

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7日(月)・15日(火)・21日(月)・28日(月)・11月5日(火)

スポーツ教室

	教室名	日時
温水プール	アクアダンス	毎週火曜日14:00～15:00(10月1日から)
	(NEW!) フィン初級教室	毎週火曜日17:00～18:00(10月1日から)
	クロール初級(夜の部)	毎週火曜日19:15～20:15(10月1日から)
	クロール初級(午前の部)	毎週水曜日10:30～11:30(10月2日から)
	Let'sアクアビクス	毎週水曜日14:00～15:00(10月2日から)
	平泳ぎ教室	毎週水曜日16:15～17:15(10月2日から)
	クロール初級(午後の部)	毎週金曜日14:00～15:00(10月4日から)
	4泳法教室	毎週木曜日16:15～17:15
多目的ホール	カキラ	毎週火曜日19:00～20:00
	引き締めサーキット	毎週木曜日19:00～20:00
	ピラティス	毎週金曜日18:00～19:00
	(NEW!) ヨーガ教室	毎週土曜日17:00～18:00(10月5日から)
	キックボクシング エクササイズ	毎週日曜日17:00～18:00

対象

18歳以上の方各教室20人(先着)

受講料

▷温水プール…1回600円 ▷多目的ホール…1回700円。
プールは別途施設使用料がかかります

申込み

当日講座開始1時間前から。受講料を添えて総合受付へ

第2期キッズプール教室(全6回)

教室名	日程	時間	対象(先着)
学童ステップ アップコース	10月5日～11月9日 の毎週土曜日	17:10～18:00	小学1～3年生で第1 期を受講した方10人
ジュニアコース	10月4日～11月8日 の毎週金曜日	19:10～20:00	小学4～中学3年生20 人

受講料

各教室6,000円。別途施設使用料がかかります

申込み

教室開催日前日まで。9:00～20:00に受講料を添えて総合受付へ

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7日(月)・15日(火)・21日(月)・28日(月)・11月5日(火)

筋力アップトレーニング教室

日時 11月9日・23日・30日・12月7日・14日の土曜日13:30～14:30(全5回)

内容 脚力や持久力を養う運動

対象 60歳以上の方15人(抽選)

申込み 10月10日(休)～16日(水)に本人がゆりのき荘へ

歌声広場

日時 10月27日(日)13:30～14:20

対象 60歳以上の方

ふれあいデー懐かしの映画鑑賞会「スラバヤ殿下」

日時 10月19日(土)13:30～15:00

定員 30人(先着)

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5日(土)・13日(日)・14日(祝)・19日(土)・27日(日)・11月2日(土)・3日(祝)・4日(休)

カラオケでゾロ目にチャレンジ!

日時 10月30日(水)9:50から・12:50から

内容 カラオケの採点でゾロ目または95点以上が出たら粗品を進呈

対象 60歳以上の方各回20人(抽選)

申込み 当日、各部開始時間までにけやき荘へ。抽選後の参加不可

教養娯楽室の利用休止のお知らせ
10月24日(木)の午後

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1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)・26日(土)13:00以降・27日(日)(臨時休館)・29日(火)・11月5日(火)

エアロバイク(有酸素運動)

日時 開館日の9:30～15:30

対象 高校生以上の方

費用 30分当たり100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) 持ち物 上履き

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6日(日)・12日(土)・14日(祝)・20日(日)・26日(土)・11月3日(祝)・4日(休)

くすのき祭

日時 10月29日(火)～31日(木)9:30～16:00
(31日(木)は14:00まで)

内容 くすのき荘所属のクラブによる作品展示、日頃の練習の成果発表
*期間中はカラオケを中止します

教養娯楽室の利用休止のお知らせ
毎週木曜日の午前、10月3日(木)・4日(金)

アプリで健康管理「きらポ説明会」

日時 10月22日(火)10:00～11:30

会場 ゆりのき荘

内容 脳にいいアプリの使い方、きらポの申請方法

対象 65歳以上の方15人(先着)

持ち物 スマートフォン、本人確認書類

申込み 10月21日(月)まで。電子申請(☎69096)、電話
☎地域共生推進課☎963-9187

老人福祉センター4館共通

初めてお越しの際は、住所・氏名・生年月日の分かるもの(運転免許証・保険証など)をお持ちください。
講座や催しは市内に住所を有する方が対象です。

ラウンドフィットネス

日時 各館開館日の9:30～15:30 内容 筋力運動・有酸素運動

対象 高校生以上の方(初回は講習会参加が必須) 費用 1回200円

リハビリなんでも相談

機能訓練の方法・腰痛予防などのリハビリについて相談できます。詳細、電子申請は市ホームページから。
☎健康づくり推進課☎960-1100、☎8618

会場	日時	対象	申込み
保健センター	10月15日(火)・11月5日(火) 9:00～11:30	市内に住所を有する方 8人	電子申請、電話
ゆりのき荘	10月10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25日(金)9:30～11:00		

○脳卒中、骨折等のリハビリ病院(175床)
○病院機能評価機構認証病院(回復期リハ)
○院内歯科併設(摂食嚥下リハ及び一般診療)

駐車場:200台(無料)
1976年(昭和51年)開設
院長:天草弥生
日本リハビリテーション医学会認定 リハビリテーション科専門医

YouTube

詳しくはQRコードからアクセスを!

医療法人 敬愛会
リハビリテーション天草病院

埼玉県越谷市平方 343-1 電話 048-974-1171

庭木剪定 安心定額制!
剪定は1本3,300円!税込
高さ3m未満
若さ溢れる有資格者の「プロ」が対応!
すべての作業料金から11・12月までの作業でさらに
10%引 +10%引

株式会社 大和グリーン フリーダイヤル イー・ハナ サクヨ
越谷支店:越谷市赤山本町3-24-1201 ☎0120-187-394

あなたの街の植木屋さん お見積0円
(出張料金も0円)

7つの安心
☑1本からでもOK!
☑お茶・食事の気遣い無用!
☑トイレは借りません!
☑土日祝も作業OK!
☑近隣店舗からプロの植木職人が見守り!
☑お客様の要望に対して丁寧に!
☑お見積による1本ずつの明細会計!

広報こしがやを見た!で
剪定作業3m未満
通常1本
3,300円(税込)から
先着10名様
10%割引!

あなたの街の植木屋さん 越谷店 まずはご相談ください ハロー いい に わ 受付時間
ハローガーデン 越谷市下間 ☎0120-86-1128 9:00～17:00
hello@garden.com 久里 1168 月～金

塗装も専門・カバー葺き替えなどの板金も専門・瓦も専門の外装専門特化のお店

施工実績累計100,000棟以上 訪問定期点検実施 塗装保証最長10年

外壁塗装&雨漏り屋根専門店
ジャパンテック株式会社
プロタイムズ 越谷店 越谷南店 春日部店 杉戸宮代店 | 屋根リフォーム専門店 やね丸越谷南店
越谷店:〒343-0027 越谷市大朝874-4 越谷南店:〒343-0822 越谷市西方2-25-4

外装のことならお任せ!!お気軽にご相談ください!! 遠路無料 ☎0120-605-586 ジャパンテック公式LINEはこちら▶ ジャパンテックホームページはこちら▶

20 広報こしがや 令和6年(2024年)10月号

広報こしがやの各記事は、市公式ホームページで詳細の確認や電子申請ができます。