

## 市政モニターを募集します！

あなたの声を市政に生かしてみませんか

市政に関するアンケートの提出、埼玉鴨場などの施設見学会への参加のほか、市政への提案などを行います。

〈任期〉令和3年4月中旬から令和4年3月31日まで

〈対象〉市内在住の満18歳以上の方、20名

〈謝礼〉1万2000円(年額)

〈応募方法〉住所・氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、応募理由(70字程度)を、封書、はがき、電子メール、またはファクスで、3月1日(月)までに下記へ。応募多数の場合は選考。結果は4月上旬に全員にお知らせします。詳しくは広報こしがや2月号、市ホームページをご覧ください。

〈募集人員〉20名 定員を超えた場合は選考。結果は4月上旬に全員に通知します。

〈問合せ〉広報広聴課 ☎ 963-9117 FAX 965-0943 E-mail koho@city.koshigaya.lg.jp

## 痛み予防教室～腰痛編～

現在、元気で症状がなくても、腰痛を知り  
予防方法を学びませんか

【日時】2月26日(金)午前10時～11時30分

【会場】蒲生地区センター

【内容】理学療法士による腰痛についての講話と家で簡単にできる体操やストレッチを学びます。

【対象】市内在住で、医師による運動制限のない方、10名(申込み順)

【持ち物】運動のできる服装、水分補給用飲み物、バスタオル(運動で使います)、筆記用具

【申込み】2月5日(金)から市民健康課へ電話、または二次元コードから申請

【問合せ】市民健康課(越谷市保健センター) ☎960-1100

★マスクの着用をお願いします。また、体調がすぐれないときには参加をご遠慮ください。※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今後の状況により変更となる場合がありますので、決まり次第ホームページでお知らせいたします。



二次元コード

## 令和2年度 スポーツ・レクリエーション指導者研修会

この研修会は、市内におけるスポーツ指導者の養成と資質の向上を目的としています。高齢者へのスポーツ指導を行っている指導者の方、または興味がある方大歓迎！トレーニングなど実技を交えて講習します！

【日時】3月6日(土)午後2時～4時30分

【会場】越谷市立西体育館(越谷市七左町4-223)

【テーマ】パラリンピックの発展とその世界 【講師】文教大学 二宮 雅也 准教授

【対象】スポーツ・レクリエーション指導者、スポーツ・レクリエーション指導者を志す者 60名(申込み順)

【費用】無料

【持ち物】室内用運動靴、運動のできる服装、フェイスタオル(長めの物)、バスタオル、飲み物、筆記用具

【申込み】2月19日(金)までスポーツ振興課へ電話、または窓口にて受付

【問合せ】スポーツ振興課 ☎963-9284

## 成年後見制度講演会のお知らせ

手話通訳・要約筆記あります

●テーマ『漫才で学ぶ成年後見制度』今年、オンラインによる開催です。わかりやすく成年後見制度を学べる動画をお好きな時間にお好きな場所でご覧いただけます。

【配信期間】令和3年2月8日(月)から2月21日(日)まで

【講師】漫才師 あおぞらいつぶせんぼう 青空一風千風 (東京都あだち区民後見人として登録している経験を活かして、成年後見制度をわかりやすく紹介)

【視聴方法】お手持ちのスマートフォン・パソコン・タブレット等で、右記の二次元コードを読み取るか、越谷市社会福祉協議会のホームページからもアクセスできます。また、動画を視聴する環境が整わない方向けに、出前講座も開催致します。詳しくは、下記までお問い合わせください。

【注意事項】視聴時間は約30分です。動画視聴にかかる通信料等は、視聴される方の負担となります。なお、本講演の録画・録音・撮影及び詳細内容のSNSへの投稿は固くお断りします。

【問合せ】成年後見センターこしがや(越谷市社会福祉協議会内) ☎966-2281



二次元コード