

## 第69回市民体育祭地区対抗グラウンド・ゴルフ大会 結果



10月19日(土)、総合公園多目的運動場にて、第69回市民体育祭グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。今大会において南越谷地区は総合7位！ また第3部については準優勝という成績となりました。選手・協力委員の皆様、大変お疲れ様でした。

### 大会成績

総合： 7位 第1部： 8位  
第2部： 12位 第3部： 2位



## 市民体育祭地区対抗市内駅伝競走大会 ランナー募集中！

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追加で募集しております。

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】 11月8日(金) 午後5時まで

【大会日時】 12月1日(日)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。

【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200



## 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】 12月5日・12日・19日、令和7年1月30日(木)

午前9時45分~11時45分(受付:9時30分~)

【会場】 蒲生地区センター 学習室 A または多目的ホール(開催日により異なります)

【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

【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)

【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】 11月8日(金)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】

## 第23回越谷市美術展覧会(市展)への出品作品 募集中！

【部門】 日本画・洋画(版画を含む)・彫刻・工芸・書・写真の6部門

【申込み】 11月1日(金)~12月6日(金) 午後5時15分まで

※詳しくは、市公式ホームページ、またはお近くの地区センター・公民館等で配付している募集要項をご覧ください。

※二次元コードからも申込可能です。

【問合せ】 生涯学習課 Tel:963-9307



【二次元コード】