

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	11月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)・12月5日(月)																						
温水プール																							
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は各部終了時間の15分前まで																							
*使用の際は水泳帽子の着用が必要です																							
*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																							
使用時間	9:30～21:15(更衣室の使用は21:30まで)																						
*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。初回講習会は開館日の14:00から、19:00からで各回定員5人																							
*高校生以上の方から使用できます																							
温水プール・トレーニングルーム共通事項																							
使用上の注意 混雑時には入場制限をすることがあります																							
使用料金 下表のとおり																							
<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>一般</th> <th>小・中学生</th> <th>60歳以上</th> <th>一般 障がい者</th> <th>小・中学生 障がい者</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>越谷市・草加市・八潮市・三郷市・吉川市・松伏町に在住・在勤・在学の方</td> <td>400円</td> <td>300円</td> <td>200円</td> <td>200円</td> <td>150円</td> </tr> <tr> <td>上記以外の方</td> <td>520円</td> <td>390円</td> <td>260円</td> <td>260円</td> <td>190円</td> </tr> </tbody> </table>							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・八潮市・三郷市・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
	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・八潮市・三郷市・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																		
*越谷市・草加市・八潮市・三郷市・吉川市・松伏町に在住・在勤・在学の方は専用ICカードが必要です。発行には住所・氏名・生年月日の分かるもの(運転免許証・学生証など)をお持ちください																							
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：11月3日(祝)・5日(土)・13日(日)・19日(土)・23日(祝)・27日(日)・12月3日(土)

ラウンドフィットネス

日時 開館日の9:30～15:30。1回60分以内
内容 筋力運動と有酸素運動を交互に行うトレーニング。初めて利用する方は12月1日(木)から開催する初回講習会(予約制)の受講が必要です(ひのき荘で初回講習会を受講した方を除く)

対象 高校生以上の方

参加費 200円。60歳未満の方および市外に住所を有する方は別途センター使用料が必要です

*詳しくはけやき荘へお問い合わせください

一部施設の利用休止のお知らせ

●教養娯楽室 11月1日(火)・15日(火)
の午後、12月2日(金)

**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：11月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)・12月5日(月)

生活・健康相談

日時 開館日の10:00～12:00・13:00～15:00
対象 市内に住所を有する60歳以上の方

老人福祉センターの使用には「使用証」が
氏名・生年月日の分かるもの(運転免許

**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：11月3日(祝)・6日(日)・12日(土)・20日(日)・23日(祝)・26日(土)・12月4日(日)

浴室の利用休止について

修繕工事のため11月19日(土)～令和5年1月中旬(予定)の期間、男女浴室は利用できません。工事の進捗状況によっては、休止期間が前後することがあります。

**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：11月1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)・12月6日(火)

男の運動教室

日時 11月21日～12月19日の毎週月曜日、13:30～15:00(全5回)

内容 筋力の維持・向上のための運動

対象 市内に住所を有する60歳以上の男性。初めての方も参加できます

参加費 無料

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物

申込み 11月4日(金)、9:30から本人が直接ひのき荘へ

*詳しくはひのき荘へ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方法のアドバイスも行います(ひのき荘、けやき荘での11月の開催はありません)。
------------	--