30～11:30、②12:30～13:30、③14:00～15:00
定 員 各回小学生12人(先着)
※小学1～3年生は保護者同伴
参加費 無料



ネオステンドアート

タイルの上にお絵かき♪
下絵の上に樹脂液を混ぜた絵の具で色をつけて作品を作ります。
時 間 ①10:15～11:30
②12:00～13:15
定 員 各回25人(先着)
参加費 300円



サイエンスショー&科学工作

わくわく楽しい科学の世界へご案内☆
時 間 ①サイエンスショー
10:15～11:00
②科学工作11:15～12:00
参加費 無料



だるま絵付け体験

越谷市の伝統工芸に触れてみよう♪
時 間 ①10:15～、②13:15～(所要
時間15～30分程度。時間内で
随時入替)
定 員 各回45人(先着)
参加費 500円



和太鼓パフォーマンス&体験

迫力ある和太鼓の音を体感しよう！



マジックショー&体験会

目の前で魔法を体験してみよう！
時 間 ①10:20～11:00、②11:30～12:10、③12:40～13:20、
④13:50～14:30
定 員 各回20人
参加費 無料



アクリルキーホルダー販売

野菜を利用したアクリル
キーホルダーの販売♪



ハンマールシマーを
弾いてみよう

こんな楽器、知っていますか？
弦をバチで叩いて奏でる「ハンマールシマー」。神秘的で美しい音色を楽しんだら、実際に自分でも弾いてみよう。

見つけよう！
あなたの生涯学習

越 谷 市

**生涯学習
フェスティバル**

2月22日(日) 10:00～15:00
中央市民会館 ※各ブースは
10:15～開始
※公共交通機関をご利用ください

生涯学習フェスティバルとは…

子どもから大人まであらゆる世代の方へ学びのきっかけづくりを提供する、参加・体験型イベントです

詳しくは
2面へ

同日開催
こしがや市民大学
第2回特別講座



華道体験

**自分だけの作品を作ってみよう！
作品は持ち帰りOK！**
時 間 ①10:30～11:00、②11:30～12:00、③13:30～14:00
定 員 各回5人(先着)
参加費 500円
※花の種類は当日の仕入状況により異なります。

越谷ネギも
販売
します！

その他の事業

- 血管年齢・体組成測定
 - バルーンアートの配付
 - 地場産野菜販売
 - 生涯学習・防災に関する展示
 - 埼玉県立大学の先生と学ぶ健康食品の講座&相談会
 - 公衆電話の使い方・災害用伝言ダイヤル体験
- ※事前申し込みは不要です。当日、直接会場へお越しください。

共 催 越谷市生涯学習推進会・越谷市・越谷市教育委員会
問合せ 生涯学習課 ☎963-9283



パソコンで名前シール作り・
名刺作り

好きな柄を選んでオリジナルの
名前シールや名刺が作れます！



パン販売

おいしいパンで腹ごしらえ♪



キッチンカー

食の楽しさ満載！

当日の
運営ボランティア
募集中！

※詳しくは下記へ
お問合わせください

発行に
あたり

- 🌱 本紙は令和7年12月～令和8年3月の事業を掲載しています。
- 🌱 内容を一部変更または中止する場合があります。最新情報は市ホームページをご確認ください。
- 🌱 詳細・申込みについては、各機関・施設にお問い合わせください。
- 🌱 このTRYは、市ホームページからもご覧になれます。



～誰もが使いやすいTRYを目指して～



越谷市役所 TRY



令和
7年度

こしがや市民大学

受講料
無料

受講者募集中!

※「第2期講座」と「第2回特別講座」はそれぞれ申し込みが必要です

第2期講座

曜日 いずれも土曜日 時間 10:00~12:00 ※第1回・第6回は開閉講式があるため10:00~12:15

第1回 2/7

国立科学博物館 名誉研究員

よねだ しげかず
米田 成一さん「越谷隕石」と日本の隕石
～地球に届く宇宙からの贈り物～

第2回 2/14

文化服装学院 西洋服飾史専任教授
文化学園服飾博物館特命研究員あさひ しん
朝日 真さん昭和100年
ファッションでたどる昭和

第3回 2/28

國學院大學文学部史学科
教授やべ けんたろう
矢部 健太郎さん秀吉兄弟よもやま話
手紙・日記から探る人となり

第4回 3/7

特定非営利活動法人
ウォーターエイドジャパン
事務局長たかはし かおる
高橋 郁さん

<水>から考える世界と日本

第5回 3/14

バスジャパン編集長

かとう よしかず
加藤 佳一さん路線バスで旅を創る! 2025
～路線バス活用のコツとモデルコース～

第6回 3/21

画家
埼玉東萌短期大学幼児保育学科
教授くりもと こうじ
栗本 浩二さん印象派の画家 クロード・モネの
作品とその時代を読み解く

会場 中央市民会館劇場

※あらかじめ座席を指定します

対象 市内在住・在勤・在学の方 300人
(申込み多数の場合は抽選)

※原則全ての講座を受講可能な方

※定員に満たない場合は市外の方も可

申込み 12月25日(木)までに電子申請または往
復はがき(必着)で生涯学習課へ。※受講者の中から、当日の運営ボラン
ティアを募集します。ご協力いただ
ける方は、申込み時にご記載ください

申込み方法

【往信面】

往復はがき(1人につき1枚)

【返信面】

343-8501

市民大学担当
行こしがや市民大学
第2期講座申込み
・郵便番号
・住所
・氏名(ふりがな)
・年齢
・電話番号

※

〒-

・郵便番号
・住所
・氏名

電子申請

下記二次元コード
から申込み
(1人につき1申請)※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、性別、年齢」、運営ボラン
ティアにご協力いただける方、車いす使用の方、手話通訳が必要な方、ご家族でお申し込み
される方は、その旨ご記入ください

第2回特別講座

受講料無料

1面生涯学習フェスティバルと同日開催

雅楽で旅する古代アジア

講師 三田 徳明さん(三田徳明雅楽研究会代表)

出演 三田 晴美さん・鈴木 祥江さん・三田 千尋さん

日時 2月22日(日) 13:00 ~ 15:00

会場 中央市民会館劇場

※あらかじめ座席を指定します

対象 市内在住・在勤・在学の方 300人(申込み多数の場合は抽選)

※定員に満たない場合は市外の方も可

申込み 1月20日(火)までに電子申請もしくは往復はがき(必着)で生涯
学習課へ。

申込み方法

電子申請 下記二次元コードから申込み(1人につき1申請)

往復はがき 必要事項を記載(1人につき1枚)

※上記の「第2期講座申込み方法」を参照。往信面には「こしがや市民大学第
2回特別講座申込」と記載してください

問合せ 生涯学習課 ☎963-9283



令和7年度人権講演会

参加費
無料

日時 1月28日(水) 13:30～
受付13:00～/開会13:30～/講演13:40～/映画視聴15:20～
会場 越谷コミュニティセンター(サンシティ)小ホール
共催 越谷市人権教育推進協議会・越谷人権擁護委員協議会越谷部会
・越谷市・越谷市教育委員会
講演 演題「私たちはこどもに何ができるのか？」
～児童養護施設での経験に基づいた人生観～
講師 山本 昌子 さん
(ボランティア団体ACHAプロジェクト代表/
THREE FLAGS～希望の狼煙～メンバー)
映画 「あなたのいる庭」
申込み 当日、直接会場へ
問合せ 生涯学習課 ☎963-9283



やまもと まさこ
山本 昌子 さん

講師紹介

生後4か月から19歳までを乳児院、児童養護施設、自立援助ホームで過ごす。現在は、児童養護施設出身者へ振袖を着る機会を提供するボランティア団体「ACHAプロジェクト」代表を務め、児童養護施設出身者による情報発信番組「THREE FLAGS～希望の狼煙～」のメンバーとしても活動している。アフターケア支援も行い、自宅を開放した居場所事業まこHOUSEをオープン。監督として、全国の虐待された経験のある仲間たちとドキュメンタリー映画「REAL-VOICE」を製作した。

講演内容

児童養護施設での職員との関わりや、学生時代の体験から始めた「ACHAプロジェクト」の立ち上げについて。また、映画「REAL-VOICE」の制作等から見た、ご自身の経験から考える子どもたちとの関わり方について、ご講演いただきます。



こしがや市民大学を 一緒につくりませんか？

こしがや市民大学企画運営委員を募集します。皆さんが持っている「学びの種」を、ぜひ講座として実現してみませんか？

内容 ①講座内容の企画:年14回程度開催するこしがや市民大学の講座内容を考えていただき、委員全員で会議を行います(会議は年6回程度。主に平日午前中に開催)。
②講座運営:講座当日の会場設営、講師接待、受講者の受付・案内、会場整理等を行います。
対象 市内在住・在勤・在学または市内で活動する18歳以上の方(令和8年5月1日現在)
募集人数 若干名
任期 2年間(令和8年5月1日～令和10年4月30日)
報酬等 支給なし
申込み 3月27日(金)までに以下の内容を記載した書類を、郵送またはメールで生涯学習課へ(必着)

【記載事項】

- ・住所 ・氏名 ・生年月日
 - ・電話番号 ・メールアドレス
 - ・応募動機(自己PRなどを含む)
 - ・企画したい講座内容(全世代が興味を持つ内容を具体的に)
- ※様式不問。なお、応募書類は返却しません

選考方法 書類選考 ※選考結果は直接本人に連絡します
※選考内容についての問合せにはお答えできません
問合せ 生涯学習課 ☎963-9283
提出先 〒343-8501越谷市越ヶ谷4-2-1 生涯学習課宛
E-mail shogaigakushu@city.koshigaya.lg.jp

生涯学習ボランティア養成講座

受講料無料

アサーティブ・コミュニケーション ～自分も相手も尊重する考え方～

この講座は、イベントの運営ボランティアを始めたい方・興味のある方を対象に、ご自身の持っているスキルの、更なる向上を目指す講座です。今回のテーマは「アサーティブ・コミュニケーション」。皆さんも、アサーティブ・コミュニケーションを使ってボランティア活動を楽しみましょう!ご興味のある方はぜひお気軽にご参加ください

▼ホームページ



日時 12月6日(出) 9:30～12:00
講師 NPO法人アサーティブジャパン会員トレーナー
山田 裕子 さん
内容 ①アサーティブ・コミュニケーション講座(約2時間)
②イベントの運営ボランティアの紹介(約30分)
会場 市役所エントランス棟3階 3-1会議室
対象 イベントの運営ボランティアを始めたい方・興味のある方
定員 50名
申込み 電子申請または
下記問い合わせ先へ電話(申込み順)
※詳しくはホームページをご覧ください
問合せ 生涯学習課 ☎963-9283

▼電子申請



講師プロフィール

山田 裕子さん (NPO法人アサーティブジャパン会員トレーナー)

神奈川県出身。企業への勤務のかたわら、2017年にアサーティブトレーナー資格を取得。長年の会社員経験を活かし、「組織で働く人が、より生き生きと働けるように」という思いのもと、企業や自治体、各種団体など幅広くアサーティブの普及に取り組んでいる。



埼玉県芸術文化祭2025地域文化事業

第24回 越谷市美術展覧会(市展)

入場
無料

会期 2月13日(金)～2月19日(木) 10:00～18:00(最終日は16:00まで)
会場 中央市民会館4階 第13～18会議室、会議室A・B

市内在住・在勤・在学の方の入選した秀作・力作が展示される越谷市美術展覧会(市展)を開催します。魅力あふれる感性に、あなたも触れてみませんか。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



前回来場者の声

すばらしい力作ばかり！

こんなプロ級の作品を作れる方が市内にはたくさんいるんですね

高校生特別賞の作品がよかった！



部門

日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真

問合せ 第24回越谷市美術展覧会実行委員会
(越谷市教育委員会 生涯学習課内)
☎963-9307



なんて書いてあるのかな…？



老若男女問わず楽しめます



輝く一瞬を捉えた写真の数々



材料や作り方が気になる工芸作品

第41回 越谷市郷土芸能祭

入場
無料

お祭りで「ピーひゃら」と聞こえてくるお囃子や木遣、暮らしの中で歌い継がれてきた民謡など、市内に伝わる郷土芸能に触れてみませんか。「体験コーナー」では越谷伝承民謡を実際に体験できます。皆様のご来場をお待ちしています♪

日時 3月1日(日)
12:30～17:00(12:00開場) (予定)

会場 越谷コミュニティセンター(サンシティ) 小ホール

内容 囃子、神楽、木遣、越谷伝承民謡民舞、和太鼓など

共催 第41回越谷市郷土芸能祭実行委員会、越谷市、越谷市教育委員会、越谷市郷土芸能保存協会

問合せ 第41回越谷市郷土芸能祭実行委員会
(越谷市教育委員会 生涯学習課内)
☎963-9307



使ってみよう！

越谷市 デジタルアーカイブ



二次元コード

◀越谷市
デジタル
アーカイブ◀市 HP
広報こしがや
データベース◀市 HP
二十歳の
つどい

①が昭和40年、②が昭和52年に越谷市で行われた成人式の写真です。約10年違うだけでも、なんとなく髪型や服装の感じが違うのがわかりますか？今とはもっと違ってきますね。

越谷市デジタルアーカイブでは、市が広報活動のために撮影した写真を多数公開しています。例えば、デジタルアーカイブで「成人式」と検索すると、昭和38年から昭和57年までの越谷市の成人式の様子を、時系列で見ることができます。ご自分やご家族の代の写真を探してみるのも面白いかもしれません。(検索結果を「製作年(昇順)」で並べ替えすると見やすいです。写真は順次追加公開予定。)

さらに、市ホームページの「広報こしがやデータベース」(12～1月号)を併せて見ると、会場や対象人数、催し物の内容など、行事の移り変わりが見えて面白いです。

令和4年に成年年齢が18歳に引き下げられたことに伴い、越谷市では「二十歳のつどい」に名称変更しましたが、いずれ「成人式って何？」という世代が現れるのでしょうか…。デジタルアーカイブの写真を見ていると、今は当たり前前の光景でも、未来には貴重な記録になるかもしれないと感じます。

こしがやミュージックフェスタ2026

越谷市や近隣市町で活動するビッグバンドジャズおよび吹奏楽による演奏・発表

入場
無料

日時 2月1日(日) 開場12:30 開演13:00
会場 越谷コミュニティセンター(サンシティ)
大ホール・小ホール
申込み 当日直接会場へ(先着順) 詳しくはこちら
問合せ 大袋地区センター・公民館 ☎975-3952



吹奏楽(大ホール)	ビッグバンド(小ホール)
越谷市音楽団	K-magic Swing Orchestra
埼玉プレミアプラス	いわつき Music Factory
私立獨協埼玉中学校	BSF Jazz Orchestra
私立獨協埼玉高等学校	Dream Swing Kingdom
文教大学 吹奏楽部	ALL SWING JAZZ ORCHESTRA



昨年度の様子



公民館に行こう!



新方地区センター・公民館
(大吉470-1) ☎971-0800

美文字教室

ボールペンを使ったきれいな文字の書き方について学びます。

日時: 2月24日、3月3日 いずれも火曜日 10:00~11:30
全2回

会場: 新方地区センター・公民館 学習室C

対象: 市内在住の方15人

参加費: 無料

講師: 岡部 璃音さん

持ち物: ボールペン

申込み: 2月7日(土)9:00から電子申請で受付(申込み順)。※電子申請が難しい方は、窓口または電話でも受け付けます(祝日を除く9:00~17:00)



大沢地区センター・公民館
(東大沢1-12-1) ☎976-5800

子どもわくわく教室

遊びながら学べる、わくわくするような体験をしてみませんか?

日時: 原則毎月第4土曜日

会場: 大沢地区センター・公民館

対象: 市内在住の小学生20人

内容: 12月: アルコールインクアート

1月: 豆まきバズーカ 2月: 透明水彩

3月: 消防体験

※今後の予定は変更になる場合もあります

参加費: 原則無料(内容により材料費あり)

講師: 前田 真紀さん 他

持ち物: 内容により異なる

申込み: 原則開催日の1週間前までに電話、または直接大沢地区センター・公民館へ(申込み順)



大相模地区センター・公民館
(相模町3-42-1) ☎988-7370

フラワーアレンジメント教室

プリザーブドフラワーを使って香水ビンのアレンジメントをします。

日時: 2月7日(土) 13:30~15:30

会場: 大相模地区センター・公民館 学習室B・C

対象: 市内在住の方20人

内容: 香水ビンのフラワーアレンジメント(写真とは一部材料が異なる場合があります。)

参加費: 2,500円

講師: 宮平 広美さん、池ノ谷 治美さん

持ち物: ニッパーまたはハサミ、ピンセット、新聞紙、持ち帰り用袋

申込み: 1月8日(木)9:00~参加費を添えて直接大相模地区センター・公民館へ(申込み順、1人1申請)。1月8日(木)で定員に満たない場合は、翌日から電話申込み可。



南越谷地区センター・公民館
(南越谷4-21-1) ☎990-1200

わくわくお話広場

小学生を対象とした年間を通しての公民館主催事業です。12月は参加の一般募集を行います。興味のある方は是非ご参加ください。

日時: 12月20日(土) 10:00~11:00

会場: 南越谷地区センター・公民館 多目的ホール

対象: 市内在住で小学生以上の方50人

※大人のみ、子どものみでの参加も可

内容: ~お話と音楽を楽しむ~

ふだんの活動で

行っている絵本

の読み聞かせに

加え、越谷市音

楽団に吹奏楽を披露していただきます。

参加費: 無料

講師: 越谷市音楽団

申込み: 12月19日(金)17:00までに電話・窓口または電子申請で南越谷地区センター・公民館へ(申込み順)



越ヶ谷地区センター・公民館
(越ヶ谷4-1-1越谷市中央市民会館内) ☎965-3093

こしがや高齢者学級「落語鑑賞会」

日々、心豊かに楽しい人生を過ごしていくための一助となるように開催します。皆さん是非ご来場ください。

日時: 3月5日(木) 開場13:30 開演14:00

会場: 中央市民会館 劇場

対象: どなたでも 300人

内容: 落語の鑑賞

参加費: 無料

講師: 三遊亭 楽春さん

申込み: 2月6日(金)8:30~3月4日(水)17:00に越ヶ谷地区センター・公民館で、入場整理券を事前に受け取ってください(先着順)



子どもなんでも体験教室「子ども料理教室」

子ども料理教室を開催します。

手作りの楽しさを専門家の指導で学びます。

日時: 2月8日(日) 10:00~13:00

会場: 越ヶ谷地区センター・公民館 調理室

対象: 市内在住の小学生16人

内容: 調理実習

参加費: 800円(材料費・保険料)

※当選者は1月21日(水)までに参加費を公民館にお持ちください

講師: 食育インストラクター 三勢 優紀子さん

持ち物: エプロン、三角巾、筆記用具、ふきん、上履き

申込み: 12月3日(水)8:30~12月17日(水)17:00に電話または電子申請で越ヶ谷地区センター・公民館へ(申込み多数の場合、抽選)



古民家のカマドでご飯を炊こう

江戸時代に旧大間野村の名主を勤めた大間野町旧中村家住宅において、カマドに火をおこし、釜を使ってご飯を炊きます！

- 日時** 1月17日(土)・24日(土)・29日(木)
10:00～12:00
- 会場** 越谷市保存民家「大間野町旧中村家住宅」
- 講師** NPO法人越谷市郷土研究会
- 対象** 市内在住・在勤・在学の2人以上のグループ(中学生未満は保護者同伴)
- 定員** 各回2グループ(応募者多数の場合は抽選)
- 共催** NPO法人越谷市郷土研究会・越谷市教育委員会
- 持ち物** 白米(炊く前のもの・3合以上)、ざる、しゃもじ、ご飯をよそう食器(人数分)、持ち帰り用タッパー(ラップ)、おかずになるもの(漬物・塩など)、軍手、タオル、暖かい服装、飲み物
- 申込み** 12月12日(金)～12月26日(金)に電話で生涯学習課へ。
- 問合せ** 生涯学習課 ☎963-9315



応援します！あなたの生涯学習

『越谷市生涯学習リーダーバンク』

配布
無料

生涯学習に関する講師や指導者を掲載しています。
団体・サークル活動などで指導者をお探しの際にご活用ください！

- 発行** 3月下旬
- 配架場所** 地区センター・公民館、交流館、老人福祉センター、図書館、体育館、生涯学習課 他
※ホームページでもご覧になれます
- 問合せ** 生涯学習課 ☎963-9283



※表紙の色は変わることがあります

ご利用にあたって

- 登録者のうち、掲載を希望された方を紹介しております。
- 指導を依頼する場合は、講師・指導者に直接ご連絡ください。
- 連絡先が掲載されていない講師・指導者については、生涯学習課までご連絡ください。また、冊子に掲載しているスポーツリーダーバンクについては、スポーツ振興課☎963-9284までご連絡ください。
- 講師・指導者への謝礼やその他詳細については、講師・指導者と直接ご協議ください。
- この冊子は、2年に一度改訂し、作成しております。
- この冊子は、政治活動・宗教活動・営利を目的とした活動には利用できません。

▼ホームページ



やさしい能楽体験教室

～「鶴亀」の謡と仕舞の体験コース～

日本の伝統芸能である能楽に親しみながら、わかりやすい解説とともに、能楽の謡と仕舞を体験する教室です。



- 日時** 2月8日(日)・15日(日)・22日(日)・28日(土)、3月8日(日)・14日(土)・15日(日) 全7回 10:30～13:30
※終了時刻を延長する場合があります
- 会場** 日本文化伝承の館こしがや能楽堂
- 対象** 20歳以上の初めて能楽を習う方30人
- 内容** (1)能の見方と心得
(2)謡と仕舞の体験 曲目「鶴亀」
(3)最終日には能舞台で発表会
- 参加費** 1人4,000円
おかにわ まさひろ
- 講師** 岡庭 祥大さん(観世流能楽師シテ方)
- 持ち物** 「白足袋(綿)」と「扇」が必要です。
※「扇」をお持ちでない方は、貸出をします
- 申込み** 12月19日(金)から開館時間(9:00～17:00、水曜定休)に参加費を添えてこしがや能楽堂へ(申込み順)
- 問合せ** こしがや能楽堂 ☎964-8700



開花亭茶会

日本庭園の四季折々の風情を味わいながら、お茶を楽しめます。



- 日時** 3月22日(日) 10:00～14:00
- 会場** 日本庭園花田苑 茶室
- 対象** どなたでも
- 内容** お茶を通じて一服の時間を共有していただくため茶会を開催いたします。
- 参加費** 一服800円 ※別途入園料(一人100円)が必要です
- 講師** 亭主 越谷市茶道協会
- 申込み** 茶室前にて販売いたします。(当日券のみ)
先着順60席 ※茶券完売次第終了
- 問合せ** 日本庭園花田苑 ☎962-6999



二十歳のつどい記念撮影

参加
無料

越谷市の二十歳のつどい開催に伴い、記念撮影場所として、花田苑の茶室前と能楽堂大広間(松風)を開放します。

- 日時** 1月11日(日) 9:00～16:00
- 会場** 花田苑茶室周辺 ※茶室内は不可
こしがや能楽堂 大広間(松風)
- 対象** 越谷市の二十歳のつどいに参加される方および付き添いのご家族等
- 内容** 花田苑茶室周辺に野点傘を設置
こしがや能楽堂の大広間(松風)に金屏風を設置
※天候により変更の可能性あり
- 申込み** 当日直接会場へ ※花田苑は入園料(1人100円)が必要です
- 問合せ** こしがや能楽堂 ☎964-8700



「1月1日・2日」無料開園(開館)

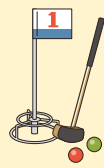
参加
無料

1月1日・2日の2日間、花田苑と能楽堂を無料開園(開館)いたします。気軽に散策や休息ができる憩いの場として、ご利用ください。



- 日時** 1月1日(木・祝)・2日(金)
10:00～16:00
(入園受付は15:00まで)
- 対象** どなたでも
- 内容** 三味線演奏(こしがや能楽堂)
能面・能版画の展示(こしがや能楽堂)
- 参加費** 無料
- 申込み** 当日直接会場へ
- 問合せ** 日本庭園花田苑 ☎962-6999





体を動かして
新しい発見をしよう！

スポーツコーナー



問合せ：スポーツ振興課 ☎963-9284

第42回越谷市なわとび大会

市民のだれもが生涯スポーツとして気軽に楽しめ、日常の健康・体力づくりに役立てる一環として開催します。

日時：2月1日(日) 9:00～9:20受付

会場：越谷市立総合体育館 第1体育室

対象：市内在住・在学・在勤の小学生以上の方

内容：時間とび、2重とび、親子とび

参加費：無料

持ち物：運動のできる服装、筆記用具、なわとび用ロープ、室内用運動靴、下履き用靴袋、飲料(水分補給用)、昼食(栄養補給用)

申込み：電子申請▶12月5日(金)～1月5日(月)



令和7年度生涯スポーツ講座

「いつでも・どこでも・だれでも」をスローガンに、スポーツ講座を開催いたします。

日程・種目：下記各体育館のとおり

時間：10:00～11:30

対象：市内在住・在勤の16歳以上の方(学生を除く)

内容：体育館内での軽スポーツなど

参加費：無料

講師：越谷市スポーツリーダーバンクより

持ち物：タオル、体育館シューズ、飲み物

申込み：当日会場にて受付します

📍北体育館(月曜日)

さいかつボール
12月1日・15日・22日

キックボクシングエクササイズ
1月19日・26日、2月2日・9日

バドミントン
2月16日、3月2日・9日・16日

📍南体育館(水曜日)

ビーチボール
12月10日・17日・24日

ラケットテニス
1月7日・14日・21日・28日

さいかつボール
2月4日・18日・25日、3月4日

📍西体育館(金曜日)

エアロビクス
12月12日

卓球
1月9日・16日・23日・30日

ビーチボール
2月6日・13日・20日・27日



冬期健康体操教室

健康の保持・増進のために、健康チェックと健康体操を行います。

日程・定員：各会場のとおり

対象：市内在住、おおむね40歳以上で毎回出席できる方

※運動制限のある方は参加できません

内容：健康体操

参加費：無料

持ち物：タオル、体育館シューズ、飲み物

申込み：電子申請▶12月8日(月)～14日(日)

電話▶12月17日(水)～22日(月)

※電子申請で申込多数の際は電話申し込みを行わず、抽選をします

※電話での申し込みは土日を除きます

※2会場以上に申込みことはできません

📍総合体育館

講師：海津美^{かいづ}弥子^{みやこ}さん

日時：1月6日～3月17日(1月27日、2月24日、3月10日を除く)の毎週火曜日 9:15～10:45

全8回 定員60人

📍出羽地区センター・公民館

講師：山本^{やまもと}幸子^{さちこ}さん

日時：1月9日～2月27日の毎週金曜日 13:30～15:00

全8回 定員30人



レイクタウンスポーツ講座(キックボクシングエクササイズ)

レイクタウンにてキックボクシングエクササイズを行います。

日時：2月12日・19日・26日 毎週木曜日 10:30～11:30 全3回

会場：イオンレイクタウンmori 1階 木の広場

対象：市内在住・在勤で16歳以上の方 30人

内容：キックボクシングエクササイズ

参加費：無料

講師：榎本^{えのもと}薫^{かおる}さん

持ち物：運動のできる服装、タオル、飲み物

申込み：電子申請▶1月9日(金)～15日(木)

※電子申請で申込多数の場合は抽選をします



レイクタウンスポーツ講座(太極拳)

レイクタウンにて太極拳講座を行います。

日時：12月9日(火)・18日(木)・25日(木) 10:30～11:30 全3回

会場：イオンレイクタウンmori 1階 木の広場

対象：市内在住・在勤で運動制限がない16歳以上の方 30人

内容：太極拳

参加費：無料

講師：越谷市太極拳連盟

持ち物：運動のできる服装、タオル、飲み物

申込み：当日申込みとして、会場にて10人を受付します

ピラティス～快適な明日のために動いてカラダメンテナンスしよう～

勤労者の方に対し、ピラティスを行います。

日時：2月7日・14日・21日・28日 毎週土曜日 10:00～11:30 全4回

会場：荻島地区センター・公民館

対象：市内在住の勤労者の方 市内在勤の方 30人

内容：ピラティス

参加費：無料

講師：石井^{いしい}奈々^{なな}さん

持ち物：運動のできる服装、室内用シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット

申込み：電子申請▶1月13日(火)～19日(月)

電話▶1月22日(木)～27日(火)

※電子申請で申込多数の場合は電話申し込みを行わず、抽選をします

※電話での申し込みは土日を除きます



冬期親子ふれあい体操教室

マット運動やリズム体操を親子で行います。

日時：1月6日・13日・20日・27日、2月3日・10日・17日・24日 毎週火曜日 16:00～17:00 全8回

会場：地域スポーツセンター

対象：3歳(R7.4.1現在)～6歳(就学前)のお子さんと保護者40組

内容：リズム体操、マット運動、跳び箱など

参加費：無料(保育室1回の利用につき1人700円の実費負担があります)

講師：上野^{うえの}敏子^{としこ}さん、境久^{さかい}美子^{くみこ}さん

持ち物：タオル、体育館シューズ、飲み物、名札(お子様のみ)

申込み：電子申請▶12月8日(月)～14日(日)

電話▶12月17日(水)～22日(月)

※電子申請で申込多数の場合は電話申し込みを行わず、抽選をします

※電話での申し込みは土日を除きます



総合体育館

体を動かして新しい発見をしよう！

※大会等により予定が変更になる場合があります 増林2-33 ☎964-4321

共通 会 場：総合体育館 武道場
対 象：高校生以上 参加費：1回300円
申込み：総合体育館にて当日受付(定員60名)

※大会や悪天候などで急きょ中止となる場合があります。ご不明な点は総合体育館までお問い合わせください
※初回は、スタンプカードを作成しますので、少し早めにご来館ください
※貸出用マットを使用した際は、各自でアルコール消毒を行い所定の場所へお戻し下さい

エアロビクスダンス教室 個々の体力に合わせて音楽にのり楽しく体を動かしましょう。

日 時：毎週水曜日 14:00～・19:30～ 毎週金曜日 10:30～・19:30～
内 容：エアロビクスダンス・ストレッチ(約60分)
持ち物：運動の出来る服装、タオル、飲み物、上履き、ヨガマット(貸出用あり)

骨盤エクササイズ教室

骨盤周りのインナーマッスルをほぐし、鍛えて、骨盤のゆがみを正す体操。腰痛・肩こりの予防や関節痛予防が期待できます。

日 時：毎週木曜日 14:00～
内 容：骨盤エクササイズ・ストレッチ等(約60分)
持ち物：運動の出来る服装、飲み物、フェイスタオル、上履き、ヨガマット(貸出用あり)
※フェイスタオルは講習で使います ※講習は、靴下または素足で行います

リラックス健康ヨガ教室

体と心のリラックスを促進し、柔軟性を高めます。穏やかなペースで進むので、初心者でも無理なく取り組みます。

日 時：毎週金曜日 15:15～
内 容：リラックス健康ヨガ・ストレッチ等(約60分)
持ち物：運動の出来る服装、飲み物、フェイスタオル、上履き、ヨガマット(貸出用あり)
※フェイスタオルは講習で使います ※講習は、靴下または素足で行います

共通 会 場：総合体育館 第1体育室
対 象：一般(小中学生のみの利用は17:00まで)
※未就学児の競技参加はご遠慮下さい
参加費：大人／2時間300円 小中学生／2時間150円
申込み：総合体育館にて当日受付(利用者多数の場合入場制限あり)

STEP 卓球・バドミントン・ビーチボールバレーがお楽しみ頂けます。

日 時：12/2・16、1/6・20、2/3・17、3/3・17
いずれも火曜日 9:30～21:30
内 容：卓球・バドミントン・ビーチボールバレー(2時間単位)
持ち物：体育館シューズ、用具は各自でお持ちください。

ビーチボールSTEP ビーチボールバレーがお楽しみ頂けます。

日 時：12/13(土)・15(月)、1/5(月)・10(土)・19(月)・24(土)、
2/2(月)・21(土)・28(土)、3/2(月)・7(土)・28(土)
9:30～11:30、12:00～18:00、19:00～21:00
(12:00～18:00はコートのみ使用可)
※12/13は13:00まで 2/28、3/21は16:00まで
内 容：ビーチボールバレー(2時間単位)
持ち物：体育館シューズ、各自でお持ちください。(貸出用ボール有り)

卓球STEP 卓球がお楽しみ頂けます。

日 時：12/13(土)・15(月)、1/5(月)・10(土)・19(月)・24(土)、2/2(月)・
21(土)・28(土)、3/2(月)・7(土)・21(土)・28(土)
9:30～20:30 ※12/13は13:00まで 2/28、3/21は16:00まで
内 容：卓球(2時間単位)
持ち物：体育館シューズ、用具は各自でお持ちください。



たくさんの本と
出会おう！

図書館コーナー



移動図書館「しらこぼと号」巡回日程表

2025年12月から2026年3月まで

駐 車 場	曜 日	時 間	12月	1月	2月	3月
新方地区センター	第1・3 火曜日	13:25～13:55	2	—	3	3
休止 蒲生東町自治会館		休止				
児童館ヒマワリ		14:45～15:05				
越谷ファミリータウン	第1・3 水曜日	14:45～15:15	3	—	4	—
モアステージせんげん台		13:30～14:05				
新方小学校	第1・3 木曜日	13:15～13:50	4	—	5	—
くすのき荘		14:00～14:30				
憩いの里 すこやか		15:15～15:35				
レイクタウンスポーツ公園		13:30～14:15				
そんぼの家越谷		14:40～15:00				

駐 車 場	曜 日	時 間	12月	1月	2月	3月
シャルム北越谷	第1・3 金曜日	13:15～13:45	5	—	6	6
越谷スカイハイツ		15:00～15:20				
南部第二公園		13:20～13:45				
千間台西六丁目自治会館	第2・4 火曜日	13:30～13:50	9	—	10	10
せんげん台パークタウン		15:00～15:45				
桜井青空東側緑地	第2・4 水曜日	13:25～13:55	10	14	—	11
荻島小学校		13:25～13:50				
住吉新生自治会館		15:10～15:30				
けやき荘	第2・4 木曜日	14:30～15:00	11	8	12	12
深田公園		14:30～15:15				
D'グラフォートレイクタウン	第2・4 金曜日	14:05～15:20	12	9	13	13
大間野小学校		13:30～14:00				

図書館(室)・休館(室)日一覧 (2025/12/1-2026/3/31)

市立図書館	
毎週月曜日(1/12、2/23は開館)	2/24(火・休館日)
12/19(金・館内整理日)	2/27(金・館内整理日)
12/29～1/5(月～月・年末年始)	3/4～6(水～金・特別館内整理日)
1/13(火・休館日)	3/27(金・館内整理日)
1/30(金・館内整理日)	
北部図書室	
第2・4月曜日(1/12、2/23は開室)	1/24～25(土～日・設備工事)
12/28(日・17時以降休室)	1/31～2/1(土～日・設備工事)
12/29～1/4(月～日・年末年始)	2/7～8(土～日・設備工事)
1/10～11(土～日・設備修繕)	2/24(火・休室日)
1/13(火・休室日)	2/28(土・17時以降室内整理)
1/17～18(土～日・設備工事)	3/31(火・午前中室内整理)
南部図書室	
12/8(月・休室日)	2/27(金・午前中室内整理)
12/28(日・17時以降休室)	3/9(月・休室日)
12/29～1/4(月～日・年末年始)	3/31(火・午前中室内整理)
1/30(金・午前中室内整理)	
中央図書室	
12/28(日・17時以降休室)	2/23(月・午前中設備点検)
12/29～1/4(月～日・年末年始)	2/27(金・午前中室内整理)
1/30(金・午前中室内整理)	3/31(火・午前中室内整理)

わらべうた・むかしばなし・絵本の読みきかせ

行事名	開催日時	会 場	対象(定員)	申込み
ちびうさちゃんのおへや	12月～3月、毎月第4木曜日 10:10～10:35	市立図書館 視聴覚ホール	0・1歳児と保護者 申込み順20組	各開催日の2週間前から電子申請(申込み順)
うさこちゃんのおへや	12月～3月、毎月第4木曜日 11:00～11:30		2・3歳児と保護者 申込み順15組	各開催日の2週間前から電子申請(申込み順)
中央図書室 ちびねこちゃんのおへや	12月～3月、毎月第3火曜日 10:30～11:00	中央図書室 おはなし室	0・1歳児と保護者 申込み順5組	開催前月第3火曜日9:30から直接または電話で 中央図書室へ(申込み順)
南部図書室 ちびくまちゃんのおへや	12月～3月、毎月第2金曜日 ①0歳児10:30～11:00 ②1歳児11:20～11:50	南部図書室 おはなし室	①0歳児と保護者15組 ②1歳児と保護者15組	開催前月第2金曜日10:00から直接または電話で 南部図書室へ(申込み順)
おはなし会	12月～3月、毎週水曜日 15:45～16:15 (12/31、2/11、3/4を除く)	市立図書館 会議室	4歳～小学6年生 (お子さんのみ)	<div>■ 市立図書館 東越谷4-9-1 ☎965-2655</div> <div>■ 北部図書室 恩間181-1 ☎978-5311</div> <div>■ 南部図書室 南越谷1-2876-1 ☎990-0305</div> <div>■ 中央図書室 弥生町16-1 ☎969-1800</div>
南部図書室 おはなし会	12月～3月、毎月第2土曜日 ①幼児14:00～14:30 ②小学生14:40～15:10	南部図書室 おはなし室	①幼児 ②小学生	
中央図書室 おはなし会	12月～3月、毎月第3木曜日 15:45～16:15	中央図書室 おはなし室	4歳～小学6年生	
文庫のおへやわくわくおはなし会	12月～3月、毎月第1土曜日 14:00～14:30(1/3を除く)	市立図書館 おはなし室	どなたでも	
中央図書室 文庫のおへやわくわくおはなし会	12月～3月、毎月第2土曜日 14:00～14:30	中央図書室 おはなし室		
北部図書室 文庫のおへやわくわくおはなし会	12月～3月、毎月第3土曜日 14:00～14:30	北部図書室 こどもコーナー		

※すべて参加費は無料、電子申請は「越谷市立図書館ホームページ」各イベントのページからお申し込みください ※おはなし会は直接、会場へお越しください

開催情報は変わる場合があります