

### 柔道整復師による 元気アップ体操教室

	日程	場所
①	10/7(火)・14(火)・21(火)・28(火)	清久コミュニティセンター 集会室
②	10/16(木)・23(木)・30(木)・11/6(木)	鷲宮中央コミュニティセンター 大ホール

※各13時30分～受付13時10分  
**内** 自宅でもできる体操やミニ講話  
**講** 久喜市接骨師会  
**対** 65歳以上の市内在住者  
 ※治療の方は医療機関にご相談ください。柔道整復師による治療は行いません。  
**定** 各25人 (超えた場合抽選)  
 ※1人1会場のみ申込可  
**持** 運動靴 (②は室内用)、手ぬぐいサイズのタオル、バスタオル  
**申問** 8月19日(火)～9月19日(金)に、電子申請・直接・電話で、 高齢者福祉課高齢者福祉係 (内線3367) へ

### 認知症予防に!楽しく脳を活性化 ～いきいき!脳活倶楽部～

**日** 9月17日(水) 9時30分～11時  
**場** 久喜中央コミュニティセンター 会議室1・2  
**内** 体操、脳トレ、座談会  
 ※個別相談も可  
**対** 市内在住で、もの忘れなど気になることがある方  
**定** 15人 (申込順)  
**申問** 8月5日(火)～9月12日(金)に、高齢者福祉課地域包括支援係 (内線3273・3274) へ



### もの忘れ相談

**日** 9月16日(火) 9時15分、10時30分 (各45分)  
**場** 栗橋行政センター 会議室1・2  
**内** 個別相談と認知症簡易チェック (簡易チェックは希望者のみ)  
**対** 65歳以上の市内在住者  
**定** 各2人 (申込順)  
**申問** 8月5日(火)～9月10日(水)に、栗橋地域包括支援センター (☎52-7835) へ

### ～認知症について学ぼう～ 認知症サポーター養成講座

**日** 9月5日(金) 10時～11時30分  
**場** ふれあいセンター久喜 会議室1  
**手話通訳** 申出により配置する  
**対** 市内在住・在勤者  
**定** 30人 (申込順)  
**申問** 9月1日(月)までに、電子申請・直接・電話で、久喜中央地域包括支援センター (内線3274) へ 

### いきいき温泉久喜の催し

◆健康体操(サプナ21健康体操久喜)  
**日** 8月20日(水) 10時30分～11時30分  
**持** バスタオル  
 ◆パドル健康体操  
**日** 8月21日(木) 10時～11時  
**講** 小林靖子さん  
**【共通】**  
**対** 市内在住の60歳以上で、いきいき温泉久喜の利用証をお持ちの方  
 ※利用証は高齢者福祉課、各行政センター内福祉係にて発行可能  
**問** いきいき温泉久喜 ☎22-7933

### はつらつ運動教室リーダー 養成講座 (初級)

**日** 9月12日・19日、10月10日・24日、11月7日・21日・28日 各金曜日 13時30分～16時30分 (全7回)  
**場** 清久コミュニティセンター 集会室  
**内** 介護予防運動教室の指導者養成  
**講** 菅野隆さん (株)健康創研  
**対** 次の①②を満たす方  
 ①初級修了後の中級研修 (令和8年3月までに実施予定) に参加できる方 ②令和8年4月以降、市内教室会場で週1回程度リーダーとして活動できる方  
**定** 30人 (超えた場合抽選)  
**持** 5本指靴下、敷物 (ヨガマット・バスタオル等)  
**申問** 8月1日(金)～29日(金)に、電子申請・直接・電話で、高齢者福祉課高齢者福祉係 (内線3367) へ 

### 認知症ご本人の集いの場 ～久喜カフェ・チェリッシュ～

**日** 9月17日(水) 9時30分～11時  
**場** 久喜中央コミュニティセンター 会議室3  
**内** カフェタイム (座談会)、相談、脳トレ体操など  
**対** 市内在住で認知症のある方・疑いのある方とその家族  
 ※希望者は専門家への個別相談も可  
**問** 高齢者福祉課地域包括支援係 (内線3274)

### オレンジカフェ (認知症カフェ)

認知症の方や家族、地域の方が悩みや問題を自由に話せる集いの場です。

	日程	時間	場所
①	9/17(水)	9:30～11:00	久喜中央コミュニティセンター 会議室5
②	9/24(水)	13:30～15:00	特別養護老人ホームしょうぶ翔裕園
③	9/26(金)	14:00～15:30	栗橋ナーシングホーム翔裕園

**問** ①高齢者福祉課地域包括支援係 (内線3274) / ②菖蒲地域包括支援センター ☎85-8131 / ③栗橋地域包括支援センター ☎52-7835

### 久喜市シルバー人材センター入 会希望者説明会

日程	時間	場所
8/7(木)	10:00～11:30	栗 第1・2会議室
8/8(金)	14:00～15:30	ふれあいセンター久喜 視聴覚室
9/9(火)	14:00～15:30	鷲宮中央コミュニティセンター 会議室2
9/11(水)	10:00～11:30	菖 第1集会室

**対** 60歳以上の市内在住者  
**定** 各20人 (申込順)  
**申問** 同センター ☎47-0237

### さくら犬猫譲渡会

**日** 9月7日(日) 11時～14時  
**場** 未来公園 (鷲宮東コミュニティセンター隣)  
 ※犬猫の持ち込みはできません。  
**問** 同会 ☎72-4176 

### 久喜市介護力アップ講座 脳卒中の方の介助方法

**日** 9月16日(火) 13時30分～15時  
**場** 鷲宮行政センター 406～408会議室  
**講** 久喜同仁会鶴寿の里ナーシングホームセラピスト  
**定** 15人 (申込順)  
**申問** 9月1日(月)～12日(金)に、同施設 矢島・野口 (☎24-0066 平日10時～17時) へ

### 初心者向けスマホ教室

**日** 8月24日(日) 10時～12時  
**場** 青葉コミュニティセンター 会議室3  
**定** 5人 (申込順)  
**費** 500円 (施設利用料、お菓子飲み物代等)  
**持** スマートフォン  
**申問** 8月21日(木)までに、メールまたは電話で、スマホ教室 渡辺 (☎watanave0211@gmail.com / ☎080-8808-3473) へ

### 初めての民謡教室

**日** 9月6日・13日・20日 各土曜日 10時～12時  
**場** 久喜中央コミュニティセンター 大集会室 他  
**内** まりと殿様 (和歌山県) 他  
**定** 20人 (申込順) ※当日参加も可  
**申問** 8月10日(日)から、久喜市民謡連盟 山谷 (☎22-2833) へ

### 医療機関からのお知らせ

#### ◆本町在宅クリニック

**【FAX番号の変更】**  
**変更後** ☎048-611-7260  
 詳細はホームページをご覧ください。  
**問** ☎53-8858 

#### ◆クリア眼科

**【休診日の変更】**  
 休診日が変わりました。  
**変更後** 月、祝祭日  
**問** ☎22-6040

### 傾聴講座

**日** 9月4日(木)、10月2日(木) 13時30分～15時50分 (全2回)  
**場** ふれあいセンター久喜 会議室1  
**内** 傾聴の基本と応用を学ぶ  
**講** 黒田敏郎さん (心理カウンセラー・傾聴ボランティア相談員)  
**定** 25人 (申込順) **費** 100円(資料代)  
**申問** 8月31日(日)までに、久喜介護者のつどい 杉原 (☎090-6539-8094) へ

### スマホ教室 (au ショップ)

日程	場所
8/6(水)	ふれあいセンター久喜
8/18(月)	桜田コミュニティセンター

※各14時～15時30分  
**内** 基本操作、インターネット検索など  
**講** auショップ久喜  
**定** 各15人 (申込順)  
**持** スマートフォン  
**申問** auショップ久喜 ☎0800-700-1118 (音声案内に従って2番を選択)

### 鷲宮催馬楽神楽伝承教室

**練習日** 9月3日(水)・10日(水)・17日(水)、10月1日(水)・8日(水)・15日(水)・17日(金)・22日(水)・24日(金) 19時30分～21時  
**発表日** 10月26日(日) 鷲宮文化祭  
**場** 郷土資料館 視聴覚ホール  
**講** 鷲宮催馬楽神楽保存会  
**定** 20人 (申込順)  
 ※小学生以下は保護者同伴  
**申問** 8月13日(水)から、直接または電話で、郷土資料館 (☎57-1200) へ

### 第4回模型展示会開催・作品募集

**日** 9月20日(土) 10時～17時、21日(日) 9時30分～15時  
**場** 栗橋コミュニティセンター 多目的室1～3  
**内** 鉄道ジオラマ、車、飛行機などの模型作品展示。出品者を募集中  
**申問** メールで、久喜モデラーズクラブ 石垣 (☎pug-ishi@tj8.so-net.ne.jp) へ ※当日も受け付けます。

### 久喜市 PTA 人権教育研修会

**日** 8月22日(金) 13時30分～15時30分 / 受付13時  
**場** 久喜総合文化会館 小ホール  
**手話通訳** あり  
**内** インターネットによる人権侵害  
**講** 渡辺真由子さん (メディア教育評論家)  
**対** 市内在住・在勤・在学者  
**定** 308人 (超えた場合抽選)  
**申問** 8月20日(水)までに、電子申請・メール・FAX・電話で、 生涯学習課人権教育係 (☎shogaigakushu@city.kuki.lg.jp / ☎31-9550 / 内線219) へ

### 女性向け在宅ワーク実務スキル セミナー (生成 AI 活用入門)

**日** 9月16日(火) 10時～12時  
**場** Web開催 (Zoom)  
**内** 生成AIの基礎的な知識や指示文の書き方など、在宅ワーク効率化につながるスキルが身につく  
**対** 在宅ワークを始めたい女性、在宅ワークをしている女性  
 ※自宅にパソコンとインターネット環境がある方  
**定** 50人 (申込順)  
**申問** 9月12日(金)までに、電子申請で、埼玉県在宅ワーク就業支援事業事務局 (☎0120-954-510) へ 

### おやこ縁日

**日** 8月22日(金) 10時～11時30分  
**場** 栗橋保健センター  
**内** スーパーボールすくい・輪投げ・手形など  
**対** 市内在住で未就学児のいる家族  
**定** 30組 (申込順)  
**費** 参加者1人につき100円  
**主催** 久喜市母子愛育会  
**申** 8月9日(土)～18日(月)に、電子申請で申し込み   
**問** こども家庭保健課母子保健第1係・第2係 (内線3499)