

パレット通信

7月号(第438号) 令和7年7月1日発行

発行/南越谷地区センター・公民館 〒343-0845 越谷市南越谷4-21-1
電話: 048-990-1200 FAX: 048-985-3721



パレット通信
カラー版はコチラ
(市ホームページ)

♪次回のうたごえパレットは7月16日(水)です。 ※参加申込みは終了しております。

南越谷公民館主催 医療セミナー 参加費無料



南越谷地区内の獨協医科大学埼玉医療センターと協力し、地域の特性を生かした講座を開催します
専門医による病気の話をはじめ、予防や早期発見など健康管理に役立つ話をいただき、地域の皆様の健康と病気についての意識や知識向上を目的とします。

【日 時】 8月3日(日) 午後1時30分～3時

【場 所】 南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール

【内容/講師】 「元気に長生きするために～心筋梗塞・心不全・脳梗塞は予防できます!～」
獨協医科大学埼玉医療センター 循環器内科主任教授 田口 功 医学博士

【対 象】 市内在住・在学または在勤の方 100名(先着順)

【申 込 み】 7月1日(火)午前9時～ 右記二次元コードより電子申請、または電話・窓口にて受付

【問 合 せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200



【電子申請】

南越スポーツデイを開催します!(旧 地区体育祭)

日時:10月19日(日) 午前8時～12時30分(予定)

【場 所】 南越谷小学校校庭

※天候等の状況により、中止となる場合があります。

【主 催】 南越スポーツデイ実行委員会

【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200

詳細は別紙をご覧ください!



25' カヌー教室 ～越谷レイクタウンでカヌー体験～

【日 時】 7月26日(土) 小雨決行 ※荒天の場合は、7月27日(日)に延期
受付 午前8時45分 (開始:午前9時 終了:午前11時予定)

【集 合】 レイクタウン水辺のまちづくり館

【対 象】 南越谷地区在住の小学生以上の方、10組(原則2人1組)

※小学生が参加の際は、必ず保護者同伴をお願いします(小学生ペア参加の場合、保護者は見学可)

【服 装】 ぬれても良い服装、動きやすい靴

【持ち物】 着替え、タオル、日焼け対策グッズ(帽子やサングラス等)、飲み物

【内 容】 越谷レイクタウン(大相模調節池)の一部を会場にカヌー体験 【参加費】 無料

【指導者】 NPO法人セイラビリティ越谷 久川 雅大(くがわ まさお)氏

【主 催】 南越谷地区スポーツ・レクリエーション推進委員会/南越谷地区センター・公民館

【協 賛】 (株)米菓 桃の家(こしがやブランド認定「越谷ふあり」で有名なお店です)

【申込み】 7月6日(日) 午前10時から南越谷地区センター・公民館 窓口にて受付(先着順)

【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200



越谷市内公民館 南部4館主催 「ミニオンズ・フィーバー」 夏休み こども名作映画会

【日 時】 7月24日(木) 開場:午後1時30分 開演:午後2時 終了予定:午後3時30分頃

【会 場】 越谷コミュニティセンター(サンシティホール) 小ホール **入場無料**

【定 員】 市民の方(幼児~小学生と保護者) 490名 ※先着順

【申込み】 7月5日(土) 午前9時~

右記の二次元コードから、必要事項入力の上、お申込みください。

※1家族につき4名まで申請可(参加される方全員のお申込みをして下さい。乳幼児を除く)



【二次元コード】

電子申請での申込みが難しい方のみ、南越谷、蒲生、川柳、出羽の4地区センター・公民館の窓口にて整理券を配布

【主 催】 南越谷・蒲生・川柳・出羽公民館 【協 力】 南越谷・蒲生・川柳・出羽地区 子ども会育成連絡協議会

【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200

サークル体験講座 8月の参加者募集!

申込み 7月8日(火) 9時~ 電話にて(先着順)
南越谷地区センター・公民館 TEL:990-1200

新しいことにチャレンジしたい気持ち、応援します!サークル活動を体験してみませんか?

南越谷公民館では、実際に活動しているサークルさんと協力して、サークル体験講座を開催しています。講座を通して、気になるサークルを見つけたら、そのまま入会することも可能です。みなさんの参加をお待ちしております!

| サークル名・体験内容 | 日時・場所 | 対象 | 内容 | 募集人数 | 持ち物・他 | 申込期限 |
|---|--------------------------------------|-----------------|----------------|------|-------------------------------------|----------|
| 詩吟クラブ 歌謡入り詩吟 体験教室 | 8月1日(金) 午前10時~12時 2階 自由活動室 | 初心者歓迎 | 詩吟 | 10名 | なし | 7月25日(金) |
| ●誰もが知る歌謡等に詩吟を組み合わせて楽しみます。 | | | | | | |
| 七宝焼 七宝焼でアクセサリ を作りましょう | 8月3日(日) 午後1時30分~5時 2階 工作工芸室 | 成人女性 | 七宝焼 | 2名 | 筆記用具、ティッシュ 眼鏡(必要な方) 材料費:1500円 | 7月27日(日) |
| ●初心者向けの技法でアクセサリを作ります。 | | | | | | |
| シェイプアップ ダンシング 脱!!肩こり腰痛! 痛み のない健康な体! | 8月20日(水) 午前9時40分~10時40分 2階 多目的ホール | 40代~80 代の男女 | シェイプアップ ダンス | 20名 | 動きやすい服装 タオル、スニーカー、飲み物 | 8月13日(水) |
| ●肩こりや肥満等、不調の原因はひとつではありません。音楽に合わせて楽しく動いて、痛みのない健康な体を手に入れませんか? | | | | | | |
| コスモス自彊術 自彊術 | 8月20日(水) 午前10時~11時30分 1階 和室1、2、3 | 成人 (男女・年齢不問) | 自彊術 | 15名 | タオル、バスタオル 飲み物 | 8月13日(水) |
| ●健康体操です。全身の関節を動かし、筋肉をほぐし、体調を整えます。老若男女どなたでもご参加できます。 | | | | | | |
| 山茶花着付け クラブ 着物の着付け | 8月20日(水) 午後1時30分~3時30分 1階 和室3 | 女性 | 着付け | 5名 | 浴衣一式 | 8月13日(水) |
| ●浴衣から始めて、色々な着物が着られるように楽しくお稽古します。今回は浴衣を一人で着てみましょう。 | | | | | | |

公共施設等総合管理計画(第2次アクションプラン素案)に関する南越谷地区意見交換会を開催します

【日 時】 8月5日(火) 午後6時~ 【場 所】 南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール

【内 容】 (1)第2次アクションプラン素案の概要説明 (2)第2次アクションプラン素案についての意見交換

【対 象】 市民の方

【申込み】 不要。直接会場へお越しください

【問合せ】 公共施設マネジメント推進課 Tel:963-9124

三世代 わくわくクッキング&イングリッシュレッスン

おじいちゃんおばあちゃんの参加もOK! みんなでクッキング♪英語を楽しくレッスン!

【日 時】 7月30日(水) 午前9時~12時

【場 所】 南越谷地区センター・公民館 1階 調理室、2階 多目的ホール

【内 容】 調理内容:おにぎらず・豚汁・白玉ポンチ、イングリッシュレッスン:英語でゲーム(30分程度)

【対 象】 南越谷地区在住の小学生 30名程度(先着順)

保護者・祖父母の参加も大歓迎! ※定員になり次第、受付終了とします

【持ち物】 飲み物、エプロン、三角巾、うわばき 【参加費】 小学生以下 無料、大人 200円

【申込み】 7月7日(月)午前9時~ ※受付は7月18日(金) 午後5時15分で締切

南越谷地区センター・公民館窓口・電話または右記二次元コードにて受付

【主 催】 南越谷地区コミュニティ推進協議会・福祉部会

【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200



【電子申請】

ABC ♪

生涯いきいきサロン

参加者募集

南越谷地区にお住まいの高齢者の方に、気軽に地区センターにお越しいただけるよう、お茶を用意してお待ちしております。地域のお友達作りやちょっとした学習機会として開催しています。

- 【日時】8月5日(火) 午後1時30分～3時 【会場】南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール
【内容】映画会 タイトル:サンタクローズになった少年
【対象】南越谷地区にお住まいの60歳以上の方 50名 【参加費】100円(お茶代として)
【申込み】7月4日(金)午前9時から電話にて受付 南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200

※バス館外学習(6月)に参加された皆様へ

～館外学習中に撮影した集合写真ができました。地区センター・公民館窓口にてお渡します!～



コミ協
防犯部会

啓発ポスター図案大募集!

テーマは、みんな安心わたしのまち
～身の回りのヒヤリハット体験～

通学路など、普段の生活で使う道路や歩道を通行した際にヒヤリハットしたことや、「あっ、あぶない!」と感じたことについて、自由な発想で思い描いた絵をお待ちしております!
提出いただいた作品の中から1点を南越谷地区コミュニティ推進協議会会長賞としてポスター化し、地区内に配布します。また、その他の作品も南越谷地区センター内に掲示します。

- 【用紙】画用紙のサイズはA3前後 【対象】南越谷地区内在住の小学校児童
【応募】7月1日(火)～8月31日(日)まで 南越谷地区センター・公民館に作品を提出
【顕彰】優秀賞ほか各賞あり。作品は掲示した後、返却します
【主催】南越谷地区コミュニティ推進協議会 防犯部会
【問合せ】南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200



<例>

認知症サポータースキルアップ講座～入門編～



認知症サポーター養成講座を受講した方で、もっと知識を深めたい、具体的な対応方法を学びたいという方向けの講座です。家族や地域の方が認知症になった時に対応できる力を養います。

- 【日時】8月28日(木) 午後2時～4時 【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・在勤・在学で、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)
【講師】キャラバンメイト(地域包括支援センター職員)
【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、認知症の方を介護する家族の体験談など
【持ち物】認知症サポーター証又はオレンジリング(ある方)、筆記用具、水分補給の飲料、マスク
【申込み】7月17日(木)午前9時30分から電話にて受付
【問合せ】地域包括支援センター南越谷 Tel:999-6651(受付は、土日・祝を除く、午前9時30分～午後5時)
■「地域包括支援センター」は、高齢者の総合相談窓口です。お気軽にご連絡ください。

おやこ料理教室の参加者を募集します!

- 【日時】7月23日(水) 午前10時～午後1時 【会場】南越谷地区センター・公民館 1階 調理室
【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、手拭き用タオル、上履き、筆記用具
【内容】ヘルスメイト(食生活改善推進員)による講話と調理実習 【参加費】1人400円
【対象】市内在住の小学生と保護者8組 【申込み】7月9日(水)から電子申請にて受付
【問合せ】健康づくり推進課(越谷市保健センター) Tel:960-1100

※コバトン ALKOO マイレージのポイントが付きます

【市ホームページ】



第27回 南越谷地区フェスティバル 開催!

日時: 11月16日(日) 午前9時30分～午後2時

- 【主催】まちづくり4団体(公運協・自治連・スポレク・コミ協)
【会場】南越谷地区センター・公民館並びに南越谷小学校校庭
【問合せ】南越谷地区センター・公民館 Tel:990-1200

【参加団体の申込】7月15日(火)から受付
申込方法などは地区センターへ
お問い合わせください

※詳細はパレット通信にて随時お知らせいたします。また、雨天の場合は内容を一部変更して実施いたします。



7月20日(日)参議院議員通常選挙

投票時間は午前7時～午後8時です。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 | 期間 | 時間 |
|--------------------------------|---------------------|--------------|
| 市役所エントランス棟 1階 多目的ホール | 7/4(金)～7/19(土) | 午前8時30分～午後8時 |
| 東武新越谷駅1階 自由通路内 北部市民会館1階 ロビー | 7/10(木)～7/15(火) | 午前9時～午後7時 |
| イオンレイクタウンkaze 3階 イオンホール | 7/16(水)、17(木)、18(金) | 午前9時～午後8時 |
| 越谷サンシティ2階(南部出張所付近) | 7/19(土) | 午前9時～午後5時 |

【問合せ】選挙管理委員会 Tel:963-9276

民生委員・児童委員を募集します

令和7年(2025年)12月1日の一斉改選に伴い、民生委員・児童委員を募集します。

ご関心がある方は、福祉総務課へご連絡ください。

※民生委員・児童委員は民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱される非常勤の地方公務員です。報酬はありませんが、活動に必要な実費として活動報奨金の支給はございます。令和7年12月1日時点で78歳未満の方が対象になります。

【任期】令和7年12月1日から3年間

【問合せ】福祉総務課 Tel:963-9320

ポイントを集めてグッズをもらおう! ハッポちゃん体操公開練習

【日時】7月9日(水) 午前10時～11時 【会場】南越谷地区センター・公民館 2階 多目的ホール

【対象】ハッポちゃん体操に関心のある市民(年齢は問いません)

【申込み】電話または電子申請(前日まで申し込み可) 【持ち物】飲み物(水分補給用)

【問合せ】健康づくり推進課(越谷市保健センター) Tel:960-1100

※この教室はコバトン ALKOO マイレージにおけるポイント付与の対象事業です。

※発熱や咳などの風邪症状がある場合は、参加を控えてください。



【市ホームページ】

広報こしがやのポスティング(全戸配布)モデル事業を実施します

広報こしがやは、自治会の協力により自治会加入世帯に配布しています。越谷市自治会連合会南越谷支部から要望があり、この度、民間事業者によるポスティング(全戸配布)を3ヶ月モデル事業として実施することになりました。期間中の配送は、自治会担当役員ではなく、民間事業者等が地域内全てのご自宅のポストに直接お届けします。なお、広報紙・社協だより以外の配布(地区センターだより等)については、従来どおりとなります。

【期間】令和7年8月～10月(3ヶ月間) 【対象】広報こしがや、社協だより

【その他】広報こしがや8月号の配布に合わせて、アンケートを実施します。ご協力をお願いします。

【問合せ】広報シテップロモーション課 Tel:963-9117

南越谷地区センター・公民館からのお知らせ

◆ 通常の窓口業務時間 <平日・土日> 午前8時30分から午後5時15分まで(祝日、12/29～1/3を除く)

◆ 証明書発行業務の取扱日時 <平日> 午前8時30分から午後5時15分まで

<日曜開庁> 7月6日(次月は8月3日) 午前9時～午後4時まで

◆ ペットボトルキャップ回収についてのお願い

衛生面上から、キャップはよく洗浄をし、乾燥させてから回収箱に入れるようご協力お願いいたします。

※持ってきたビニール袋から出して入れてください。



【南越谷地区安全・安心パトロール】 次回は7月25日(金)実施予定です。