

第41回 増林地区自治会対抗インドア力大会 結果

9月7日（日）、総合体育館第2体育室において、第41回増林地区自治会対抗インドア力大会が開催されました。
参加された選手の皆さん、役員の皆さん大変お疲れ様でした。
なお、大会の結果は次のとおりです。

	男子	女子
優勝	東越谷7丁目A	花田4丁目
準優勝	花田4丁目	東越谷9丁目
第3位	東越谷2丁目A 花田2丁目	東越谷2丁目A 東越谷7丁目B



【男子の部 優勝】
東越谷7丁目A



【女子の部 優勝】
花田4丁目

【地域包括ケア課からのお知らせ】

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の3つのポイントを学び、健康長寿を目指しましょう！

日時 11月6日・13日・20日、12月25日（木）
午前9時45分～午前11時45分

会場 大沢地区センター・公民館 多目的ホール
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）

内容 介護予防に関する口腔ケア・食生活・
体力アップのポイントについて

参加費 無料
持ち物 筆記用具、運動のできる服装、運動靴、
飲み物、汗拭きタオル、マスク

申込み 10月7日（火）より電話または電子申請
問合せ 地域包括ケア課 TEL 963-9163



【電子申請】



【地域包括支援センターからのお知らせ】

認知症サポータースキルアップ講座～入門編～

日時 11月28日（金）
午後1時30分～午後3時30分

会場 新方地区センター・公民館 3階 多目的ホール
対象 市内在住・在勤・在学中、認知症サポーター養成講座を
受講したことのある方 40名（申込順）

内容 認知症サポーター養成講座の復習
認知症の方への接し方について
認知症の方を介護する家族の体験談 など

講師 キャラバンメイト（地域包括支援センター職員）

参加費 無料
持ち物 認知症サポーター証またはオレンジリング（ある方）、
筆記用具、飲み物、マスク

申込み 10月14日（火）午前9時00分より、
下記までお申し込みください。

問合せ 地域包括支援センター新方
TEL 977-3310



【地域包括支援センターからのお知らせ】

認知症サポーター養成講座

日時 11月14日（金）午後2時00分～午後3時30分

会場 北部市民会館 4階 ホール

対象 市内在住・在勤・在学の方 40人

内容 認知症とは、認知症の症状、認知症本人の気持ち、認知
症の人と接するときの心がまえ、予防方法など

講師 地域包括支援センター大袋職員（キャラバンメイト）

参加費 無料

申込み 10月8日（水）午前9時00分より
電話または直接下記までお申し込みください。

問合せ 地域包括支援センター大袋 TEL 971-1077
（午前9時00分～午後5時00分 日・祝を除く）



【選挙管理委員会からのお知らせ】

10月26日（日）は越谷市長選挙の投票日です！

投票時間は、午前7時00分～午後8時00分です。棄権することなく投票しましょう！

投票日当日の投票所については、各世帯ごとにお送りする入場整理券でご確認ください。

投票日当日に投票に行けない方は、期日前投票をご利用ください。



期 日 前 （ 不 在 者 ） 投 票 所 の 投 票 場 所 ・ 期 間 ・ 時 間

場 所	受付期間
市役所エントランス棟1階 多目的ホール	10月20日（月）～10月25日（土） 午前8時30分～午後8時00分
東武新越谷駅1階 自由通路内	【4か所共通】
北部市民会館1階 ロビー	10月20日（月）～10月21日（火） 午前9時00分～午後7時00分
イオンレイクタウンkaze3階 イオンホール	10月22日（水）～10月24日（金） 午前9時00分～午後8時00分
越谷サンシティ2階（南部出張所付近）	10月25日（土） 午前9時00分～午後5時00分

問合せ 選挙管理委員会 TEL 963-9276