

介護者サロン

介護をしていた方やしている方、これからする方を対象とした、交流・情報交換・学習の場です。

申込み・問合せ

事前に、電話で、各地域包括支援センターへ
 【北部包括】さいたまやすらぎの里 ☎680・3289
 【東部包括】敬寿園七里ホーム ☎681・6614
 【西部包括】大和田 ☎685・8791
 【南部包括】敬寿園 ☎681・5151

所管 ● 区高齢介護課

☎681・6068 ☎681・6160

開催日	時間	名称	会場	申込先
9/11(水)	13:30~15:00	ななさとサロン	敬寿園七里ホーム	東部包括
9/17(火)	14:00~15:30	介護者のつどい	大砂土東公民館	西部包括
9/18(水)	13:30~15:30	かたらいの場	ケアサポートサロン みぬま	南部包括
10/3(木)	10:00~11:30	やすらぎサロン	春岡公民館	北部包括

けんこう 健口教室

口腔ケアや食生活について学び、お口から元気になれる全3回の教室です。

日時 ● 10月22日、11月5日・19日(火) (全3回)

9時30分~11時30分

会場 ● 見沼区役所 2階 大会議室

対象・定員 ● 市内在住で、
65歳以上の方
30人(抽選)



ますます元気教室

介護予防に効果的な『いきいき百歳体操』を体験し、認知症予防・食生活・口腔ケアについて学びます。

日時 ● 10月17日~11月21日の

毎週木曜日(全6回)

13時30分~15時30分

会場 ● 蓮沼会館

対象・定員 ● 市内在住で、65歳以上の方
20人(抽選)

皆で健康寿命を
のばしましょう!



申込み・問合せ ● 健口教室は9月9日(月)~10月1日(火)に、ますます元気教室は9月4日(水)~25日(水)に、高齢介護課又は区内地域包括支援センターで配布している申込書に必要事項を記入し、郵送(期間内に必着)又は直接、区高齢介護課へ。電子申請システムでも申し込みできます。
区高齢介護課 ☎681・6068 ☎681・6160



見沼少年消防団員を募集しています!

見沼少年消防団では、毎月1回程度、主に土曜日又は日曜日の午前中に、AEDの取扱いや消防車からの放水体験などを行っています。

年度途中の入団も募集しています!見沼消防署の消防士と一緒に活動しましょう!

対象 ● 区内在住・在学の小学4年生から
高校3年生まで

費用 ● 無料(帽子やTシャツなどの被服は支給します)

申込み ● 見沼消防署窓口、メール、FAX又は
電子申請で、入団申込書を提出

問合せ ● 見沼消防署 管理指導課

☎681・0121 ☎681・0120

✉minumashobo-kanri-shido@city.saitama.lg.jp

入団申込書はこちらから▶



すこやか運動教室

無理なく楽しくストレッチや筋力トレーニングを行う、おおむね65歳以上の方を対象とした運動教室です。

9月	会場	時間
11日(水)	青葉南公園	14:00~15:00
20日(金)	東大宮中央公園	
25日(水)	観音寺下公園	

※雨天中止



問合せ ● 区高齢介護課
☎681・6068 ☎681・6160

区役所の休日窓口をご利用ください

住民異動・戸籍・国民健康保険・国民年金等の届出や、各種証明書の交付、市税の納付、原動機付自転車等の登録・廃車等、一部の業務を取り扱います。

日時 ● 9月29日(日) 8時30分~17時15分

場所 ● 10区役所(支所・市民の窓口を除く)

問合せ ● さいたまコールセンター ☎835・3156 ☎827・8656

9月1日は、「防災の日」とされていますが、ご存じですか？
 この日は、関東大震災が発生した日であり、台風シーズンを迎える時期でもあることから、地震や台風などの自然災害について理解を深め、災害の未然防止や被害を最小限にするためにどうしたらいいか、みんなで考え活動する日として設けられました。

自分自身やご家族等を守るため、この機会に避難場所や備蓄品、家族との連絡方法等について、ご家族等と話し合ってみませんか。

また、「さいたま市防災アプリ」では、様々な防災情報を迅速かつ正確に受け取ることが可能ですので、ぜひご利用ください。



▲6月22日(土)に見沼区災害対策本部設置訓練を実施しました。(左から)見沼区自主防災組織連絡協議会 吉田会長、田中区長、埼玉県大宮東警察署 吉澤副署長



▲iOS版



▲Android版

見沼区長 田中 広典

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、申込み先の、知事指定検査機関で実施していますので、直接お申し込みください。

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。浄化槽からの悪臭発生の防止や、異常・故障の早期発見のために、これらの維持管理をもれなく行いましょう。ご不明な点は環境対策課までお問い合わせください。

費用 ● 定期水質検査の受検料 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 ☎048・778・8700

問合せ ● 環境対策課 ☎829・1331 FAX829・1991



Webからの申込みはこちら▶

大宮アルディージャからのお知らせ

明治安田 J3リーグ 試合日程 ※会場はNACK5スタジアム大宮

節	キックオフ日時	対戦相手
第28節	9/14(土) 19:00	ギラヴァンツ北九州
第30節	9/28(土) 14:00	SC相模原

大宮アルディージャ VENTUS

WEリーグクラシエカップ ※会場はNACK5スタジアム大宮

節	キックオフ日時	対戦相手
グループA第1節	9/1(日) 18:00	日テレ・東京ヴェルディベレーザ
グループA第3節	9/25(水) 19:00	AC長野パルセイロ・レディース

SOMPO WEリーグ

節	キックオフ日時	対戦相手
第1節	9/15(日) 18:00	ちふれASエルフェン埼玉
第3節	9/29(日) 14:00	セレッソ大阪ヤンマーレディース

問合せ▶大宮アルディージャ
 インフォメーションナビダイヤル
 ☎0570・003839(土・日・月曜日、祝・休日を除く
 10時~18時) FAX621・3055



大宮アルディージャ
 公式サイト

自治会に加入しましょう

自治会は、地域の課題をみんなで解決し、安全で安心な住みやすい生活環境をともに作る住民組織です。防犯、防災や環境美化等に取り組むとともに、地域のお祭り等を通じて住民同士の交流を深める活動を行っています。

加入にあたっては、お近くの自治会役員又は区コミュニティ課へお問い合わせください。

自治会区域はウェブサイトでも確認できます
 詳しくはこちらから



問合せ ● 区コミュニティ課
 ☎681・6021 FAX681・6161