

いきいき館 越谷市民プール 開館時間9:00~21:30
 ☎992-6602 ☎343-0011増林3-2-2

休館日 1月1日(祝)~3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月)・2月7日(月)

温水プール・トレーニングルーム共通

■使用時間:▷第1部...9:30~12:00 ▷第2部...13:00~15:30
 ▷第3部...16:00~18:30 ▷第4部...19:00~21:30

*温水プールの遊泳時間およびトレーニングルームの機器使用時間は各部終了時間の15分前まで

■使用上の注意:使用人数は各部先着で温水プール40人、トレーニングルーム20人です(各部開始30分前に整理券を1人1枚ずつ配付)。整理券を受け取った方は、チケットを購入し、健康チェック票を記入のうえ各部開始時間までお待ちください。車いすの方も使用できます

■使用料金:下表のとおり

	一般	小・中学生	60歳以上	一般障がい者	小・中学生障がい者
越谷市・草加市・三郷市・八潮市・吉川市・松伏町に在住・在勤・在学の方	400円	300円	200円	200円	150円
上記以外の方	520円	390円	260円	260円	190円

温水プール使用上の注意

*使用の際は水泳帽の着用が必要です
 *3歳未満の方は使用できません
 *保護者1人につき、3歳~就学前のお子さんの同伴2人まで可
 *年齢を問わず、排せつが自立していない方は使用できません
 *各部開始から1時間後に10分間の休憩があります

トレーニングルーム使用上の注意

*初めての方は初回講習会(予約制)の受講が必要です。直接または電話で市民プールへ申し込み。講習会は開館日の10:30から、14:00から、17:00から、20:00からで各回定員2人
 *高校生以上の方が使用できます

そのほか、最新の使用時間等については、越谷市社会福祉協議会ホームページをご覧ください

温水プール・トレーニングルームの使用休止のお知らせ
 1月4日(火)、9:30~12:00 (第2部の整理券は12:30から配付)

老人福祉センター ゆりのき荘 開館時間9:30~16:00
 ☎992-6601 増林3-2-2

休館日:1月1日(祝)~3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月)・2月7日(月)

第2回InBody(インボディ)測定&運動教室
日時 ①1月21日(金)・28日(金)・2月4日(金)、10:00~11:30 ②1月22日(土)・29日(土)・2月5日(土)、13:30~15:00
内容 InBody(体成分分析装置)を使い筋肉量や基礎代謝を測定し衰えた部位を鍛える
対象 市内在住で60歳以上の方各回15人(抽選)
申込み 1月4日(火)~10日(祝)に本人が直接ゆりのき荘へ
 *詳しくはゆりのき荘にお問い合わせください

老人福祉センター けやき荘 開館時間9:30~16:00
 ☎965-5822 新川町2-55

休館日:1月1日(祝)~3日(月)・9日(日)・10日(祝)・15日(土)・23日(日)・29日(土)・2月5日(土)

パッチワーク教室
日時 1月24日(月)・25日(火)・2月14日(月)・22日(火)・28日(月)、13:30~15:30
内容 ひな人形のタペストリー(壁掛け)の作成
対象 市内60歳以上の方14人
受講料 3,500円
申込み 1月5日(火)から本人が直接けやき荘へ
 *詳しくはけやき荘にお問い合わせください

老人福祉センター ひのき荘 開館時間9:30~16:00
 ☎973-7903 川柳町2-507-1

休館日:1月1日(祝)~4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)・2月1日(火)

ひのきスッキリ運動
日時 1月22日~3月26日の毎週土曜日、10:00~11:00(全10回)
内容 快適な日常生活を維持するための運動(ピラティス、ボール運動、キックボクシングエクササイズなど)
対象 市内在住の60歳以上の方25人(抽選)
申込み 1月12日(水)までに本人が直接ひのき荘へ
 *詳しくはひのき荘にお問い合わせください

老人福祉センター くすのき荘 開館時間9:30~16:00
 ☎979-6600 大杉655

休館日:1月1日(祝)~3日(月)・8日(土)・10日(祝)・16日(日)・22日(土)
臨時休館日:1月24日(月)~3月31日(木) (予定)

臨時休館について
 新型コロナウイルスワクチン接種の集団接種会場になるため、1月24日(月)~3月31日(木)は利用できません。ワクチン接種の問い合わせは新型コロナウイルスワクチン接種対策室(☎972-5538)へ。

ワクチン接種に伴う来館において、バス利用券の配付はありません

一部施設の利用休止のお知らせ
 けやき荘：浴室 1月4日(火)終日、教養娯楽室 1月27日(木)午後
 ゆりのき荘・くすのき荘：浴室 1月4日(火)午前

リハビリなんでも相談 理学療法士・作業療法士がリハビリの相談を受け、日常生活における機能訓練、腰痛予防、筋力や体力向上などのアドバイスをします。ゆりのき荘では機能回復訓練室の機器の使用法のアドバイスも行います。(ひのき荘、くすのき荘での1月の開催はありません)

	日時	場所	対象	費用	申込み
保健センター	1月18日(火)・2月1日(火)、9:00~11:30	健診ホール	市内在住で60歳以上の方各日8人	無料	電話で健康づくり推進課(☎960-1100)へ
ゆりのき荘	1月13日(木)、9:30~11:00	機能回復訓練室			当日会場へ
けやき荘	1月28日(金)、9:30~11:00	会議室			

総合保険代理店 埼玉支社 **アスプランニング** ☎343-0828 越谷市レイクタウン7-4-7
TEL: 048-973-7031 予約制
URL: https://asuplanning.com

越谷市内ご訪問も可能です

<生命保険>
 医療保険/がん保険/個人年金保険/学資保険

<損害保険>
 自動車・自転車保険/傷害保険/火災・地震保険

越谷レイクタウン駅から徒歩3分

雨漏検査!!

原因をピンポイント解明!壁、天井のしみをみつけたらまず、ご一報下さい

検査・修繕 見積無料 **03-5876-5801** 株式会社サーベイ 東京都葛飾区立石 7-31-7

不動産に関する無料相談!!

【日時】 令和4年1月20日(木)、10:00~15:00
【場所】 越谷市越ヶ谷2-8-23 3階(越谷市役所前)

*新型コロナウイルス感染防止の為、完全予約制とさせていただきます。
 ★弁護士・宅地建物取引士による **不動産無料相談所**
 (公社)埼玉県宅地建物取引業協会越谷支部
問合先 TEL 048-964-7611 お気軽にご相談ください。

ホンダ技研工業の自動車エンジン製造技術から生まれた発電機

1. カセットボンベが燃料(入手・保管簡単)
2. 持ち運び簡単、操作簡単
3. 長時間発電可能(ボンベ2本で1~2時間以上)

自治会で:台風・地震・災害時の防災対策として
 個人で:キャンプ・屋外バーベキューの電源として
 導入の話し合いをきっかけに自治会活動の活性化でも活躍

お問合せ先
 ~地元へ愛され続けて50年~
 消防設備及び防犯・防災設備の販売、設計、施工、保守点検
プロデイ株式会社
 〒343-0041 埼玉県越谷市千間台西2-9-10
 〒116-0013 東京都荒川区西日暮里2-14-14-101
TEL: 03-6806-7648
FAX: 050-6868-2330
Mail: hanbai@maip.co.jp