

南区防災講演会 どうする？どうなる？災害時のトイレ 入場無料

災害時のトイレ事情を知って、我が家のトイレ対策を始めましょう！

日時 令和7年9月17日(水) 10時～11時30分

会場 武蔵浦和コミュニティセンター 多目的ホール(サウスピア9階)

定員 150人(先着順) **参加費** 無料

申込み 9月4日(休)9時から16日(火)17時までに
講演名、氏名(ふりがな)、住所、電話番号、希望人数を市ホームページ、
FAX又は直接、南区総務課へお申し込みください。

共催 南区自主防災組織連絡協議会・さいたま市南区

問合せ 南区総務課 ☎844・7123 FAX844・7270



講師/加藤 篤氏
特定非営利活動法人日本トイレ研究所
代表理事



詳しい内容はこちら▲

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？

日時 9月27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 区内在住、在勤又は在学の方 **定員** 130人(先着順)

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

曲目 A列車で行こう、枯葉、テネシーワルツほか ※曲目は変更になる場合があります。

申込み 当日4階多目的ホール入口にて整理券を配布(11時～12時)先着順130名(1人3枚まで)

主催・問合せ まちづくりヒマワリ会 村松 ☎090・1764・8210

共催 (公財)さいたま市文化振興事業団 **後援** さいたま市南区



南区ふるさとふれあいフェアでフリーマーケットの出店者を募集します！

【ふるさとふれあいフェア】

日時 10月4日(土)
9:30～15:00

※荒天中止

会場 浦和競馬場



【フリーマーケット】

販売内容 家庭の不用品(飲食物・生き物不可)

参加費 2,000円 ※区外在住の方は2,500円

定員 65組(先着順)

申込み・問合せ 9月3日(水)10時から、電話又はリサイクル
運動市民の会埼玉本部ホームページへ
☎829・7110(月～金曜日 10時～17時)



リサイクル運動市民の会埼玉本部

検索

浦和レッズハートフルコーチによる サッカー教室開催！

日時 9月28日(日)10時～12時※雨天の場合：中止

会場 谷田小学校 校庭 **対象** 区内在住・小学生

定員 60人(応募者多数の場合は抽選)

参加費 100円(保険代実費)

服装 運動できる服装・運動靴※スパイク不可

持ち物 飲み物(必須)・タオル

申込み 9月12日(金)までにメールまたは二次元コードから下記の
情報を入力してください

①参加者全員(複数人可)の氏名(フリガナ)②性別③学年
④代表者(保護者)氏名・連絡先メールアドレス

問合せ さいたま市南区スポーツ振興会 熊田

✉sports-info@minamiurawa.saitama.jp

☎048・882・2207(19時～21時)

主催 さいたま市南区スポーツ振興会

所管 市スポーツ振興課 ☎829・1058 FAX829・1996



二次元コード▲

ニュースポーツキャラバン『モルック』

どなたでも参加できます。
直接お越しください。

申し込み不要

日時 10月18日(土)

10時～12時 雨天中止

会場 浦和競馬場

ゲートボール場

講師 南区スポーツ推進委員

参加費 無料

持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装

問合せ 南区スポーツ推進委員

☎080・3438・5086(19時以降)

✉sports-caravan@minamiurawa.saitama.jp

主催 市スポーツ推進委員連絡協議会南区支部

所管 市スポーツ振興課

☎829・1058 FAX829・1996



※中止や内容を変更する場合があります。詳しくは、市ホームページを確認又は各問合せ先へご連絡ください。

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、区内の運動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8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(浦和区) ※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19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

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！
介護予防体操に参加してみませんか。

日時 9月12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(木)～11日(木)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、直接会場の運動遊具前へ。※雨天中止

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

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

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。まずは、お気軽にご連絡ください。

【下記のような悩みがあったらご相談を！】



圏域	シニアサポートセンター	所在地	問合せ
東部	社協みなみ	南区南浦和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	南区別所3-16-11-101	☎836・2929 ファク836・2333
西部	けやきホームズ	南区四谷2-10-17 寺本ビル1階、2階	☎710・7555 ファク710・6555

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9:00～17:00ですが、施設によって若干異なります。
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。

こんにちは 区長です

まだまだ暑い日が続いていますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

敬老の日になみ老人クラブの活動についてお伝えします。高齢者人口が10区中2番目に多い南区では15の単位クラブがそれぞれの地区で活動をしています。各クラブではお花見やカラオケなどの文化活動で楽しんでいるほか、小学校児童の下校見守りや清掃などの奉仕活動、友愛活動を通じて、地域住民との交流を深めるとともに、健康増進にも努めています。しかしながら、クラブ数、

会員数が年々減少している状況もあり、南区老人クラブ連合会では、会員増のための方策を模索しているのが実情です。区民の皆さん、広く高齢者の福祉の増進に寄与する老人クラブ連合会に興味をお持ちいただき、応援していただきますようお願いいたします。

南区長 清宮 保之



南区老人クラブ連合会 中山会長と