



すぎスポ
HP

健康スポーツ・文化教室（会場：エコ・スポいずみ多目的スペース、参加費無料、当日申込OK！）

●健康体操教室（通年）

日時 毎週木曜日10時10分～11時15分
（第5週休み）

持ち物 運動着、室内履き、飲み物、
ヨガマット（貸出可）

通年
大好評

●ヨガストレッチ教室（通年）

日時 毎週水曜日13時～14時15分
（第4・5週休み）

持ち物 運動着、室内履き、飲み物、
ヨガマット（貸出可）

通年
大好評

●ノルディックウォーキング講習会

基本動作や用具の使い方、歩き方指導の後、エコ・スポいずみ近郊を散策します。（用具貸出可）

日時 11月17日(火) 13時～14時30分 募集人数 20名程度

通年
大好評

●ボッチャ・卓球教室

ボッチャと卓球の両方を一緒に楽しめます。ルールを知らない方でも楽しく参加できます。

日時 12月1日・8日・15日・22日(火) 10時～12時

持ち物 飲み物、室内履き等

22日は『すぎスポ杯（ボッチャ大会）』を開催！先着8チーム
（3人一組）で実施します。

大会だけでも参加できます。ぜひお待ちしております。



通年
大好評

杉戸町教育委員会委託事業

●杉戸宿ウォーク2026 ～スポーツ体験&ほくほく焼き芋～

のんびり歩いて、町の景色や自然を再発見！交流しながらリフレッシュできるひとときを…。

日時 12月13日(日) 9時30分受付 10時出発～14時解散予定

集合解散場所 杉戸小学校体育館正面玄関前

※雨天中止（中止の場合は、当日8時以降にすぎスポHPで連絡）

参加費 1,000円（焼き芋代、保険料等含）参加賞あり！

昼食 小川道場の蕎麦稲荷500円（3個入り）※申込み時に注文
持ち込み可

内容 約8キロウォーキングしながら、スポーツ体験&焼き芋

持ち物 歩きやすい服装、飲み物 募集人数 50名程度（申込受付12月9日(火)15時締切）

参加賞
あり



すぎスポ会員募集（すぎスポ入会金 1,000 円）

●硬式テニス（一般）

参加される目的は様々ですが、共通しているのは「みんなでボールを追う楽しさ」です。

日時 毎週火・金 10時～12時 場所 杉戸西近隣公園テニスコート

会費 1,000円/月（その他保険料） 対象 簡単なラリーができる方ならどなたでも

持ち物 ラケット、動きやすい服装、飲み物等

無料体験
実施中

パブリックコメント 町民のみなさんからの意見を募集します

第2次杉戸町健康増進計画・食育推進計画・第3期杉戸町自殺対策計画（素案）

すべての町民が、こころもからだも健康でいきいきと生活するため、地域や関係機関、行政が連携しながら健康づくりを広めるとともに、一人ひとりが自分に合った健康づくりに取組むための計画です。

実施期間 11月5日(木)～12月4日(金) 閲覧場所 健康支援課（保健センター）窓口、下記共通閲覧場所

提出先・問合せ 健康支援課 健康づくり担当 ☎ (34) 1188 ✉kenkoshien@town.sugito.lg.jp



町HP

杉戸町下水道使用料改定案（素案）

住民の日常生活に欠くことのできない重要なサービスである下水道事業が、将来にわたり安定的に継続できるよう施設の維持管理や更新が必要となりますが、物価高騰による費用の増加や人口減少による使用料収入の減少により、平成28年1月に改定した使用料水準のままでは財源が大幅に不足することとなります。

このような厳しい現状を踏まえ、使用料改定案（素案）を作成しました。

実施期間 11月25日(火)～12月24日(木) 閲覧場所 上下水道課窓口、下記共通閲覧場所

提出先・問合せ 上下水道課 経営総務担当（下水道）☎ (37) 1232 ✉jogesuido@town.sugito.lg.jp



町HP

杉戸町高齢者保健福祉計画・第10期介護保険事業計画（素案）

高齢者の健康と福祉の増進を図り、また介護保険給付の円滑な実施を図るための計画です。次期計画に向けて見直しを行います。

実施期間 11月27日(金)～12月28日(月) 閲覧場所 高齢介護課窓口、下記共通閲覧場所

提出先・問合せ 高齢介護課 介護保険担当 内線307 ✉koreikaigo@town.sugito.lg.jp



町HP

共通事項

共通閲覧場所 町ホームページ、行政情報コーナー（役場本庁舎1階）、各公民館、生涯学習センター、杉戸町コミュニティセンター、すぎとピア、エコ・スポいずみ、杉戸深輪産業団地地区センター、高野農村センター（施設の閉庁時間、閉館日を除く）

提出方法 町ホームページから電子申請。もしくは意見提出用紙または任意の様式に必要事項を記入し、提出先へ持参・郵送・FAX・電子メール

※閲覧場所にてご意見提出用紙を配布しています。

※電話等による口頭でのご意見はお受けできませんのでご了承ください。

俳句
野分あと一番星の占める空
空徳利振りて手渡す良夜かな 西松洋子
茸狩り道なき道を踏み分けて 駒田美津子
ひと株の稲穂穂に納めけり 林宣夫
野分なか風にまぎれて母の声 野口千晴
行きつけの店にでか文字初さんま 古賀康子
わけありの野菜果物野分あと 矢仲勝
名湯へ辿る山路や吾亦紅 岡薫子
一寝して又読書する秋の夜 浜名勇
手をつなぐ日々は短かし稲の花 相馬治枝
茸狩や秘密の山へ鈴鳴らし 松田英雄
絶壁に影の穏やか秋の雲 武藤芳夫
水溜りひとつとびして秋の雲 新田雄悦
廃道に残る石塔虫しぐれ 増淵政行
道しるべとありほづきの一叢 鈴木義雄
秋の雲窓に流るひとり旅 千葉清美
沖に出て覗く魚探や秋の雲 栗田泰男
逆上り出来て見上げしいわし雲 三木深峰
文草のなびく城址に秋の声 佐川喜克
鴉ばかりうるさく鳴きて秋暑し 野坂潭
毛利維子

このコーナーは、公民館で活動する「光風会」「杉風会」による投句を掲載しています。