

南区防災展2025 もしもの備え大丈夫？

入場無料

日時 8月29日(金)～31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 サウスピア1階 多目的室 ほか

内容 ●避難所体験 ●災害時のトイレ ●ペット防災
●在宅避難 ●水害対策
●災害用伝言ダイヤル「171」体験
●起震車体験(30日、31日のみ) など
※同時開催ARゴーグル浸水疑似体験(30日、31日のみ)

共催 南区自主防災組織連絡協議会・さいたま市南区

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 ファク844・7270



クイズラリーで
防災グッズを
ゲット！



詳しい内容はこちら▶

元気 笑顔 いっぱい 満開 南区の花 ヒマワリ

南区内ヒマワリ
ビュースポット

南区の花、ヒマワリの季節です。

南区の若々しいイメージに合う花として、平成22年に区の花「ヒマワリ」が制定されました。

背の高いイメージがあるヒマワリですが、現在約200種類を超える品種が開発されており、鉢植えで育てられる品種もあります。

右の写真のように、区内には、ヒマワリが見られるスポットが多数あります。

ぜひ一度、南区のヒマワリを見に、足を運んでみてください。

問合せ／南区コミュニティ課
☎844・7130 ファク844・7271



サウスピア西側花壇



武蔵浦和駅西口円形花壇



別所沼公園内

浦和レッズ ホームタウン活動報告「小学校での取組」

■浦和レッズは、次世代に向けて豊かな地域・社会を創っていくために歩んで参ります。

浦和レッズはホームタウンである5区(中央区、桜区、浦和区、南区、緑区)の小学校で様々なことに取り組んでいます。

地域とのつながりを深め、環境美化への貢献として小学校で『レッズローズ植栽』の実施のほか、入学・卒業時にお祝い品をプレゼントするなど、様々な取組を行っています。また、階段アートの実施や夏休み明けの企画として「選手を探せ」と題して、選手のミニパネルを学校内で探すイベントを企画しています。

これからも未来の財産である小学生に浦和レッズを身近に感じてもらうために様々な取組を実施していきます。

浦和レッズ8月のホームゲーム情報 2025明治安田J1リーグ

節	日程	試合開始	対戦相手
第26節	8/16(土)	19:00	名古屋グランパス
第28節	8/31(日)	19:00	アルビレックス新潟

問合せ／浦和レッズ ☎812・1001 ファク840・5503



▲レッズローズ植栽



▲入学お祝いプレゼント

浦和レッズホームタウン公式X▶



ますます元気教室を開催します (一般介護予防事業)

「いきいき百歳体操」を中心に、認知症予防やお口の健康に関するお話など、盛りだくさんの教室です。転倒予防やイスからの立ち上がりが楽になるなどの効果が期待できます。ぜひご参加ください。

期 間 9～12月にかけて 全6回

会 場 南区の各公民館(六辻公民館及び別所公民館を除く)、埼玉ダイハツ販売浦和店、
曲本一丁目自治会館、松本自治会館、細野自治会館、辻公会堂

対 象 市内在住で65歳以上の方

定 員 各12～20人(応募多数の場合は抽選)

申込み 申込期間中に「参加申込書」を南区高齢介護課又は南区の各公民館へ。
「参加申込書」は、市ホームページからもダウンロードできます。
また、電子申請・届出サービスからも申込みできます。
※公民館以外の会場は、申込先が南区高齢介護課となりますのでご注意ください。
なお、いずれの場合も電話による申込みは受付していません。
※会場毎に教室の日程、定員、申込期間が異なりますので、詳しくは市ホームページか直接南区高齢介護課へ。

問合せ 南区高齢介護課 ☎844・7178 ファク844・7277



▲市ホームページ

認知症サポーター養成講座

認知症の人やそのご家族を支えるサポーターを増やすための講座です。認知症について学び、理解を深めてみませんか。

日 時 8月28日(木)
10時～11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 認知症サポーターに興味のある方

定 員 20人(先着順)

参加費 無料

申込み 8月5日(火)～27日(水)9時～17時、
電話又は直接問合せ先へ。

問合せ シニアふれあいセンター(サウスピア7階)

☎844・7230 ファク844・7231

南区高齢介護課 ☎844・7177 ファク844・7277



第23回南区ふるさとふれあいフェア 学生(高校生・大学生)ボランティアを募集します!

南区最大のイベントを、一緒に盛り上げましょう!

日 時 10月4日(土) 8時30分～15時30分

内 容 フェア会場内各所のお手伝い

※詳細は以下の二次元コードからご覧ください。

定 員 20人(先着順)

申込み 以下の二次元コードからお申込みください。

問合せ 第23回南区ふるさとふれあいフェア実行委員会
ボランティア担当

✉field.up.life@gmail.com



※中学生ボランティアの募集は、後日
南区内市立中学校よりご案内します。

詳しい内容・
申込みはこちら▲

こんにちは 区長 です

暑さが一段と厳しい日々が続いています。熱中症予防のためにも、こまめな水分補給や、「クーリングシェルター」を利用するなどしながら、皆さん楽しい夏をお過ごしください。

●がん検診・歯科健診を受けましょう

厚生労働省の発表では、国民の2人に1人が「がん」になり、4人に1人が「がん」で亡くなっています。こうした中、がんによる死亡を減らすには、がん検診を受け、早期に発見し、適切な治療を受けることが大変重要です。

また、歯科健診を定期的に受診することは、健康な生活を送るうえで、がん検診と同様に重要です。

さいたま市では、各種検(健)診を実施しており、一部自己負担をいただくことで、受診することができます。

大切な未来のために、
ぜひ受診しましょう。

南区長 清宮 保之



「がん予防の8か条」の前で

「クーリングシェルター」とは?

熱中症特別警戒アラートが発表された際に、熱中症による人の健康に係る被害の発生を防止するために開放する冷房設備を有する施設です。南区では、区役所をはじめ、公民館や図書館など11施設が指定されています。