

0歳児親子

親子でベビーヨガ

参加者募集!

簡単な運動とスキンシップを通して、ママと赤ちゃんのリラックス効果をあげてみましょう♪

- 【日 時】10月6日(木) 午前10時30分～11時30分
- 【会 場】南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール
- 【対 象】市内在住 首すわりからハイハイまでのお子さんとその保護者 5組(先着順)
- 【講 師】日本子どもフィットネス協会 公認インストラクター 加藤 啓子 氏 【参加費】 無料
- 【持ち物】汗拭きタオル、水分補給用の飲み物、マスク(保護者の方のみ要着用。お子さんは任意)
- 【申込み】9月8日(木)午前9時から電話で南越谷地区センター・公民館まで
- 【問合せ】南越谷地区センター・公民館 Tel990-1200



この講座は、小さなお子さんが対象の講座です。マスクの着用が難しい場合があります。ご了承のうえお申込みください。

1・2歳児親子

親子でエアロビクス

参加者募集!

元気いっぱい先生と一緒に親子でからだを動かしてみよう!

- 【日 時】10月13日(木)午前10時30分～午前11時30分
- 【会 場】南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール
- 【対 象】市内在住の方 首すわり～ハイハイのお子さんとその保護者 10組(先着順)
- 【講 師】日本子どもフィットネス協会 公認インストラクター 加藤 啓子 氏
- 【参加費】 無料 【持ち物】飲み物、汗拭きタオル等 マスク(保護者のみ要着用。お子さんは任意)
- 【申込み】9月8日(木)午前9時から電話にて 南越谷地区センター・公民館 Tel 990-1200



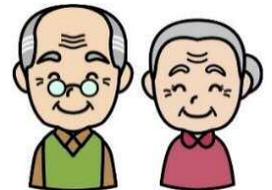
この講座は、小さなお子さんが対象の講座です。マスクの着用が難しい場合があります。ご了承のうえお申込みください。

シニア

生涯いきいきサロン

参加者募集!

- 【日 時】10月4日(火) 午後1時30分～午後3時30分
- 【会 場】南越谷地区センター・公民館 1階 調理室、和室
- 【対 象】南越谷地区在住 60歳以上の方 15名(電話受付先着順)
- 【参加費】 300円



- 【内 容】「感染症に負けない身体づくり」をテーマに皆さんに楽しく試食していただきます。
- 【申込み】9月5日(月)9時から電話申込み 南越谷地区センター・公民館 Tel990-1200
- ※9月の生涯いきいきサロンは、9月6日(火)に「認知症について」を予定しております。申込み受付中です

市民体育祭地区対抗市内駅伝競走大会ランナー大募集!

南越谷地区スポーツレクリエーション推進委員会では、今年度の南越谷地区代表として、駅伝大会に出場するランナーを募集しております。チャレンジしてみたい方、南越谷地区センター・公民館までご連絡ください!

- 【対 象】南越谷地区在住の16歳以上の男女 若干名
- 【申込期間】令和4年9月1日(木)～10月31日(月)17:15 まで
- 【大 会】地区対抗の駅伝大会 6区間で競います。(1区間3～6キロ) 越谷市内を走ります 12月4日(日)を予定しております。※詳細は南越谷地区センター・公民館まで
- 【問 合 せ】南越谷地区センター・公民館 Tel 990-1200



第15回協働フェスタ「未来につなごう! 持続可能な協働フェスタ」

越谷市を拠点として協働のまちづくりを推進している市民活動団体やボランティア団体等が、日頃の活動を発表等する場として開催します。皆さんのお越しをお待ちしております。

- 【日 時】10月8日(土)午前9時30分～午後3時30分 【会 場】越谷市中央市民会館全館
- 【問合せ】市民活動支援課 Tel963-9153

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、状況に応じてイベントの中止または内容を変更する可能性があります。ご了承ください。ご来場の際は、必ずマスクの着用をお願いいたします。