

スポーツ

久喜市民ソフトテニス大会

日 9月21日(祝) 開会8時30分／受付8時
場 総合運動公園テニスコート
種目 男子・女子ダブルス（一般・35歳以上、45歳以上、60歳以上）
対 高校生以上の市内在住・在勤・在学者および久喜市ソフトテニス連盟会員
費 1組1,000円 ※高校生無料
申問 9月10日(木)までに、FAXまたはメールで、希望種目・住所・氏名・電話番号・年齢・学生の場合は学校名を明記の上、久喜市ソフトテニス連盟 服部（☎kukisofttennis@yahoo.co.jp / ☎52-0617）へ

健康ボウリング教室

日程 (全6回)	時間
10/26～12/7 各月曜日	①10:00～12:30 ②14:00～16:30
10/27～12/8 各火曜日	
10/29～12/10 各木曜日	
10/30～12/11 各金曜日	

場 ラウンドワンさいたま・栗橋店
定 各曜日、時間帯30人まで（申込順）
費 1,000円
主催 （公財）JAPAN BOWRING
申問 10月23日(金)までに、健康ボウリング教室担当 吉田・小林（☎070-1265-5764）またはラウンドワンさいたま・栗橋店（☎55-0831）へ

新体力テスト

日 9月26日(土) 9時～12時／受付11時まで
場 鷲宮プレイングMOPS（鷲宮体育センター）
内 握力、柔軟性、持久力等の6項目テストの測定
講 ※コバトンALKOOマイレージ スマホポイント対象
持 室内シューズ
問 スポーツ振興課スポーツ企画推進係（内線2279）

第10回くき健康ウォーク

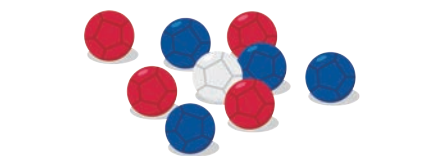
日 10月25日(日) 9時～11時／受付8時～8時30分
場 久喜市コミュニティ広場（スタート・ゴール）
内 市内の景色を撮りながらチームで楽しくウォーキング（1人でも参加可）。わしのみやコスモスフェスタ2026と同日開催予定です。
講 ※コバトンALKOOマイレージ スマホポイント対象
定 200人（超えた場合抽選）
費 一般500円／人
 小学生200円／人（保険料含む）
 ※未就学児無料、小学生以下は保護者要同伴
持 写真が撮影できる機器（スマートフォンなど）
申問 9月1日(火)～10月9日(金)（必着）に、電子申請・直接・郵送で、申込用紙（市ホームページ、各公共施設で配布）を、スポーツ振興課スポーツ企画推進係（〒346-8501／内線2279）へ

全身の筋肉を使える！
ノルディックウォーキング講習会

日 9月27日(日) 13時30分～15時30分
場 鷲宮東コミュニティセンター
内 歩き方を学んだ後、沼井公園を歩きます。
 ※ウォーキング用ポール貸出あり
講 天川和美さん（日本ノルディックウォーキング協会インストラクター）
定 15人（申込順）
申問 9月7日(月)～26日(土)に、メールまたは電話で、『イーグル★ウォーキングクラブ』天川（☎eagle_nordicwalk@yahoo.co.jp / ☎090-9678-6593）へ

第2回ふれあいポッチャ交流会

日 10月18日(日) 9時～12時30分
場 鷲宮プレイングMOPS（鷲宮体育センター）
対 市内在住・在勤・在学者
定 16チーム（申込順）
 ※1チーム3～4人
持 体育館用上履き
申問 9月15日(火)～10月13日(火)に、FAX・メール・電話で、久喜市ポッチャ協会 山川（☎47-0687 / ☎sp363vr9@outlook.jp / ☎090-2659-9028）へ



草蒲パーク MOPS(草蒲運動公園)

①はじめてのヨガ教室
日 10月1日・8日・15日 各木曜日 9時30分～10時30分
対 45歳位～シニア世代
定 各9人（申込順）
費 3,000円
 ※1回のみ参加の場合1,500円
持 ヨガマット、タオル
②フラワーアレンジメント教室
日 9月16日(水) 10時～12時
定 20人（申込順）
費 3,500円（お花代含む）
持 新聞、ごみ袋、筆記用具、はさみ
【共通】
場 草蒲パークMOPS(草蒲運動公園) 管理棟 多目的室
申問 ①9月29日(火) ②9月9日(水)までに、ホームページ・直接・電話で、草蒲パークMOPS（☎85-0117）へ

手話を覚えよう！

身近な表現を覚えて手話で話してみよう！
 今月は「梨はとても美味しいです」です。

YouTube 動画は▼こちらから

デフリンピック女子バスケットメダリストの川島真琴選手がご案内します。

問 障がい者福祉課障がい者福祉係（内線 3246）

レクリエーションダンス体験教室

日程	時間	場所
9/17(木)、10/5(月)	13:15～15:45	久喜中央コミュニティセンター 大集会室
10/17(土)		青葉コミュニティセンター 会議室 1・2

持 動きやすい服装、運動靴
問 久喜市レクリエーション協会 朝武 ☎090-2315-8268
 ※申込不要

アクアロジック教室

日 9月8日・15日・29日 各火曜日 14時10分～14時50分
場 鷲宮温水プール
内 器具を使ったエクササイズで、体力強化や肩こり・腰痛予防ができます。
 ※詳細はホームページをご覧ください。
定 8人（当日会場先着順）
費 1回700円（別途プール利用料）
問 鷲宮温水プール ☎59-2288

高齢者の権利擁護を考える

日本の高齢者は年々増加しており、久喜市においても、令和8年4月1日現在の65歳以上の人口は48,018人、高齢化率は31.9%となっています。高齢化に伴い、認知症などによって判断能力が低下し、金銭管理や生活に関わる契約、福祉サービスの利用などの支援を必要とする高齢者が多くなることが考えられます。また、身近に相談できる相手がいないことや自ら助けを求めることができず、消費者被害や虐待などの問題につながることもあります。

このような方々の権利や暮らしを支える仕組みとして、成年後見制度があります。同制度には、判断能力が不十分になった後に利用する「法定後見」と、判断能力があるうちに将来に備えて契約を結んでおく「任意後見」があります。

皆さんの周りに、「ちょっと心配」「最近様子が気になる」といった高齢者の方がいましたら、お気軽に久喜市成年後見センターまたは各地域包括支援センターへご相談ください。各センターでは、成年後見制度の利用をはじめ、お困りごとの解決に向けてお手伝いします。

一人ひとりの思いや尊厳を大切にしながら、自分らしく生活できる地域づくりを進めていきましょう。

問 久喜市成年後見センター（高齢者福祉課内／内線3272）

トイレのお困りごと

つまり 水もれ 便座交換

リフォームもお任せください

おかげさまで創業 50 年

富士コントロール

0120-600-223

久喜市栗橋東 2-14-14

営業時間 8:20～18:00 日曜・祭日定休

相続手続・遺言書の作成は
お近くの司法書士にご相談下さい。

① 相続登記の申請（法務局）
 ② 預貯金の払戻・名義変更（金融機関）
 ③ 相続放棄の申立（家庭裁判所）
 ④ 遺言の作成（公証役場）等のご相談

業務に付随する
 遺産分割協議書の作成
 戸籍謄本等のお取り寄せ

住所 久喜市久喜東二丁目31番5号 電話 0480-23-5041

埼玉司法書士会 埼玉支部 で 検索

ガス給湯器
石油給湯器
エコキュート

便器・ウォシュレット
水まわりの修理・取替工事

水栓・シャワー
配管修理取替
システムキッチン

ホームページ <https://www.234126.jp>
クレジットカード・QR決済使えます

久喜市北青柳1236-1
建設業許可(般-5)第62310号
定休日 日曜、祝日、第2・4土曜

水道、下水道、久喜市指定工事店
ニース ユー・イ・フロ
0480(23)4126

株式会社 カキヌマ

14 | 広報くき 2026（令和8年）.9

広報くき 2026（令和8年）.9 | 15