



養成講座

市で行っている、ボランティアやリーダーの養成講座を紹介
します。新しいやりがいにチャレンジしてみませんか。

一本棒・バッテン棒体操 リーダー養成教室

☑転倒予防・認知症予防のための新聞紙を利用した、いつでもどこでもできるオリジナルの体操指導方法を学びます。音楽に合わせて楽しく体操を行います。
📅8/27、9/3・17・24の🕒10時～12時 (全4回)
📍中央公民館
👤先着40人 費無料
📞8/2📞から電話でスポーツ振興課へ。
☎922-2861📠922-3172

おしゃべり ボランティア養成講座 (初級・中級)

☑一人暮らしなどの高齢者の孤独や不安を軽くするおしゃべりボランティアの養成講座です。
📅9/10🕒・17🕒10時～15時 (全2回)
📍草加市文化会館
☑受講後、おしゃべりボランティアとして活動できる人。
👤先着30人 費無料
📞8/1📞～30📞に草加市社会福祉協議会へ。
☎932-6770📠932-6779

介護予防・日常生活 支援総合事業 多様なサービス担い手研修

☑介護予防・日常生活支援総合事業などの担い手となるための制度や介護の基礎、高齢者の心身の特徴、認知症等を学びます。
📅8/27🕒・29🕒10時～15時30分 (全2回)
📍草加市文化会館
👤先着40人
📞8/16📞までに電話で草加市社会福祉協議会へ。
☎932-6770📠932-6779

食育を学び、 こころとからだを健康に ～ヘルスマイト養成講座～

☑食に関する講義・実習を通して、食育を学びます。
📅9/2🕒・9🕒・18🕒、10/上旬・7🕒・21🕒・28🕒、11/6🕒10時～11時30分 (調理実習の日は12時まで) (全8回)
📍保健センター
☑食育活動に興味のある人
👤先着20人
費1000円
📞8/2📞から電話で保健センターへ。
☎922-0200📠922-1516

催しもの

本当に初めてのヨガ

☑体が固くて心配、ヨガに興味はあるけれど勇気がでなかった人、この機会にはじめてみませんか。
📅8/22・29の🕒10時～11時15分 (全2回)
📍川柳文化センター
☑18歳以上 (初心者限定)
費無料 👤先着12人
📎ヨガマット (バスタオル)
📞8/2📞から川柳文化センターへ。
☎936-4088📠930-1509

生涯学習体験講座 「ソーパークーピング～爽やかに 香るプルメリアのリース～」

☑切り分けた石けんの土台をカーピングナイフで削り、プルメリアの花を数個作り造花のグリーンなどと共に貼り付け、夏らしいリースに仕立てます。
📅8/28🕒10時～12時30分
📍中央公民館 費1500円 👤先着12人
📎ハサミ、ウェットティッシュ
📞8/2📞から生涯学習課へ。
☎922-2819📠922-3498



秋のどんぐり観察にでかけよう inそうか公園

📅9/4🕒10時～11時30分
📍そうか公園
☑18歳以上 👤先着10人
📞8/2📞から柿木公民館へ。
☎931-3117📠933-2501

癒しのこけ玉作り

☑ホッと和む丸い形のオリジナルのこけ玉を作りませんか？
📅9/11🕒13時30分～15時30分
📍新田西文化センター
☑18歳以上 費300円 👤先着16人
📎エプロン、ピンセット、ぞうきん、薄手のゴム手袋、持ち帰り袋
📞8/2📞から新田西文化センターへ。
☎942-0778📠946-1508

つるし飾り制作講習会

☑ひなまつり用の「つるし飾り」をちりめん生地等で作ります。制作した作品は、来年同館で開催する「桃の節句展」で展示します。
📅11/6～27の🕒13時～16時 (全4回)
📍歴史民俗資料館
☑18歳以上 費2000円 👤先着16人
📞8/18📞までに歴史民俗資料館へ。
☎922-0402📠922-1117



生涯学習体験講座「大人のはじめて のピアノ～弾いて歌って脳活性!～」

☑楽譜が読めなくても、ピアノを初めて触る人でも、簡単に両手で演奏ができるメソッドを紹介します。受講者の皆さんで楽しく合奏しましょう。
📅9/5🕒10時～11時30分
📍草加市文化会館 👤先着14人
📎可能な人はキーボード
📞8/2📞から生涯学習課へ。
☎922-2819📠922-3498

ロビーにてフラダンスを お届けします

📎リノ・オハナ
📅8/8🕒12時～12時30分
📍閻谷塚文化センター
☎928-6271📠928-6272

生涯学習体験講座 「テーマ別ヨガ3日間コース」

☑①「ポッコリお腹解消ヨガ」②「日々の暮らしに役立つヨガ」のうち、自分に合ったコースで、チャレンジ
📅①火曜日3回コース 9/3～17の🕒
②木曜日3回コース 9/12～26の🕒
いずれも10時～11時15分
📍中央公民館
👤各先着10人 (1人1コース)
📎ヨガマット又は大きめのバスタオル
📞8/2📞から生涯学習課へ。
☎922-2819📠922-3498

干支木目込み人形制作講習会

☑来年の干支である「巳」の木目込み人形を作ります。初心者歓迎。
📅10/12🕒10時～16時
📍歴史民俗資料館
☑18歳以上
👤先着16人 費3000円
📞8/18📞までに歴史民俗資料館へ。
☎922-0402📠922-1117



市民救命員養成講習会 (上級)

☑スポーツやレジャー活動の中で発生しうる傷病者に対する「救命・救急法」について、更なる資質向上を目

指す実践形式の講習です。

📅9/28🕒9時30分～16時
📍記念体育館
☑16歳以上でJAEA・消防署・日本赤十字社いずれかの救命救急法を受講経験のある人 (認定期限切れ可)
費2000円
👤先着20人
📞8/2📞から電話で草加市スポーツ協会へ。☎928-6361📠922-1513

上級救命講習



☑救命に必要な応急手当て (成人・小児・乳児の心肺蘇生法および異物除去、自動体外式除細動器 (AED) の取扱い、止血法、保温法、搬送法など)
📅9/7🕒9時～18時
📍八潮消防署
☑市内または八潮市在住・在勤・在学の中学生以上
👤20人 (応募者多数の場合は抽選)
📞8/20📞までに八潮消防署へ。
☎998-0119📠997-8519

流域治水シンポジウム 2024開催



☑テーマは「激甚化・頻発化する自然災害への備え。令和5年6月浸水被害を踏まえ、流域治水の自分事化を考える」。市長や県知事等が参加し、地域住民や各種団体の人々と共に流域治水の「自分事化」を考えます。
📅8/26🕒14時～17時
📍越谷市中央市民会館
費無料
📞8/23📞までに、江戸川河川事務所HP (QRコード) で。
📍閻河川課☎922-2172📠922-2124