

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 ホームページ▶



**休館日** 10月2日(月)・10日(火)・16日(月)・23日(月)・30日(月)・11月6日(月)

**第2期スポーツ教室**

**教室名・日程・時間** 下表のとおり。詳しくはホームページを参照

	教室名	日程	時間
温水プール	アクアビクス(初級)	10月31日～12月5日の 毎週火曜日	14:10～15:10
	平泳ぎ入門		19:15～20:30
	アクアビクス(中級)	11月1日～12月6日の 毎週水曜日	10:40～11:40
	クロール入門(夜の部)	11月2日～12月14日の 毎週木曜日(祝日を除く)	19:15～20:30
	初めて水泳	11月10日～12月15日の 毎週金曜日	14:00～15:15
	クロール入門(昼の部)		
	クロール中級	11月4日～12月9日の 毎週土曜日	19:15～20:30
多目的ホール	カキラ	10月31日～12月5日の 毎週火曜日	19:00～20:00
	引き締めサーキット	11月2日～12月14日の 毎週木曜日(祝日を除く)	
	ピラティス	11月4日～12月9日の 毎週土曜日	18:00～19:00
	キックボクシング エクササイズ	11月5日～12月10日の 毎週日曜日	17:00～18:00
お子さん向け	親子プール教室	11月4日～12月9日の 毎週土曜日	14:10～15:00
	キッズ向けプール教室 (幼児コース)		16:10～17:00
	キッズ向けプール教室 (学童コース)	11月10日～12月15日の 毎週金曜日	17:10～18:00

**参加費** 各教室4,000円(親子・お子さん向けは各教室6,000円)。プールは、別途使用料が必要。教室開始後の返金不可  
**申込み** 10月11日(水)～教室開催当日に参加費を添えて市民プールへ(9:00～20:00。電話不可)

**ワンコイン水泳教室(背泳ぎ)**

**日時** 10月4日(水)、19:15～20:15

**対象** 18歳以上の方20人

**参加費** 500円。別途プール使用料が必要。教室開始後の返金不可

**申込み** 当日、教室開催までに参加費を添えて市民プールへ(電話不可)

\*参加者が5人に満たない場合は中止になることがあります



**施設の使用休止・休館のお知らせ**

- 温水プール 10月11日(水)～28日(土)
- トレーニングルーム 10月14日(土)(13:00以降)・15日(日)
- トレーニングルームシャワー 10月11日(水)～26日(木)

**使用時間変更**

- トレーニングルーム 10月14日(土)、9:30～12:45

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** 10月3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)・31日(火)・11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60分以内)

**内容** 筋力運動と有酸素運動を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。本人確認書類(保険証等)をお持ちください

**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

**施設の使用休止・休館のお知らせ**

- 臨時休館 10月28日(土)(13:00以降)・29日(日)

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** 10月2日(月)・10日(火)・16日(月)・23日(月)・30日(月)・11月6日(月)

**ゆりのき祭**

**日時** 10月6日(金)・7日(土)、10:00～15:45

**会場** 多目的ホール、研修室、教養娯楽室

**内容** ゆりのき荘所属のクラブが日頃の練習の成果を発表します

**対象** 年齢を問わずご覧になれます



**施設の使用休止・休館のお知らせ**

- 浴室 10月11日(水)～26日(木)
- 教養娯楽室 10月12日(木)・13日(金)
- 臨時休館 10月14日(土)(13:00以降)・15日(日)

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** 10月9日(祝)・15日(日)・21日(土)・29日(日)・11月3日(祝)・5日(日)

**年越しそば打ち講習会**

**日時** 11月17日(金)、9:40～13:00

**対象** 市内に住所を有する60歳以上の方12人

**材料費** 1,000円

**申込み** 10月16日(月)、9:30から参加費を添えて本人がくすのき荘へ

**くすのき祭**

**日時** 10月23日(月)～28日(土)、9:30～16:00(28日は14:00まで)

**内容** くすのき荘所属のクラブが日頃の練習の成果を発表します

**対象** 年齢を問わずご覧になれます

**施設の使用休止・休館のお知らせ**

- 教養娯楽室 10月5日(木)・6日(金)・23日(月)～28日(土)
- 臨時休館 10月30日(月)(点検・工事による停電のため。雨天の場合11月6日(月)に延期)

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** 10月8日(日)・9日(祝)・14日(土)・22日(日)・28日(土)・11月3日(祝)・4日(土)

**秋のふれあいコンサート**

**日時** 10月21日(土)、13:30～14:30

**内容** 越谷市消防音楽隊による演奏

**対象** 市内に住所を有する方(年齢を問わず入場できます)

**入場料** 無料


**施設の使用休止・休館のお知らせ**

- 教養娯楽室 10月18日(水)、午後・21日(土)、午後

**老人福祉センターに初めてお越しの際は、住所・氏名・生年月日の分かるものをお持ちください。**

**リハビリなんでも相談** 機能訓練の方法・腰痛予防・筋力向上などのリハビリについて、理学療法士・作業療法士に相談できます。

会場	日時	対象	申込み
保健センター	10月17日(火)、9:00～11:30	市内に住所を有する方8人	電子申請または電話で健康づくり推進課(☎960-1100)へ
ゆりのき荘	10月12日(木)、9:30～11:00	市内に住所を有する60歳以上の方各会場8人	当日会場へ
けやき荘	10月27日(金)、9:30～11:00		



保健センター 電子申請

**〈広告〉**

総合保険代理店 埼玉支社  
**アスプランニング**

生命保険・損害保険を無料で診断致します!  
保険会社30社以上のラインナップから  
最適な保険をご提案!

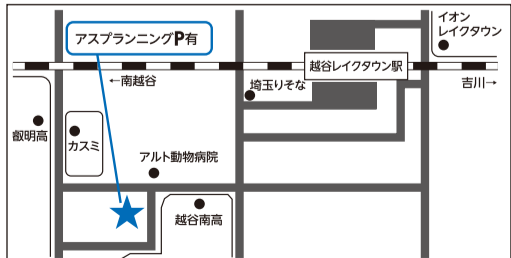
〒343-0828 越谷市レイクタウン7-4-7  
**TEL : 048-973-7031** 予約制  
**URL : https://asuplanning.com**

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



アスプランニングP有

レイクタウン 吉川

越谷レイクタウン駅

増玉りそな

アルト動物病院

カスミ

観明高

越谷南高

越谷市役所 ☎343-8501 越ヶ谷4-2-1  
開庁時間：平日8:30～17:15