

ますます元気教室 参加者募集

介護予防効果の高い体操（おもりを使った「いきいき百歳体操」など）の体験や、お口の機能向上・賢い栄養の摂り方・認知症予防について学ぶ全6回の教室です。※詳細は、区高齢介護課と会場にある募集案内をご覧ください。

会場	日時	定員(抽選)	申込期間
尾間木公民館 〒336-0923 大間木472	10/22～11/26の毎週火曜日	14:00～16:00	9/24(火)～10/10(木)
シニアふれあいセンター和楽荘(三室)	10/25～11/29の毎週金曜日	10:00～12:00	
三室公民館 〒336-0911 三室1946-5	10/31～12/5の毎週木曜日	14:00～16:00	
特別養護老人ホームあけみ苑(原山)	11/6～12/11の毎週水曜日	10:00～12:00	9/24(火)～10/17(木)
美園公民館 〒336-0963 大門1973-1	11/13～12/18の毎週水曜日		

対 象／市内在住の65歳以上の方

申込み／申込期間内に参加申込書を持参もしくは郵送(メ切必着)で区高齢介護課又は参加希望の公民館へ

※結果は全員にお知らせします。

問合せ／区高齢介護課 〒336-8587 緑区中尾975-1 ☎712・1178 FAX712・1270

市ホームページ▶



9月のすこやか運動教室 参加者募集

遊具を使った運動、ストレッチ、レクリエーションなどを通じて、高齢者の健康維持・促進、運動の習慣化を図ります。体力に自信のない方や運動が苦手な方も参加できます。

日時	会場
9/13(金)	美園臨時グラウンド(大門)
9/19(木) 14:00～15:30	東浦和中央公園(東浦和)
9/24(火)	尚和園(原山)
9/25(水)	10:00～11:30 松芝公園(芝原)
	14:00～15:30 三室シルバーワークプラザ(三室)

※雨天中止

対 象／おおむね65歳以上の方

申込み／当日、直接会場へ

問合せ／区高齢介護課 ☎712・1178 FAX712・1270

地域運動支援員養成講座 参加者募集

高齢者が運動習慣を身につけ、健康でいきいきと暮らせるよう、健康づくりを支援する地域運動支援員の養成講座を開催します。

講座修了生は、地域運動支援員として登録され、支援員派遣や自主活動グループの支援等として活動していただきます。

期 日／10月～12月の指定日(全10回)

時 間／13時30分～(1回2～3時間)

会 場／大宮区役所(大宮区吉敷町)など

対 象／区内在住の健康な方 **定 員**／3人程度(選考)

申込み／9月13日(金)までに申込書を下記へ

※申込書は区高齢介護課で配布しています。

また、結果は全員にお知らせします。

問合せ／区高齢介護課 ☎712・1178 FAX712・1270

こんにちは 区長 です

厳しい暑さが続いておりますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

9月1日は、関東大震災が起きた日を由来とした「防災の日」です。

今年の元日には石川県能登地方を中心に大規模な地震が発生するなど、日本各地で地震が多く発生しています。また、夏から秋にかけては、台風のシーズンとなり、豪雨、洪水等の自然災害にも注意が必要です。

いつ起こるかわからない自然災害に対しては、日頃から備えることが重要です。「防災の日」に桜区の荒川総合運動公園で開催される「さいたま市総合防災訓練・防災フェア」や11月の「緑区防災展」などの防災イベントにぜひお越しいただき、避難場所や緊急時の連絡手段の確認、ご家庭に必要な備蓄品などについて、ご家族で話し合う機会を作ってみてはいかがでしょうか。



緑消防署にて

緑区長 増田 泰則

今月の表紙 ～さいたま市立原山小学校～

原山小学校では令和5年度からリフレッシュ改修工事が始まりました。学校での運動会実施は難しく、令和6年度は浦和駒場スタジアムをお借りすることになりました。当日は晴天の下、運動会を実施することができました。

区ホームページでは、運動会の詳しい様子を紹介していますので、ぜひご覧ください。

1.みんな笑顔での入場となりました。

スタジアムの広さに感激したり、応援席に保護者を見つけて手を振ったりして、満面の笑みで入場しました。

2.応援団が大活躍しました。

開会式では、応援団による選手宣誓や応援合戦を行いました。応援の大きな声がスタジアム中に響き渡り、児童の声もそれに呼応する形で素晴らしい応援となりました。

3.一人ひとりがトラックを全力疾走！

全員が8レーンあるトラックを、遠くに見えるゴールテープ目指して全力疾走しました。

4.異学年で協力して団体競技に取り組みました。

3年生と5年生が大玉送り、2年生と4年生がボール運びリレー、1年生と6年生が玉入れをそれぞれ行いました。低学年と高学年が力を合わせて懸命に取り組んでいました。



令和6年度運動会



原山小学校
オリジナルキャラクター
「はらっぴー」



▲区ホームページ

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2024さいたま ～がん患者・ご家族支援チャリティーイベント～

がん患者やそのご家族・支援者と共に交代で歩き、がん征圧を目指してさまざまな啓発を行います。また、がんと向き合う方々の語り合いの場(なごみサロン)や社会保険労務士やがん専門医による啓発講演会を実施します。

日時／9月28日(土)15時～翌29日(日)9時

※未成年者の参加には保護者の同意・同伴をお願いします。

会場／緑の広場／農業者トレーニングセンター(大崎)

チャリティー参加費／一般1,000円～

※がん患者(サバイバー)、高校生以下は無料です。

問合せ／リレー・フォー・ライフ・ジャパンさいたま実行委員会

TEL 080・2197・8192(代表)

✉ rflsaitama2009@gmail.com



▲ホームページ

街を守ろう!! 消防団員募集中

消防団員は、「自分たちの街は自分たちで守る」という強い使命感を持ち、災害時の対応やさまざまな訓練、防火啓発活動を行っています。

会社員、自営業者、学生など、男女問わず幅広い年齢層の方々が活動しています。あなたも消防団員になりませんか!!

対象／市内在住、在勤又は在学中で、18歳以上の健康な方

問合せ／緑消防署管理指導課

TEL 875・1832

FAX 875・1869



福祉まると相談窓口インターネット 相談予約をご活用ください

福祉まると相談窓口は、生活にお困りの方や福祉のさまざまな課題を抱えた方などの相談を包括的に受け止め、相談内容に応じた必要な支援のコーディネートを行う福祉の総合相談窓口です。

従来の電話予約に加え、24時間予約可能なインターネット相談予約もご利用できます。ぜひご利用ください。

問合せ／区福祉まると相談窓口

TEL 712・1162 FAX 712・1270



▲福祉まると相談窓口
についてはこちら



▲相談予約はこちら

浄化槽の法定検査を受検しましょう

浄化槽を使用する場合、年1回の法定検査(定期検査)の受検が法律により義務付けられています。法定検査は、下記の知事指定検査機関で実施していますので、直接お申込みください。

また、「法定検査」の他に、「保守点検」と「清掃」の実施も義務付けられています。これらの維持管理をもれなく実施することで、浄化槽からの悪臭発生の防止や、異常・故障の早期発見につながります。

定期検査(第11条検査)の受検料／10人槽以下(家庭用浄化槽)：5,000円

申込み／(一社)埼玉県環境検査研究協会 浄化槽管理課

TEL 778・8700

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問合せ／環境対策課

TEL 829・1331 FAX 829・1991



▲市ホームページ