

南区防災展2024 避難所体験してみよう!

入場無料

日時▶9月13日(金)～15日(日) 10時～16時

※内容により開催日時が異なります。詳しくは、ホームページをご覧ください。

会場▶南区役所1階 多目的室 ほか

内容▶・避難所体験…1人分のスペースやトイレを体験

・水害体験…マイタイムライン作成・ARゴーグルで浸水体験

・地震体験…起震車・感震ブレーカー体験

・情報収集体験…防災アプリ・テレ玉データ放送 など

共催▶南区自主防災組織連絡協議会・南区総務課

協力▶さいたま市防災アドバイザー南区協議会

問合せ▶南区総務課 ☎844・7123 ☎844・7270

スタンプラリーで
防災グッズを
ゲット!



詳しい内容はこちら▶

さいたま市マッチングファンド事業 ～Happy♡マルシェ～

『心と身体とお腹が満たされるコミュニティ』づくりを目的にマルシェや食育講座を開催! 武蔵浦和のコミュニティをつなぐ新たなイベントを企画しました。

【第1回 むさしフェス開催】

「武蔵浦和駅1階自由通路」、「サクラノード」、「マチノバ」、「西口広場」の4会場にて街をつなぐイベントを実施。駅通路、サクラノード、マチノバではマルシェを、屋上マチノ広場ではトークショーや憩いのスペースを、西口広場では防災イベントを企画しています。

南区民が地元で楽しめる、集まれる、地域活動に参加できる内容を企画! 活気があり、暮らしやすいまちを共に創りましょう♪

日時/9月27日(金)16時～20時、9月28日(土)10時～16時 ※27日は一部区画のみで開催

会場/・武蔵浦和駅1階自由通路

・埼京線高架下サクラノード(花と緑の散歩道沿い)

・ステーションアリーナ1階、3階マチノバ、屋上マチノ広場

・武蔵浦和駅西口広場

問合せ/HappyマルシェのInstagram又は
メール(happy.marche.ibuca@gmail.com)

主催/Happyマルシェ運営委員会

共催/(公財)さいたま市公園緑地協会、
(株)ジェイアール東日本都市開発、
(一社)ACTO武蔵浦和、HaloHalo mama

後援/南区コミュニティ課



むさしフェス情報▲

まちづくりヒマワリ会 ジャズコンサート♪ 入場無料

秋の昼下がり、ジャズに浸り心を癒してみませんか?

出演/【AIR】ピアノ&ヴォーカル/中西 雅世、パーカッション&ボーカル/西 高志
サポートメンバー:ベース/笠原 本章

曲目/ラストダンスは私に、イパネマの娘、黄昏のビギン ほか
※曲目は変更になる場合があります。

日時/9月28日(土)14時～16時(開場13時30分)

会場/さいたま市文化センター4階 多目的ホール(根岸1-7-1)

対象/南区在住、在勤又は在学の方 定員/80人(応募多数の場合抽選)

申込み/9月2日(月)～9日(月)必着、往復はがきで【住所・氏名(ふりがな)・電話番号】を問合せ先へ。(1枚で4人まで申込可能)

主催・問合せ/まちづくりヒマワリ会 村松 ☎336-0042 大谷☎999-15 ☎090・1764・8210

共催/(公財)さいたま市文化振興事業団 後援/南区コミュニティ課

コーヒーの
サービスが
あります



高齢者のための地域運動支援員 になりませんか

さいたま市では、高齢者を対象に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、区内のすこやか遊具を設置している広場や高齢者サロンにて、高齢者の方に運動を指導していただきます。

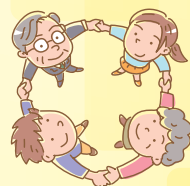
日程 10～12月の間の指定日(全10回、平日) **時間** 13時30分～(1回2～3時間程度)

会場 講義:大宮区役所 実技:調公園 ※会場は変更になる場合があります。

対象 区内在住の健康な方 **定員** 3人程度(応募多数の場合は選考)

応募方法 9月13日(金)までに、電話又はFAXで住所、氏名、年齢、電話番号、応募理由を問合せ先へ。

問合せ 南区高齢介護課 ☎844・7177 ファク844・7277



高齢者の皆さんの心配事は、シニアサポートセンター(地域包括支援センター)にご相談ください!

シニアサポートセンターでは、高齢者の皆さんが安心していきいきと暮らせるように、ご自身やご家族の介護についての相談、高齢者虐待の早期発見や成年後見制度の案内、消費者被害についての相談など、様々な心配事に対して支援を行っています。「介護を受けるにはどうしたらいいの?」「悪徳商法の被害にあってしまった」「最近、物忘れが多くなってきて不安」などの相談がありましたら、まずはお気軽にご連絡ください。

圏域	シニアサポートセンター	住所	問合せ
東部	社協みなみ	南浦和2-38-8 ケーアイビル2階	☎871・1230 ファク883・2760
中部	ハートランド浦和	別所3-16-11-101	☎836・2929 ファク836・2333
西部	けやきホームズ	四谷2-10-17 寺本ビル1階、2階	☎710・7555 ファク710・6555

お住まいの地域によって、3つの圏域に分かれています。圏域がわからない場合は、南区高齢介護課(☎844・7178 ファク844・7277)へお問い合わせください。

年末年始を除き、毎日窓口を開設しています。窓口開設時間は基本的に9時～17時ですが、施設によって若干異なります。

ひまわりサロン(一般介護予防事業)

健康でいきいきとした毎日を送りたい方へ!
介護予防体操に参加してみませんか。

日時 9月13日(金)14時30分～15時30分

会場 シニアふれあいセンター(サウスピア7階)

対象 おおむね65歳以上の方 **定員** 30人(先着順)

参加費 65歳以上の方:無料

60～64歳の方:100円

持ち物 タオル、飲み物、上履き、靴を入れる袋、
S字フック

申込み 9月4日(水)～12日(休)9時～17時、
電話又は直接南区高齢介護課へ。

問合せ 南区高齢介護課 ☎844・7177 ファク844・7277

9月のすこやか運動教室(一般介護予防事業)

どなたでもできる簡単な運動を行う教室です。

タオル、飲み物持参で、直接会場へ。 ※雨天中止

開催日	時間	会場
9/11(水)、25(水)	10:30～12:00	谷田小学校
9/10(火)、24(火)		浦和競馬場
9/10(火)、24(火)		神明丸公園

対象 65歳以上の方

参加費 無料

問合せ 南区高齢介護課

☎844・7177

ファク844・7277



こんにちは 区長 です



日も短くなり秋を感じられるようになりましたが、まだまだ夏も名残をとどめています。引き続き熱中症にお気をつけていただき、気温の変化にも備えて健やかにお過ごしください。

9月16日の敬老の日に向け、さいたま市では敬老祝いの金の贈呈、自治会と地区社会福祉協議会では敬老会の開催、記念品の贈呈が予定されています。ご高齢の皆様には、長年にわたり経験と知恵を地域社会に還元し、発展に貢献いただきましたことに厚く御礼申し上げます。

南区では、いつまでも生きがいを感じ、心豊かで元気に暮らせるように、ご高齢の方向けに「すこやか運動教室」、

「ますます元気教室」などの介護予防事業、各公民館では「高齢者学級」を開催しています。また区内では現在17団体の老人クラブが熱心に地域の活動に取り組まれています。ますます元気に健やかな生活が送れるよう、ぜひこのような活動に参加してみたい方が多いのではないでしょうか。

南区長
清宮 保之



南区老人クラブ連合会中山会長、
表彰受賞者と記念撮影