

はがき・ファクス・メールで申し込む際は下記の必須事項(往復はがきは返信面の表面に返信用の宛先も)をご記入ください

①催しなどの名称 ②申し込む方の郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号

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

11月5日(火)・11日(月)・18日(月)・25日(月)・12月2日(月)

スポーツ教室

プールは別途施設使用料がかかります

	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
	フィン初級教室	毎週火曜日17:00～18:00
	クロール初級(夜の部)	毎週火曜日19:15～20:15
	クロール初級(午前の部)	毎週水曜日10:30～11:30
	Let'sアクアビクス	毎週水曜日14:00～15:00
	平泳ぎ教室	毎週水曜日16:15～17:15
	4泳法教室	毎週木曜日16:15～17:15
	クロール初級(午後の部)	毎週金曜日14:00～15:00
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
	ヨーガ教室	毎週土曜日17:00～18:00
	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
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。電話不可

リハビリなんでも相談(無料)

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。問健康づくり推進課☎960-1100、HP8618

会場	日時	対象	申込み
保健センター	12月3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	11月14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
くすのき荘	11月15日(金)9:30～11:00		

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

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

スマートフォンで健康管理「きらポ説明会」

問地域共生推進課☎963-9187、HP69096

日時 11月25日(月)10:00～11:30 会場 ひのき荘 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 11月1日(金)～22日(金)。電子申請、電話

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)・4日(休)・9日(土)・17日(日)・23日(祝)・24日(日)・12月1日(日)・7日(土)

年越しそば打ち講習会
日時 11月19日(火)・26日(火)10:00～14:00(全2回)
対象 市内に住所を有する60歳以上の方9人(先着)
材料費 2,000円
申込み 11月6日(水)～14日(木)に材料費を添えて本人がくすのき荘へ
第2回体力づくり講習会(骨盤コンディショニング)(各コース全3回)
日時 ▷Aコース…11月18日(月)・25日(月)・12月2日(月) ▷Bコース…12月9日(月)・16日(月)・23日(月)。10:00～11:30
対象 市内に住所を有する60歳以上の方各コース25人(抽選)
申込み 11月5日(火)～11日(月)。本人がくすのき荘へ(電話可)
一部施設の利用休止のお知らせ
●教養娯楽室 毎週木曜日午前
●カラオケ 11月29日(金)午前

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5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)・12月3日(火)

ひのきeスポーツ
電子機器を用いて娯楽、競技、スポーツ全般を行うことをeスポーツと言います。ひのき荘では、ゲーム機を導入し、太鼓や体感スポーツゲームを体験することができます。詳しくはひのき荘までお問い合わせください。
一部施設の利用休止のお知らせ
●カラオケ 11月22日(金)午前

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2日(土)・3日(祝)・4日(休)・10日(日)・16日(土)・23日(祝)・24日(日)・30日(土)

けやき寄席
日時 11月9日(土)13:30～14:30
内容 五十八亭ふすま丸さんによる落語
対象 市内に住所を有する方
申込み 当日けやき荘へ
初心者ウォーキング講習会
日時 11月12日(火)・19日(火)・26日(火)10:00～11:30
対象 市内に住所を有する60歳以上の方20人(抽選)
申込み 11月8日(金)まで。本人がけやき荘へ(電話可)
一部施設の利用休止のお知らせ
●教養娯楽室 11月9日(土)・27日(水)午後、12月6日(金)・7日(土)終日

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: 11月5日(火)・11日(月)・18日(月)・25日(月)・12月2日(月)

クリスマスリースづくり教室
日時 ▷Aコース…11月29日(金)13:00～15:00 ▷Bコース…11月30日(土)10:00～12:00
対象 市内に住所を有する60歳以上の方各日10人(先着)
参加費 1,500円
申込み 11月8日(金)～19日(火)に本人がゆりのき荘へ
スマートフォンなんでも相談
日時 11月16日(土)10:00～12:00
対象 市内に住所を有する方
申込み 当日ゆりのき荘へ
ゆりのき荘ロビーコンサート(ジャズ)
日時 11月16日(土)11:30～12:30
対象 市内に住所を有する方
申込み 当日ゆりのき荘へ

タスク補聴器

認定補聴器 専門店

越谷市には補聴器助成制度があります
助成額最大3万円 無料 貸し出し実施中

ホームページからご予約いただけます

☎048-965-8860 営業時間10:00～18:00 定休日 日曜・祝日
越谷店・上野店・板橋店・綾瀬店・竹の塚店・草加店 埼玉県越谷市赤山本町1-3

タスク補聴器

越谷 西口 徒歩1分

越谷店

仲人おばさんと一緒に
“婚活”しませんか！

●真剣にお考えの20代～50代の方
●会員21万人以上からお相手探し
●毎月1回のカウンセリングと随時のフォロー
●お見合い・交際・デート・プロポーズのアドバイス

地元で愛され25年 090-3045-8525又は048-979-9300代
ベルミー越谷店 越谷市下間久里755-4(要予約)

越谷市で高齢者の身元保証は、あんしんの輪へ

入院・施設入居時
身元保証

賃貸住宅の契約
緊急連絡先

死後事務委任

遺言・任意後見
サポート

説明会
毎週、開催中

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
☑ 葬儀や死後事務手続等を頼みたい
☑ 今のうちから遺言や任意後見人の相談がしたい

【毎週水曜10時から】身元保証の説明会 開催中!(参加費無料)
高齢者等終身サポート事業者として、ガイドラインに基づきサポートしております。
一般社団法人 あんしんの輪
越谷市新越谷 1-50-6

▼無料相談・説明会の受付▼
048-999-6414