

はがき・ファクス・メールで申し込む際は下記の必須事項(往復はがきは返信面の表面に返信用の宛先も)をご記入ください ①催しなどの名称 ②申し込む方の郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号

越谷市役所 ☎343-8501 越ヶ谷4-2-1  
開庁時間：平日8:30～17:15

### 地域で介護予防に取り組みましょう



市内には、介護予防体操などの介護予防に取り組む「通いの場」があります。通いの場一覧は市ホームページに掲載しています。

#### ○通いの場の効果

- ・介護予防体操を定期的に行うことで、運動機能が向上し、フレイル予防につながる
- ・定期的に外出する機会ができ、生活に張りが出る
- ・仲間と交流することで健康意識や助け合いの意識が高まる
- ・体操を目的に集まる人と、新たなコミュニティを作ることができる

#### ○通いの場の立ち上げ・継続支援

市では「通いの場」の立ち上げや継続の支援を実施しています。

\*詳しくは、市ホームページを参照

☎地域包括ケア課 ☎963-9163、☎63862

### 応急手当講習会

▶会場：消防本庁舎4階多目的ホール

▶内容：心肺蘇生法、AEDの使用法など

▶対象：市内在住・在勤・在学中で中学生以上の方各日30人(先着)

▶申込方法：電子申請、電話(9:00～17:00。土・日曜を除く)

#### ○普通救命講習Ⅰ

▶日程・時間・申込期間：下表のとおり

日程	時間	申込期間
7月17日(水)	9:00	7月1日(月)～10日(水)
8月3日(土)	12:00	7月16日(火)～26日(金)

### ○上級救命講習

▶日時：7月21日(日)9:00～17:00

▶申込期間：7月4日(木)～12日(金)

\*各日9:00～10:00は、応急手当WEB講習未受講の方が対象

☎消防署 ☎974-0136、☎61754

### 介護予防リーダー養成講座

▶日程・内容：下表のとおり

日程	内容
9月4日(水)	オリエンテーション、体力測定(1回目)
9月11日(水)	運動の実践
9月18日(水)・25日(水)・10月2日(水)・9日(水)・15日(火)	ロールプレイング、グループワーク
10月23日(水)	体力測定(2回目)、運動の実践
10月30日(水)	認知症サポーター養成講座
11月6日(水)	まとめ、今後について
令和7年2月5日(水)	活動状況の報告会、体操の復習

▶時間：13:30～15:30

▶会場：中央市民会館

▶対象：次の①～⑤のすべてに該当する8団体。①市内在住で運動制限のない20歳以上の方4～5人で構成される ②地域に、誰でも集まれる場を新たに立ち上げる意欲がある ③自治会館、集会所など地域に集まれる場所がある ④地域で定期的に活動し、運動を実施できる(原則週1回程度) ⑤講座に7回以上出席できる。新規の参加団体が優先。申し込み多数の場合は活動情報等で選定

▶持ち物：筆記用具、タオル、飲み物、マスク。運動のできる服を着用

▶申込期間・方法：8月23日(金)まで。電子申請、参加申込書(地域包括ケア課、各地区センターで配布。市ホームページから印刷可)を窓

## 交通規制のお知らせ

7月13日(土)・14日(日) 吉川市内

吉川八坂祭り開催に伴い、吉川市内で交通規制を実施します。吉川橋や吉越橋周辺は混雑が予想されます。規制時間および規制箇所はホームページをご覧ください。



☎よしかわ観光協会事務局(吉川市役所商工課内) ☎982-9697(土・日曜除く)

7月13日(土)・14日(日) 大沢地区の一部

大沢八坂神社祭礼開催に伴い、大沢地区の一部で下記のとおり交通規制を実施します。

☎大沢八坂神社祭典委員会(松沢) ☎090-6479-8624

日時 7月13日(土)14:00～21:30、7月14日(日)12:00～21:00



## 越谷の美味しい魅力を紹介 Made in KOSHIGAYA

### 越谷発のクラフトビール 越谷水辺エール

8月上旬に再販売予定!

#### 越谷水辺エールのこだわり

1年以上かけてビールの味を研究 市内のデザイナーによるパッケージ



爽やかなコクで、すっきりフルーティーな味わい



アンケートを実施し、ビールの味や色を絞り込み、1年以上かけて、越谷水辺エールの味にたどりつきました。



パッケージは、市内のデザイン会社・CLAPと市内在住のテキストライター・竹内優美さんのタッグで生まれたデザインです。

「越谷の水辺で乾杯できるビールを作ろう」という思いから越谷水辺エールが誕生しました。水辺で飲むのにぴったりの味に仕上がっています。

☎レイクアンドピース(株) ☎infolp@lake-and-peace.jp

レイクアンドピース(株) 村上順平さん



久伊豆神社の第三鳥居を伊勢神宮から拝領したご縁で世界的ブリュワリーISEKADOさんに醸造をお願いすることが叶いました!

#### 越谷水辺エールの販売場所

越谷水辺エールの販売店、提供店はホームページをご覧ください。



☎レイクアンドピース(株) ☎infolp@lake-and-peace.jp

お酒は20歳になってから。適量を楽しみましょう

#### 読者クイズ

今号は、レイクアンドピース(株)の提供で、「越谷水辺エール(缶350ml)」(税込み550円)を正解者5人(抽選)にプレゼント!

答えは今号の中にあります。

Q.越谷水辺エールの味や色を絞り込むために○○○○○を実施(○に入る言葉をご回答ください)

#### 応募期間・方法

7月16日(火)まで(消印有効)。電子申請、はがき(必須事項と年齢・クイズの答え・広報こしがやへのご意見・ご感想を明記)。応募は20歳以上の方で、1人1回(記載不備は無効)。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。個人情報(プレゼントの発送)のみを使用します。

☎広報シティプロモーション課 ☎963-9117、☎78903