



## 令和元年度第1回婦人学級 骨盤エクササイズ

自身の姿勢や骨格を見直して、健康な体作りをしましょう!

日時：6月27日(木) 午前10時～11時30分

会場：川柳地区センター・公民館 2階 会議室

対象：川柳地区在住、おおむね40歳以上の女性

定員：20名(申込み順)

参加費：無料

持ち物：水分補給用の飲み物、タオル、マット(なければバスタオル)

講師：山中 菜緒 先生

申込み：6月3日(月) 午前8時30分から ※電話可  
川柳地区センター・公民館にて受付

## 第1回ベビーマッサージ

日時：6月26日(水) 午前10時～11時30分

対象：生後3ヶ月(首がすわってきた頃)からハイハイ前の赤ちゃんまで

申込み：6月3日(月) 午前8時30分から

定員：市内在住の親子、それぞれ6組(申込み順)

※電話可

会場：川柳地区センター・公民館1階 和室

講師：大澤 祐子 先生

参加費：無料

持ち物：オムツ、バスタオル、水分補給用飲み物、赤ちゃんのお気に入りのおもちゃ、保護者の方は動きやすい服装



★どちらの場合も、本人(保護者)のみ受け付けます。

★なお、双子の場合は、保護者2人の参加が必要です。

兄・姉連れは、要相談。

## 太鼓たたき講習会

川柳地区夏祭りで和太鼓をたたいてみませんか?

日時：①6/22(土)・②6/29(土)

③6/30(日)・④7/6(土)

⑤7/7(日)・⑥7/14(日)

⑦7/27(土：夏祭り当日)

(予備日 7/28(日))

時間：①～⑤は、午前9時～11時

⑥は、午後1時30分～3時

※⑦7/27(土)(予備日7/28(日))の集合は

午後4時。午後6時～8時30分は演奏

会場：川柳地区センター・公民館 1階和室

※⑥のみ川柳小学校体育館で実施

対象：川柳地区内在住の小学4～6年生

定員：15名(申込み順)

参加費：無料

持ち物：ダンボール箱(練習用)、筆記用具、水筒

申込み：6月1日(土) 午前9時から

川柳地区センター・公民館にて受付 ※電話可

講師：安井 鳳憧 先生

※9月～10月には地区文化祭に向けて、組太鼓講習会を開催する予定です。太鼓たたき講習会と組太鼓講習会どちらも参加できる方を募集しています。



## 子どもあそび探検隊

### 第3回 子ども簡単料理②

オレンジのパンケーキ作りに挑戦!!



日時：7月13日(土) 午前10時～正午

会場：川柳地区センター・公民館

2階会議室・実習室

対象：市内在住の小学生

定員：25名(申込み順)

持ち物：エプロン、三角巾、手拭き用タオル、上履き(かかとのある運動靴)、水筒

参加費：300円

※申込み後の参加費の返金はできません

申込み：6月15日(土) 午前9時から

参加費を添えて川柳地区センター・公民館へ直接お申し込みください。※電話不可

★アレルギーのある方はご遠慮ください。

# 楽しい、親子教室

～ ☀親子遊びとサロン♪～

日時：6月6日（木）午前10時～11時30分  
会場：川柳地区センター・公民館 2階 会議室  
内容：親子遊び・サロン  
対象：市内在住の1歳以上の未就学児とその保護者  
定員：15組（申込み順）  
持ち物：上履き（かかとのある運動靴※スリッパ不可）  
水分補給用の飲み物、ハンカチ  
参加費：無料  
申込み：現在川柳地区センター・公民館にて受付中※電話可

電子申請はこちらから



## 地区各種スポーツ試合結果

4月14日（日）に第43回川柳地区卓球大会、また5月26日（日）に第45回川柳地区バレーボール大会が開催されました。選手、役員のみなさん、お疲れ様でした。声援を送ってくれたみなさん、ありがとうございました！

### 第43回川柳地区卓球大会 試合結果

優勝 朝日プラザ自治会C  
準優勝 伊原新田自治会  
第3位 朝日プラザ自治会A



### 第45回川柳地区バレーボール大会 試合結果

《男子の部》	《女子の部》
優勝 朝日プラザ自治会	優勝 麦塚上手自治会
準優勝 麦塚上手自治会	準優勝 伊原新田自治会
第3位 伊原新田自治会	第3位 伊原本田自治会



## 6月の各スポーツ大会

- 第64回市民体育祭地区対抗ソフトボール大会  
6月2日（日） ※予備日6月9日（日）  
試合開始 午前8時45分  
（江戸川広域運動公園グラウンド）
- 第64回市民体育祭地区対抗卓球・ビーチボール大会  
6月23日（日）  
試合開始 午前9時30分（市立総合体育館）

### 駐車場についてのお願い

周辺施設のファミリーマート、フライングガーデン、グリーンマルシェ等には駐車しないでください。

川柳地区スポーツ・レクリエーション推進委員会

# 令和元年度第1回ジュニアリーダ研修会のお知らせ

日時：7月30日（火） 午前8時30分川柳地区センター集合、午後4時頃解散予定

研修場所：茨城自然博物館⇒工場見学（明治なるほどファクトリー守谷）

費用：500円（入館料・昼食代含む）

定員：40名位 ※人数に限りがあるため、定員を超えた場合は調整後連絡いたします。

申込み：7月7日（日）までに参加者名、学年を☎090-3519-6911（森）までご連絡ください

65歳以上必見!!

## お口と栄養と運動の元気塾～フレイルを予防しよう～

フレイルとは、加齢に伴う「衰弱」を言います。

専門家からフレイル予防3つのポイントを学び、健康長寿を目指しましょう！

日時：7月4日（木）、11日（木）、18日（木）、8月29日（木）

午前9時30分～11時30分

会場：蒲生地区センター 学習室A

内容：介護予防に関する口腔ケア・食生活・体カアップのポイントについて

対象：市内在住の65歳以上で運動制限がない方 15人（申込順）

費用：無料

持ち物：筆記用具、運動できる服装、運動靴、飲み物、汗拭きタオル

申込み：6月7日（金）より窓口または電話にて下記へ

地域包括ケア推進課 地域包括総合支援センター ☎963-9163（直通）



## 北越谷公民館主催事業『健康教室』

日頃の運動不足の解消や心身の健康維持のため一緒に身体を動かしてみませんか？

日時：6月25日（火）午前10時～正午

会場：北越谷地区センター・公民館 大会議室

対象者：市内在住の方 30名

内容：ロコモってなに??～足腰を鍛えよう!～（講義、健康体操）

参加費：無料

持ち物：タオル、飲み物（水分補給用）、筆記用具、動きやすい服装

講師：レイクタウン整形外科病院

申込み：6月4日（火）午前10時～18日（火）午後5時までに北越谷地区センター・公民館まで

※電話・電子申請による受付可（先着順）

問合せ：北越谷地区センター・公民館 ☎976-5758

電子申請はこちらから





# エコキャップ回収事業にご協力ください

川柳地区コミュニティ推進協議会では、エコキャップ（ペットボトルのキャップ）の回収事業を、随時行っています。川柳地区センター・公民館下駄箱前に回収箱を設置していますので、ご協力をお願いします。

川柳地区コミュニティ推進協議会

## 南体育館夜間管理人募集

令和元年 7 月以降の南体育館の夜間の管理業務を行っていただける方を募集しています。業務内容は、朝の庭球場開錠30分程度、体育館の夜間利用に伴う開錠・施錠各々30分程度と簡単な業務内容です。

報酬：月額 38,000 円

業務内容：朝の庭球場開錠 午前 7 時 50 分  
 夜間利用前の開錠 午後 6 時～7 時  
 夜間利用後の施錠 午後 9 時

実施日：夜間利用がある日、年末年始以外はほぼ毎日

募集人数：1～2名※複数名の場合は、月額報酬を按分

申込み：6月3日（月）午前9時から（先着順）

問合せ：越谷市教育委員会スポーツ振興課

☎963-9284

テレビ広報番組「いきいき越谷」6月号に、川柳生き物調査(5月11日開催)の様子が放映されます。

### ■テレビ埼玉

6月15日（土）午前9時30分～10時

### ■J:COM越谷

6月17日（月）～23日（日）

①午前9時～9時30分 ②午後8時～8時30分



		6月の予定
1	(土)	川柳小学校運動会 青少年パトロール
2	(日)	市民体育祭 ソフトボール大会(場所:江戸川広域運動公園) 市民課業務(午前9時～午後4時)
3	(月)	
4	(火)	
5	(水)	夏祭り実行委員会 オレンジカフェねご(場所:なごみの郷)
6	(木)	楽しい親子教室
7	(金)	
8	(土)	
9	(日)	市民体育祭 ソフトボール大会(予備日)
10	(月)	
11	(火)	
12	(水)	会食サービス ビーチ中央団結式
13	(木)	コミ協総務部会 卓球中央結団式
14	(金)	GG部会
15	(土)	自治連会議 子ども遊び探検隊
16	(日)	
17	(月)	
18	(火)	
19	(水)	【地域包括】介護者サロン(場所:なごみの郷)
20	(木)	
21	(金)	
22	(土)	太鼓たたき講習会 文化祭実行委員会(場所:ひのき荘)
23	(日)	市民体育祭ビーチボール・卓球大会(場所:総合体育館)
24	(月)	
25	(火)	
26	(水)	ベビーマッサージ
27	(木)	
28	(金)	青少年パトロール
29	(土)	スポレク会議 太鼓たたき講習会
30	(日)	太鼓たたき講習会 川柳地区合同歓送迎会

### 《自治会・コミュニティ相談》

会場：川柳地区センター・公民館  
 内容：自治会の運営や近隣関係等コミュニティに関する相談をお受けしています。  
 ※お気軽にご相談ください。

### 《休日の市民課業務のご案内》

川柳地区センターでは、平日以外にも毎月第1日曜日に住民票の写し、戸籍謄本・抄本、印鑑登録証明書の発行を行っております。時間は午前9時～午後4時となります。

なお、請求の際には、本人確認が必要となりますので、運転免許証の書類（印鑑登録証明書の場合は印鑑登録証カードまたは市民カード）をお持ちください。地区センターで請求できる人は、本人または同一世帯の人に限りです。委任状による請求はできません。

※【地域包括】は地域包括支援センター川柳・大相模主催です。

お問合せは☎990-0753まで