

生涯スポーツ講座

▶種目・日程・会場：下表のとおり

| 種目 | 日程 | 会場 |
|----------|-----------------------|------|
| さいかつボール | 7月3日(月)・10日(月) | 北体育館 |
| エアロビクス | 7月5日(水)・12日(水)・19日(水) | 南体育館 |
| ラージボール卓球 | 7月7日(金)・14日(金)・21日(金) | 西体育館 |

- ▶時間：10:00～11:30
 - ▶対象：市内在住・在勤で16歳以上の方(学生は除く)
 - ▶参加費：無料
 - ▶持ち物：タオル、室内用運動靴、飲み物
 - ▶申込み：当日会場へ
- ☎スポーツ振興課 ☎963-9284

デジタル・ビジネススキル取得支援セミナー(オンライン講座)

- ▶日時：8月4日(金)、14:00～16:00
 - ▶対象：市内での就職を希望する20歳～59歳の方20人
 - ▶受講料：無料
 - ▶申込み：7月10日(月)から電子申請で申し込み
- ☎経済振興課 ☎967-4680

就職支援セミナー(金曜講座)～グループワーク形式～(自己PR作成)

- ▶日時：8月18日(金)、10:00～12:00
- ▶会場：ビジネスサポートセンター2階

- ▶対象：市内での就職を希望する65歳未満の方20人
 - ▶受講料：無料
 - ▶申込み：7月10日(月)から電子申請で申し込み
- ☎経済振興課 ☎967-4680

女性のための就職支援セミナー～面接で「できる!」と思わせるコミュニケーション術～

- ▶日時：8月9日(水)、10:00～12:00
 - ▶会場：ビジネスサポートセンター2階
 - ▶対象：市内での就職を希望する女性20人
 - ▶受講料：無料
 - ▶申込み：7月10日(月)から電子申請で申し込み
- ☎経済振興課 ☎967-4680

キックボクシングエクササイズ&バランスコーディネーション～ストレス発散! 脂肪燃焼～

- ▶日時：8月6日～27日の毎週日曜日、10:00～11:30(全4回)
 - ▶会場：中央市民会館3階多目的ホール
 - ▶対象：市内在住・在勤の方30人
 - ▶参加費：無料
 - ▶持ち物：タオル、室内用運動靴、飲み物
 - ▶申込み：7月3日(月)～9日(日)に電子申請で申し込み(抽選)。または、7月12日(水)～18日(火)に電話で下記へ(定員に空きがある場合のみ)
- ☎スポーツ振興課 ☎963-9284

7月は「社会を明るくする運動・青少年の非行・被害防止」強調月間 音楽と講演のつどい

- ▶日時：7月24日(月)、13:00～15:30
 - ▶会場：中央市民会館劇場
 - ▶内容：市消防音楽隊の演奏、講演会「子ども食堂と犯罪・非行防止について」
 - ▶入場料：無料
 - ▶申込み：7月3日(月)～21日(金)に下記で入場整理券を配布
- ☎福祉総務課(第三庁舎2階) ☎963-9320

越谷市レクリエーション協会第36回 グラウンド・ゴルフ大会

- ▶日時：9月5日(火)、8:00受け付け開始、8:30開会式(予備日は9月8日(金))
 - ▶会場：越谷総合公園多目的運動場
 - ▶対象：市内在住・在勤の方400人
 - ▶参加費：600円
 - ▶持ち物：クラブ(お持ちの方)
 - ▶申込み：7月3日(月)～8月4日(金)に参加費を添えて下記または老人福祉センターけやき荘・くすのき荘・ひのき荘へ
- ☎越谷市レクリエーション協会(増林2-33) ☎962-1516、スポーツ振興課(第三庁舎3階) ☎963-9284

図書館開館40周年記念 日本古典文学鑑賞講座特別講演 やまとうたでたどる日本の古典文学

- ▶日時：8月12日(土)、14:00～16:00
 - ▶会場：図書館2階視聴覚ホール
 - ▶定員：電子申請20人、電話20人
 - ▶受講料：無料
 - ▶申込み：7月12日(水)～31日(月)に電子申請で申し込み。または、8月1日(火)、10:00から電話で下記へ
- ☎図書館 ☎965-2655

埼玉県警察音楽隊第11回ファミリーコンサート 南中吹奏楽部共演

- ▶日時：9月9日(土)、13:30開演
 - ▶会場：サンシティ大ホール
 - ▶入場料：無料
 - ▶申込み：7月1日(土)～31日(月)に電子申請で申し込み(1人1回)。入場希望人数は4人まで
- ☎埼玉県警察本部広報課音楽隊係 ☎048-832-0110

シルバーカレッジ受講者募集 ☎地域共生推進課 ☎963-9187

- ▶対象：市内在住で原則すべての講座を受講できる昭和39年4月1日以前に生まれた方100人程度(抽選)
- ▶受講料：無料。教材費等は実費となる場合があります
- ▶申込み：7月31日(月)までに電子申請で申し込み。または、往復はがきに受講希望者(1枚につき1人)の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・生年月日・電話番号・講座開催中の緊急連絡先(氏名・続柄・電話番号)・車いすをご利用の方、手話通訳が必要な方、文教大学への自転車通学希望者はその旨を記入し、郵送(必着)で地域共生推進課へ

令和5年度 シルバーカレッジ開催日程

| 日時 | 内容 | 会場 |
|-----------------------|------------------------|----------------|
| 8月23日(水)、14:00～16:00 | 開講式 フレイルに関する基礎知識 | 中央市民会館 |
| 9月6日(水)、13:10～14:40 | 「動くこと」、「休むこと」から考える健康 | 埼玉県立大学(三野宮820) |
| 9月20日(水)、13:10～14:40 | 食べることの大切さと健康について学ぼう | 文教大学(南荻島3337) |
| 10月4日(水)、13:10～14:40 | 『源氏物語』本文の深奥～紫式部の御冊子作り～ | 文教大学(南荻島3337) |
| 10月18日(水)、13:10～14:40 | 『源氏物語』の物語空間～嵯峨野の風景～ | 文教大学(南荻島3337) |
| 10月27日(金)、14:00～16:00 | デジタル技術を活用した認知症予防閉講式 | 中央市民会館 |

読者クイズ

今号は、「地場野菜イタリアン カポナータ」のご提供で、こしがや愛されグルメ認証品「苺のかけジャムパウチパック」(税込み750円)を正解者10人(抽選)にプレゼント!

クイズ 答えは今号の中

越谷市の特殊詐欺被害件数は、県内第何位でしょうか。

応募方法

7月14日(金)までに電子申請で申し込み。または、はがきにクイズの答え・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・広報こしがやへのご意見・ご感想を記入し、郵送(消印有効)で広報シティプロモーション課「広報こしがや読者クイズ係」へ。当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。なお、個人情報情報はプレゼントの発送のみに使用します。

☎広報シティプロモーション課 ☎963-9117



越谷産いちご・越谷産ハチミツ・徳島産すだち果汁を使用。柔らかくとろりとした「苺のかけジャム」は、ドレッシングのようにかけて使います。

糖度は50度(低糖度)で、すっきりとした味わいです。完全無添加のため、どなたでも安心して食べることができます。ぜひご賞味ください。



オーナーシェフ 鈴木 実さん

◀苺のかけジャムパウチパック(180g)