



2025年

# シルバークラブ 11月 かわら版

令和7年11月5日

発行・編集  
越谷ファミリータウン  
シルバークラブ

役員会議が11月4日（火）午後4時～5時に開催されたので、主な内容をお知らせ致します。

## 1. 報告事項

- ① 10月の月例サロンは越谷市地域共生部地域包括ケア課の介護予防出張講座『栄養（介護予防のための栄養）』で管理栄養士：川嶋さんを講師に出張講座を開催しました。フレイル予防の為には「食は元気な体の基本」上手にバランスよく栄養を取り、タンパク質も上手に摂取して三食をしつかりとる事が重要と学習しました。川嶋先生はお話上手で楽しくしっかり理解する事ができ、質疑応答も活発で有意義な講座でした。参加者は28名でした。
- ② 新型コロナは減少傾向にありますが、昨年度は11月に底を打っても2月にピークを迎えていました。インフルエンザも右肩上がりです。従って、サークル活動は今まで通り予防対策を実施しながらの活動をお願いします。10月度は「グルメ」を除く19サークルが活動しました。11月度は「男の料理」を除く19サークルが活動予定です。
- ③ 10月17日（金）越老連の女性部会に田中理事が参加しました。11月27日（木）も越老連の理事会に出席の予定です。
- ④ 子ども会・育成会から10月25日（土）15時～16時。ハロウィンイベントへの協力依頼（各棟2～3軒：玄関先で訪ねてきた子供たちにお菓子を配っていただく）が来て実施されました。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。
- ⑤ ファミリーフェスタが11月1日（土）10時～16時、11月2日（日）8時～12時に開催されました。子どもフェスタはストラックアウト、射的、新種目のサッカーボウリングが加わり大好評でした。富士中のプラスバンド演奏後「フライドポテト」「ポップコーン」「炊込みご飯」の出店がありました。作品展示は「デジカメ」「折紙」「ぬり絵」等のサークルからの展示も含め大変盛況でした。2日目のお餅つきやお餅の販売も大変盛況でした。
- ⑥ 自治会主催の花植えが11月9日（日）8:50～（雨天時11月15日（土））に実施予定です。
- ⑦ 11月17日（日）第27回南越谷フェスティバルが開催予定です。自治会からポップコーンとフライドポテトが出店されます。
- ⑧ 11月21日（金）に日帰り旅行として「秩父二社めぐり」を実施致します。参加者は25名の予定です。
- ⑨ 11月21日（金）～24日（月）越谷市民文化祭が開催予定です。「デジカメ」サークルが写真を出し、11月24日（月）13:00～13:10位からカラオケ同好会が約1時間出演します。
- ⑩ 12月14日（日）自治会主催の一斎清掃が実施予定です。

## 2. 会議、会合等今後の予定

- ① 11月の月例サロンは11月19日（水）専門職の介護予防出張講座で斎藤薬剤師さんを講師に迎え「薬との上手な付き合い方（正しい薬の知識）について」を予定しております。（別紙参照）
- ② 12月の月例サロンは12月17日（水）「忘年会」を予定しております。