

パレット通信

7月号(第450号) 令和8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15日(水)** です。※参加者の受付は終了しています

公民館
主催事業

医療セミナー

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。

【日 時】 7月26日(日) 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
【演 題】 「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！1年間の医学の進歩もお話します～」【二次元コード】

【講 師】 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) 【参加費】 無料
【申込み】 7月1日(水)午前9時～ 右記の二次元コードから申込み、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 TEL990-1200

求む!

令和8年度
南越谷地区

二十歳のつどい 実行委員募集!



今年度、二十歳を迎える皆さん。あなたのアイデアで「二十歳のつどい(旧称:成人式)」を企画・運営してみませんか?ご希望の方は下記までお申込みください。式典まで4～5回の実行委員会を行う予定です。

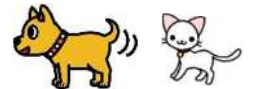


【式典開催】 令和9年1月10日(日)【会 場】 富士中学校
【対 象】 平成18年4月2日～平成19年4月1日に生まれた方
【内 容】 式典の運営、催し物の企画・準備・運営、実行委員会への参加等
【申込み】 8月31日(月)までに南越谷地区センター・公民館に電話または二次元コードから申込み
【問合せ】 南越谷地区センター・公民館 TEL990-1200

公民館
主催事業

夏休み 子ども名作映画会

「ペット」



【日 時】 7月22日(水) 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4日(土)午前9時～ 右記の二次元コードからお申込みください。



※1家族につき4名まで申請可。電子申請での申込みが難しい方のみ
地区センター・公民館の窓口へお越しください。

【二次元コード】

【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 TEL990-1200

公民館
主催事業

生涯いきいきサロン 参加者募集

南越谷地区にお住いの高齢者の方に、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4日(火) 午後1時30分～3時45分
【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「ローマの休日」
【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3日(金)午前9時から電話にて申込み 南越谷地区センター・公民館 TEL990-1200



※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

三代 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28日(火) 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: サンドイッチ・パンの耳ラスク・フルーツだんご
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(火)午前9時~7月17日(金)午後5時15分まで
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から申込み
【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 TEL990-1200



A B C ♪



【二次元コード】

コミ協

啓発ポスター図案募集

テーマは
「自転車マナーのレッドカード」

自分で自転車を使ったり、自転車を使っている人を見たときに、ドッキリしたことや「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】8月31日(月)までに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 TEL990-1200

<例>



求む!

南越谷地区フェスティバル参加者募集

南越谷地区フェスティバルに参加していただける団体・個人を募集します。
みなさまのご参加をお待ちしています!

- 【日時】11月15日(日) 午前9時30分~午後2時
【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・体育館の一部
【募集部門】①展示・発表部門(展示・発表で日ごろの成果を発表する)
②ふれあい体験部門(スポーツ・遊びなどを通し世代間・住民間の交流を深める)
③出店部門(模擬店など物品の販売を行う)
【対象】南越谷地区在住の団体・個人・南越谷地区センター・公民館利用団体
【申込み】7月13日(月)~8月31日(月)に南越谷地区センター・公民館窓口にて申込み
【主催】まちづくり4団体(公運協・自治連・スポレク・コミ協)、南越谷地区センター・公民館
【問合せ】南越谷地区センター・公民館 TEL990-1200



保健
センター

おやこ料理教室の参加者を募集します!

- 【日時】7月22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 【内容】グループでの調理実習
【対象】市内在住の小学生と保護者8組(1組3人まで) 【材料費】1人500円
【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
【申込み】右記二次元コード(市ホームページ)にて受付中
【問合せ】健康づくり推進課(保健センター) TEL960-1100
※コバトン ALK00 マイレージにおけるポイント付与の対象事業です。



【二次元コード】

サークル体験講座 8月分 参加者募集!

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?
南越谷地区センター・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。皆さんの参加をお待ちしています。

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
コーラス・彩 楽しく元気に歌いましょう。 ハモる喜びを!	8月6日(木) 午前10時~12時 2階 自由活動室	女性	コーラス	5名	筆記用具、飲み物 参加費:50円(楽譜代)	7月30日(木)
●女性15人でコーラスしています。市民文化祭等への出演をめざし練習しています。「いのちの歌」(竹内まりや)を練習します。						
詩吟クラブ 歌謡入り詩吟 体験教室	8月7日(金) 午前10時~12時 2階 自由活動室	詩吟に興味がある方	詩吟	10名	なし	7月31日(金)
●誰もが知る歌謡等に詩吟を組み合わせ楽しんでみます。初心者歓迎です。						
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19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12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 健康体操	8月19日(水) 午前10時~11時30分 1階 和室1、2、3	成人男女	自彊術	5名	タオル、バスマット 飲み物	8月12日(水)
●無理なく、自分のペースで、全身を動かす運動です。老若男女問わずどなたにでもできる体操です。						
コスモパラダイスキッズ おやこえいご講座	8月21日(金) 午前10時30分~11時30分 2階 自由活動室	1歳~未就学児 の親子	おやこ遊び	10名	参加費:500円 (工作材料費)	8月14日(金)
●英語の歌、簡単な工作、カード遊び、季節やテーマに沿った英語の単語、英語で絵本の読み聞かせを行います。						

※参加費用については事前に集金します。窓口での申込の場合は受付時、電話での申込の場合は申込期限までに公民館窓口にお持ちください。

【申込み】7月8日(水)午前9時~ 窓口・電話にて(先着順)
南越谷地区センター・公民館 TEL990-1200

歯科検診・相談~歯つらつ!お口の健康~

【日 時】7月22日(水) 午後1時30分~午後3時

【会 場】児童館ヒマワリ

【対 象】市民の方20人(お子さんとその保護者に限ります)

【申込み】健康づくり推進課へ電話または右記二次元コード
(市ホームページ)から申込み

【問合せ】健康づくり推進課(保健センター) TEL960-1100

※体調がすぐれないときには参加をご遠慮ください

※電子申請での申し込みが上限に達しても、電話での受付が可能な場合がありますのでお問合せください。



【二次元コード】

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。家族や地域の人が認知症になったときに対応できる力を養います。

【日 時】7月28日(火) 午後1時30分~午後3時30分

【会 場】中央市民会館 5階 第2・3会議室

【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について、認知症の方を介護していた家族の体験談など

【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】地域包括支援センター越ヶ谷にて受付中

【問合せ】地域包括支援センター越ヶ谷 TEL966-1851(受付は、土日・祝を除く、9:00~17:00)

※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。





【南越谷地区代表選手のみなさん】

6月7日(日)、江戸川広域運動公園グラウンドにて第71回市民体育祭地区対抗ソフトボール大会が開催されました。南越谷地区からは男子チームが出場し、一回戦で北越谷地区と対戦しましたが、惜しくも敗退となってしまいました。2年ぶりの開催となった本大会は、選手をはじめ、スポレク関係者、応援に駆けつけた地域の皆様など、多くの関係者で大いに盛り上がりました。南越谷地区の選手の皆様、スポレク関係者の皆様、大変おつかれさまでした！

ボッチャ体験教室が開催されました



6月14日(日)、南越谷小学校体育館にて「ボッチャ体験教室」が開催されました。当日は、多くの皆様にご参加いただき、盛況のうちに終了しました。ボッチャはパラリンピックの公式競技であり、老若男女問わず楽しめるスポーツです。当日は、講師による丁寧なルール説明から実際のプレーまで、ボッチャの魅力存分に体験していただきました。体験教室を通じて、地区の皆様の交流が深まり、コミュニティの輪がさらに広がったと思います。ご参加いただいた皆様おつかれさまでした！



【ボッチャ体験教室の様子】

南越谷地区センター・公民館からのお知らせ

南越谷地区センター・公民館は指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)です。
一時的に暑さをしのぐ場所として、どなたでも利用できます。

《取扱窓口》

◆ 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> 8月2日(次月は9月6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。

◆ フリースペース利用停止日程についてのお知らせ

7月23日(木)は地区センター・公民館内のフリースペースが利用できません。ご了承ください。

