

桜区「とっておきの1枚」 写真コンテスト

作品
募集

桜区の豊かな自然や伝統行事、歴史的財産など、皆さんが撮影した「とっておきの1枚」の写真をご応募ください。

未発表でネガやデータの提供が可能であれば、撮影した時期は問いません。

応募締め切り後、審査を行い、入賞作品等は市報（桜区版）に掲載するほか、区のPRに活用させていただきます。

応募締切 11月18日(金)

詳細は、桜区コミュニティ課や区内公共施設等で配布している募集要項、区ホームページをご覧ください。

HP [桜区とっておきの1枚写真コンテスト](#) [検索](#)

問合せ 桜区コミュニティ課 ☎856・6130 ファク856・6273



6月のすこやか運動教室

小学校や公園に設置された遊具を使って無理なく運動します。初めて参加する方も運動初心者も大歓迎です。当日、直接、会場へお越しください。

事前にご自身で体調を確認し、ご参加の際は、マスクの着用をお願いします。

会 場	期 日	時 間
千貫樋水郷公園	21日(火)	14時～15時30分 ※10時時点で雨天の場合中止
新開小学校	27日(月)	
田島氷川公園	28日(火)	

対 象 おおむね65歳以上の方

持ち物 タオル、飲み物、帽子

※動きやすい服装でお越しください。

問合せ 桜区高齢介護課

☎856・6178 ファク856・6271

「マイ・タイムライン」を作成しましょう

マイ・タイムラインは、大雨や台風などによる風水害に備えて、自分自身がとる避難行動を事前に整理しておくものです。

避難する場所や避難を開始するタイミングをあらかじめ決め、いざという時に慌てることがないようにしましょう。

作成方法については、市ホームページをご覧ください。

HP [マイ・タイムライン](#) [検索](#)

問合せ 桜区総務課

☎856・6123 ファク856・6270



地域支え合い推進員が高齢者の皆さんを支援します！

地域支え合い推進員は、地域で助け合い活動などに取り組んでいる方たちとつながり、地域の困りごとについて話し合い、一緒に考え、高齢者が暮らしやすいまちとなるよう、地域づくりや助け合い活動の支援を行っています。

問合せ ●北部シニアサポートセンター彩寿苑(宿)

☎857・6517 ファク857・6500

●南部シニアサポートセンターザイタック(田島)

☎836・3503 ファク836・3507

●桜区高齢介護課 ☎856・6178 ファク856・6271

- ボランティア活動を始めたい方に、養成講座などをご紹介します。
 - つどいの場(サロン)を作りたい方に、立ち上げの支援をします。
 - 家族介護の経験をいかしたい方に、活躍の場をご紹介します。
- (※支援の一例です)



こんにちは 区長 です

華やかで過ごしやすい春を終え、盛夏を迎える前の梅雨の季節となりました。湿潤高温なこの時季は長雨も続き、食中毒やカビ害などを起こしやすく、多くの方々があまり好まず鬱陶しく感じていると思います。

しかし、この梅雨があるからこそ日本の稲作農耕文化が始まりました。水を必要とする田植えの目安を入梅の頃としているなど、私たちの日ごろの食生活を維持していくうえでも大切な自然の恵みと言えます。

荒川の土手から眺める堤外の田園風景は、私が幼少の頃に見た景色と今もほぼ変わらず、夕暮れ時にカエルの鳴き声を聞きながら、田植えを終えた水田を眺めていると、心が癒されます。

皆さんも梅雨の長雨の合間に是非、眺めてみては。

桜区長 かん だ あつし 神田 篤



さいたま市スポーツ推進委員連絡協議会桜区支部からのお知らせ

ピラティス体験教室

ヨガの呼吸法を取り入れ、体幹を鍛える「ピラティス」を体験してみませんか。姿勢の改善やケガの予防効果があります。

日 時 6月5日(日)・12日(日) 10時～12時

会 場 サイデン化学アリーナ(道場)

定 員 各20人(先着順)

費 用 1回100円(保険料等)

申込み 参加の前日までに、Eメールで、参加希望日、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記載し、下記申込先へ。

ふらば～るバレエ教室

おにぎり型のボールを打ち合うバレーボールに似たニュースポーツです。

相手からきたボールは、ワンバウンドさせてから打ち返すので、誰でも簡単に楽しむことができます。

日 時 7月3日(日) 10時～12時

会 場 浦和西体育館(下大久保)

費 用 100円(保険料等)

申込み 参加の3日前までに、はがき又はEメールで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記載し、下記申込先へ。

申込先 〒338-0811 桜区白鷺1-6 こん 今 恵美 f517ekkor@gmail.com

問合せ さいたま市スポーツ推進委員連絡協議会桜区支部(桜区市民活動ネットワーク登録団体)

☎090・8349・7023(高比良)

防火訪問を実施しています

消防署職員が訪問し、住宅用火災警報器の設置状況の確認や火災に関する説明をします。

訪問時には身分証を提示し、新型コロナウイルス感染症対策を徹底した上で、玄関先やインターホンで口頭により行います(家の中には入りません)。

対象地区 田島9・10丁目
(令和4年度)

栄和4～6丁目、白鷺

中島1～4丁目

対象住宅 高齢者のみがお住まいの住宅

問 合 せ 桜消防署管理指導課

☎836・0119 ☎836・0139

「なかよしひろば」に行ってみよう！

区内の市立保育園の園庭を開放しています。

みんなで一緒に遊びましょう。

時 間 9時30分～11時

対 象 市内在住で、3歳までの子どもとその保護者

申込み 直接各会場へ事前予約が必要です。

会 場	電話番号	6月	7月	9月
大久保保育園	854-8818	14日(火)	5日(火)	8日(木)
田島保育園	862-3425	8日(火)・22日(水)	6日(火)・20日(水)	21日(水)
白鷺保育園	854-5539	7日(火)・21日(火)	6日(火)	—
西堀保育園	865-0271	9日(木)・22日(水)	6日(水)	—
上大久保保育園	855-4801	17日(金)	—	7日(水)

※10月以降も実施します。詳細は各会場へお問い合わせください。

問合せ 桜区支援課 ☎856・6171 ☎856・6276