

**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。

◀苺のかけジャムパウチパック(180g)



オーナーシェフ 鈴木 実さん