



見沼少年消防団員を募集しています!!

見沼少年消防団は、将来の地域防災の担い手を育成するため、土曜日又は日曜日に月1回程度、各種訓練などを行っています。

たくさんの入団をお待ちしています!



※B.F.Cは、Boys and girls Fire Clubの略称です

会場●見沼消防署(研修内容により変更あり)
対象●区内在住、在学の小学4年生～高校3年生
申込み●見沼消防署窓口、電子申請
問合せ●見沼消防署 管理指導課
 ☎681・0121 FAX681・0120

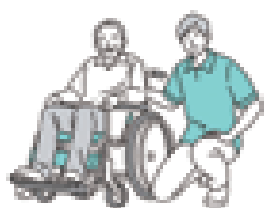


少年消防団とは?▶



介護者サロン

介護をしていた方、している方などを対象とした交流・情報交換・学習の場です。日々の介護を1人で乗りきるのは大変なものです。少しでも気分転換しに参加してみませんか。



開催日	時間	名称	会場	申込先
9/15(火)	10:00～11:00	介護者のつどい	大砂土東公民館	西部包括
9/16(水)	13:30～15:00	かたらいの場	ケアサポートサロン みぬま	南部包括
10/3(土)	13:30～15:00	ななさとサロン	敬寿園七里ホーム	東部包括
10/5(月)	10:00～11:30	やすらぎサロン	春岡公民館	北部包括

申込み●事前に、電話で、各地域包括支援センターへ

問合せ●【西部包括】大和田 ☎685・8791

【南部包括】敬寿園 ☎681・5151

【東部包括】敬寿園七里ホーム ☎681・6614

【北部包括】さいたまやすらぎの里 ☎680・3289

所管●区高齢介護課 ☎681・6068 FAX681・6160

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。



開催日	会場	時間
9/9(水)	青葉南公園	14:00～15:00
9/18(金)	東大宮中央公園	15:00

※申込不要。当日、直接、会場へ(雨天中止)

問合せ●区高齢介護課

☎681・6068 FAX681・6160

RB 大宮アルディージャからのお知らせ

さいたま市ホームタウン5区招待企画

RB大宮アルディージャでは、日頃の感謝を込めてホームタウンである5区の皆さんへ招待チケット企画を実施します! たくさんのご応募をお待ちしています!

会場●NACK5スタジアム大宮

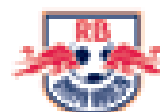
招待席種●ホームE自由

招待数●各500組1,000人(抽選)

応募方法●専用応募フォーム ※応募にはJリーグID(無料)とLINE友だち追加が必要です
 ※当選連絡は応募締切の2日後を予定しています

日時	対戦相手	応募期間
10/10(土) 14:00	ヴァンラーレ八戸	9/23祝日まで
10/21(水) 19:00	カターレ富山	10/4日日まで
10/24(土) 14:00	横浜FC	10/7水日まで

応募フォームは
こちら▶



© 2024 RB OMIYA Inc.

問合せ●RB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





こんにちは 区長 です

● 9月1日は「防災の日」です

この日は関東大震災が発生した日であり、また、台風シーズンを迎える時期でもあります。地震や風水害は、いつ、どこで発生するか分かりません。時には、想定を超える大きな災害となる可能性もあります。いざという時に自分や大切な人の身を守るため、日頃からどのような備えができるか、身近な方と改めて話し合ってみませんか。



▲防災アプリの詳細はこちら

「さいたま市防災アプリ」では、災害に関する様々な情報を迅速かつ正確に受け取ることができます。見沼区役所においても、自主防災組織や見沼区防災アドバイザー会など、地域で活動されている皆さんと連携しながら、地域防災力の向上に取り組んでまいります。

見沼区長 川田 公昭



▲7月4日(土)に見沼区避難所運営訓練及び区災害対策本部設置訓練を実施しました(区長右から2番目)

いきいきサポーター養成講座

介護予防に有効な「いきいき百歳体操」やボランティア活動などについて学びます。グループ活動の中に体操を取り入れたい方や、ボランティア活動に興味がある方におすすめです。

日時●10月9日～11月27日の毎週金曜日
10時～12時(全8回)

会場●見沼区役所2階 大会議室

対象・定員●市内在住の方40人(抽選)



申込み●いきいきサポーター養成講座は9月11日(金)まで、健口教室は9月30日(火)までに、区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、FAX、郵送(期間内に必着)又は直接、区高齢介護課へ
※申込書は区ホームページからダウンロードできます

問合せ●区高齢介護課 ☎681・6068 ファク681・6160

けんこう 健口教室

こうくう
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27日(火)、11月10日・24日(火)
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)

皆さんが撮影した見沼区の写真を募集しています!

見沼区の広報物に掲載する写真を募集しています。多くの方に知ってほしい見沼区の素敵な景色や瞬間をぜひご紹介ください!

対象写真●見沼区内で撮影した風景や行事などの写真

申込み●市ホームページを確認し、以下の方法で申込み

- ①「見沼区公式Instagram又はX」をフォローのうえ、写真を添付し、本文に撮影時期や場所などを記載し、「#知ってみぬま」をつけて投稿
※Instagram又はXアカウントが「非公開」設定の場合、投稿内容を確認できません
※Instagramの場合、「@minumaku_official」をタグ付けして投稿してください

- ②電子申請システム

問合せ●区コミュニティ課 ☎681・6020 ファク681・6161



詳細はこちら▶



見沼区公式 Instagram▶



見沼区公式X▶



大宮体育館

大宮体育館 ☎ 685・2121 ファク 688・1179



事業名	曜日	内容	対象・申込みなど
フィットネス教室	火曜日	リラクゼーションヨガ、ZUMBA	16歳以上の方 定員各25人(先着順) 開催当日までに、大宮体育館ホームページ内、教室予約ページにて申込み 費用:850円
	水曜日	バランスボールピラティス、はじめてのK-POPダンス、FIGHT DO	
	木曜日	ラテンエアロ	
	土曜日	STRONG NATION、はじめてのバレトン	
	日曜日	FIGHT DO	