

桜区防災フェア

日時

12月6日(土) 13時～15時30分

会場

プラザウエスト

防災講座

大震災を経験された語り部さんから、災害に対する心構えや日頃の備えを学びます。ぜひご参加ください。

時間 13時30分～14時30分

会場 4階視聴覚室

定員 100人(先着順)

申込み 11月4日(火)9時～14日(金)に、電子申請、直接又は電話で、区内公民館又は桜区総務課へ。



問合せ 田島公民館 ☎863・0400 FAX863・0400
桜区総務課 ☎856・6123 FAX856・6270

展示・災害体験コーナー

- 令和元年東日本台風の被害状況写真や避難所生活の展示(1階アトリウム)
- 地震体験車・給水車による災害体験コーナー(正面広場)



さくらシニアクラブ芸能大会

踊り、歌謡、演奏など、日々の活動の成果を発表します。お気軽にお越しください。

日時 11月27日(休)
10時～16時

会場 プラザウエスト
さくらホール



シニアクラブに入りませんか

区内に18団体あり、趣味やスポーツ、社会奉仕活動などを通じて生きがいと健康づくりに取り組んでいます。おおむね60歳以上の方ならどなたでも加入できます。

問合せ さくらシニアクラブ事務局(桜区高齢介護課内)
☎856・6177 FAX856・6271

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、日頃運動をしていない方も大歓迎です。当日、直接、会場へお越しください。

会場	期日	時間
千貫樋水郷公園	11/20(木)	14時～15時30分
田島氷川公園	11/25(火)	※雨天中止

※11月は新開小学校での実施はありません。

対象 おおむね65歳以上の方

持ち物 タオル、帽子、飲み物

※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 FAX856・6271



さいたま市浦和地区在宅医療・介護連携市民公開講座

日時 11月30日(日) 14時～15時30分
会場 浦和コミュニティセンター 多目的ホール
(浦和駅東口・コンナール10階)

内容 人生会議を始めましょう
～人生の最期に聴きたい音は何ですか～

対象 市内在住、在勤又は在学の方

定員 200人(当日先着順)

費用 無料

問合せ (一社)浦和医師会

☎824・6811 FAX833・6739

桜区高齢介護課

☎856・6178 FAX856・6271



こんにちは 区長です

先日、大久保東公民館で開催された「ますます元気教室」で、「いきいき百歳体操」を体験してきました。この体操は、簡単な運動によって日常生活で必要な筋肉を鍛えるものです。

やってみると、ゆっくりとした動きでありながらも、だんだんと体が温まってくるのが実感できました。

教室は、仲間づくりのきっかけにもなっているそうです。公民館などで開催されていますので、詳しくは桜区高齢介護課までお問い合わせください。楽しく体を動かす機会を広げてみませんか。

桜区長 栗原 ゆり



11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」期間です

虐待は、児童の成長や人格の形成に重大な影響を与える行為です。

児童虐待のおそれがある行為を見かけた際は、児童相談所やこども家庭センターさくら、最寄りの警察署又は交番へお知らせください。



子ども虐待防止
オレンジリボン運動

連絡先 児童相談所虐待対応ダイヤル **☎189**
こども家庭センターさくら
☎856・6170 **FAX 856・6279**
浦和西警察署 **☎854・0110**(代表)

11月9日～15日 秋季全国火災予防運動

これからの時季は、空気が乾燥し、火災が発生・拡大しやすくなります。7つのポイントで大切ないのちを守りましょう。

住宅火災 いのちを守る7つのポイント

- 1) 寝たばこは、絶対にしない。
- 2) ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- 3) こんろなどから離れるときは、必ず火を消す。
- 4) 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 5) 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- 6) 寝具や衣類、カーテンなどは、防災品を使用する。
- 7) 高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所と協力体制をつくる。

問合せ 桜消防署管理指導課 **☎836・0138** **FAX 836・0139**

パークヨガ教室

屋外の広々とした芝の上でリラックスしましょう。

日時 11月19日～12月10日の毎週水曜日 10時～11時
(雨天中止) ※受付は9時30分から管理事務所でを行います。

会場 八王子スポーツ施設 サッカー場(中央区八王子)

対象 市内在住又は在勤で、
15歳以上の方

定員 各回50人(当日先着順)

費用 1回1,000円

持ち物 動きやすい服装、ヨガマット
(バスタオル・レジャーシートなど
でも可)、タオル、飲み物

問合せ (公財)さいたま市スポーツ協会
☎851・6250 **FAX 851・6253**



福祉まると相談窓口出張相談会

生活上の困りごとや不安を抱えている方、相談先が分からず困っている方、お気軽に会場へお越しください。利用できる制度やサービスを紹介します。

期 日	時 間	会 場
11/14(金)		田島公民館 1階小会議室
11/28(金)	10時～12時	大久保東公民館 3階会議室2
12/5(金)		土合公民館 1階講座室

※相談状況により、お待ちいただく場合があります。

対象 区内在住の方

問合せ 福祉まると相談窓口(桜区福祉課内)
☎856・6261 **FAX 856・6272**

※相談は区役所でも行っています。

インターネットでは24時間予約受付可能です。▶



さいたま桜高等学園 第19回桜輝祭

どなたでもご来場いただけます。ぜひお越しください。



さいたま桜マスコット
サクロウくん

日時 11月22日(土)
10時～14時

会場 さいたま桜高等学園(上大久保)

内容 実演・展示・販売(野菜、パン、手作りポーチなど)、ステージ(合唱)を通じた学習発表

問合せ 埼玉県立特別支援学校さいたま桜高等学園
☎858・8815 **FAX 858・8832**

第76回むつめ祭

埼玉大学の文化祭「むつめ祭」を“彩強喝彩むつめ祭”をテーマに開催します。

地域の皆様のご来場をお待ちしています。

日時 11月22日(土) 12時～19時
11月23日(祝) 10時～19時
11月24日(休) 10時～19時

会場 埼玉大学構内(下大久保)

内容 飲食販売、各団体パフォーマンス、イルミネーション、こども向け企画、福引き など

問合せ むつめ祭常任委員会 **☎858・2112**
✉staff@mutsume.com



むつめ祭公式
マスコットキャラクター
むつめちゃん

