

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

休館日 5月2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)・30日(月)・6月6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

一部施設の使用休止のお知らせ
●温水プール 5月10日(火)~15日(日)
*トレーニングルームは、休館日を除き使用できます

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

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:5月3日(祝)~5日(祝)・8日(日)・14日(土)・22日(日)・28日(土)・6月4日(土)

生活・健康相談
日時 開館日の10:00~12:00、13:00~15:00
対象 市内在住で60歳以上の方
移動図書館
日時 5月12日(木)・26日(木)、14:30~15:00
対象 図書館(室)の利用券をお持ちの方
*詳しくは図書館(☎965-2655)にお問い合わせください

一部施設の使用休止のお知らせ
●教養娯楽室 5月6日(金)、午前5月12日(木)・6月15日(水)、午後

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:5月1日(日)・3日(祝)~5日(祝)・7日(土)・15日(日)・21日(土)・29日(日)・6月5日(日)

生活・健康相談
日時 開館日の10:00~12:00、13:00~15:00
対象 市内在住で60歳以上の方
移動図書館
日時 5月19日(木)・6月2日(木)、14:00~14:30
対象 図書館(室)の利用券をお持ちの方
*詳しくは図書館(☎965-2655)にお問い合わせください

老人福祉センターの使用には「使用証」が必要です。初めてお越しの際は、住所・氏名・生年月日分かるもの(運転免許証・保険証など)をお持ちください

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:5月4日(祝)・10日(火)・17日(火)・24日(火)・31日(火)・6月7日(火)

ラウンドフィットネス
日時 開館日の9:30~15:30。1回30分以内
内容 筋力運動と有酸素運動を30秒ずつ交互に行うサーキットトレーニング。初めて利用する方は、初回講習会(予約制)の受講が必要です
対象 高校生以上の方
費用 200円。市内在住で60歳未満の方および市外在住の方は別途センター使用料が必要です
*感染防止のため、マスクの着用、消毒の徹底、利用時間・人数等の制限をします
*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 ゆりのき荘 開館時間9:30~16:00 ☎992-6601 増林3-2-2

休館日:5月2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)・30日(月)・6月6日(月)

布ぞうり講習会
日時 5月24日(火)・28日(土)、9:30~15:30
会場 1階研修室
対象 市内在住で60歳以上の方各日10人
材料費 1回1,000円
申込み 5月6日(金)~14日(土)に材料費を添えて本人が直接ゆりのき荘へ

健康体操教室
日時①5月27日(金)・6月3日(金)・10日(金)、10:00~11:30(全3回) ②5月28日(土)・6月4日(土)・11日(土)、13:30~15:00(全3回)
会場 多目的ホール
内容 ストレッチ、簡単な体操、脳トレなど
対象 市内在住で60歳以上の方各回15人(抽せん)
受講料 無料
申込み 5月3日(祝)~17日(火)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

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のアドバイスをいたします(けやき荘、ひのき荘での5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 | 5月17日(火)・6月7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 | 5月12日(木)、9:30~11:00 | 機能回復訓練室 | | | 当日会場へ |
| くすのき荘 | 5月20日(金)、9:30~11:00 | 会議室 | | | |

越谷市で高齢者の身元保証は、24時間365日対応の あんしんの輪

入院・施設入居時身元保証 日常の見守りお手伝い

緊急時の駆けつけ 通院の付き添い

こんなお困り事はありませんか…?
 ✓ 老人ホームなどに入所する際の保証人がいない
 ✓ 病院に入院する際の保証人がいない
 ✓ いざという時(緊急駆けつけ)に頼れる人がいない
 ✓ 日々の通院の付き添いをしてくれる人がいない
 ✓ 死後の届け出や死後事務手を頼める人がいない

無料相談・事前見積 随時受付中!

一般社団法人 **あんしんの輪**
お問合せ **048-999-6414**
越谷市新越谷 1-50-6

ご葬儀は1日1組の貸切斎場 ●霊安室完備 ●家族葬専用

家族葬 37.5万円 (税込412,500円) 会員限定価格

越谷駅前斎場 無料内覧会 5月22日(日) 13:30~16:30 1組1時間

下間久里斎場 無料内覧会 5月16日(月) 13:30~16:30 1組1時間

式場見学 事前相談 } 承ります ぜひお越し下さい
代表取締役 西本 淳弥

ありがとうございますで見送る空間創造 **株式会社 アートエンディング**
通話無料 24H対応 **0120-098-940**

困ったときの法律相談は **埼玉弁護士会法律相談センター 越谷支部へ**

越谷市周辺の弁護士がご相談に応じます

法律相談 30分 5,500円 (消費税込)
月~金曜日 13:20~16:20 (越谷支部での相談) 19:00~20:30 ※
土・日曜日 10:00~11:30 ※
※…担当弁護士の法律事務所での相談

無料法律相談 30分
借金問題・交通事故・すでに訴訟または調停になっている事件の無料法律相談も行っています。相談内容によって相談可能な日時・場所が変わりますので詳しくはお問い合わせください。

予約 TEL **048-962-1188**

〒343-0023 越谷市東越谷 9-7-19 グリーンビル越谷2階