

～親子空手道教室～参加者募集

空手道を体験しながら礼儀作法も学びましょう。お父さん、お母さんは、ストレス解消を！

日時 6月9日(土)、16日(土) 午前10時～正午 全2回
会場 越ヶ谷地区センター・公民館 大会議室(中央市民会館3階)
対象 市内在住の小学生とその保護者 15組(30名) ※中学生の個人参加も可能です。
講師 忍誠館空手道場の先生方
持ち物 体操着(動きやすい服装)、タオル、水筒
申込み 往復はがきに住所、氏名(親子とも)、学年、電話番号を記入の上、5月12日(土)必着で(申込み多数の場合は抽選)
※駐車場は有料です。定員に満たない場合は、5月18日(金)から電話受付開始
申込先 343-0813 越谷市越ヶ谷4-1-1
問合せ 越ヶ谷地区センター・公民館 ☎965-3093

参加費無料

痛み予防教室 ～膝痛編～

現在、元気で症状がなくても、膝痛の原因を知り、予防方法を学びませんか？

【日時】5月25日(金) 午前10時～11時30分

【会場】蒲生地区センター

【内容】理学療法士による膝痛についての講話と
家で簡単にできる体操を学びます。

【対象】市内在住で、医師による運動制限のない方、15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、筆記用具

【申込み開始日】5月8日(火)から市民健康課へ

【問合せ】市民健康課(越谷市立保健センター) ☎978-3511

※この教室は埼玉県コバトン健康マイレージにおけるポイント付与の対象事業です。

先手必勝!!今から膝痛を予防しませんか？



第23回歯科健康フェア

【日時】 6月10日(日) 午前9時30分～午後2時30分

【場所】 保健センター 東大沢一丁目12番地1 ※ 駐車場が少ないので、バス等をご利用ください。(バスは、北越谷駅から15分に1本間隔で運行しています。)

【内容】 ▼フッ化物塗布 ▼歯科健診 ▼ブラッシング指導(幼児・成人) ▼児童生徒の図画ポスター展示
▼歯周病検査 ▼う触活動検査(むし歯になりやすさのテスト) ▼口腔内細菌・乾燥検査
▼口臭チェック ▼ハッピーちゃん体操 ▼キッズお楽しみプレゼント ▼歯科条例コーナー 他

【問合せ】 市民健康課(越谷市立保健センター) 978-3511

地区センター・公民館からのお知らせ

- ※ 5月28日(月)は館内清掃のため、午後5時まで館内の利用は出来ません。夜間の貸館は通常どおり行います。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。(窓口業務、証明書発行は行っております)
- ※ 休業日(3日:憲法記念日、4日:みどりの日、5日:こどもの日)及び業務時間外(午後5時15分～午後9時30分)には施設利用申込等の受付、図書貸出・返却、印刷機等の使用は出来ません。貸館は通常どおり行っております。
- ◆ 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(年末年始・祝日を除く)
- ◆ 証明書発行業務の取扱時間 <平日>午前8時30分から午後5時15分まで
<5月の休日窓口>5月6日(日) 午前9時から午後4時まで
<6月の休日窓口>6月3日(日) 午前9時から午後4時まで
- ◆ 南越谷地区センター・公民館は、南越谷小学校敷地内にある為、全面禁煙となっております。
- ◆ 駐車場は台数に限りがございます。自転車や徒歩などでのご来館にご協力ください。
- ◆ 南越谷地区センター内の証明書自動交付機設置は平成29年3月31日をもって終了となりました。