

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4日(火)・10  
日(月)・17日(月)・25日(火)・  
12月1日(月)

スポーツ教室

教室名・日時 下表のとおり。休講の場合あり

|            | 教室名               | 日時                                      |
|------------|-------------------|-----------------------------------------|
| 温水<br>プール  | アクアダンス 45min      | 毎週火曜日(11月4日(火)・25日(火)休講)<br>14:00～14:45 |
|            | 基本から学ぶ水泳教室        | 毎週水曜日10:30～11:30                        |
|            | 平泳ぎ教室             | 毎週水曜日14:00～15:00                        |
|            | バタフライ教室           | 毎週水曜日16:15～17:15                        |
|            | ステップアップ クロール      | 毎週木曜日10:30～11:30                        |
|            | Let'sアクアビクス 45min | 毎週木曜日14:00～14:45                        |
|            | クロール教室            | 毎週金曜日14:00～15:00                        |
|            | 4泳法教室             | 毎週金曜日16:15～17:15                        |
|            | 要望にこたえる水泳教室       | 毎週金曜日19:15～20:15                        |
| 多目的<br>ホール | カキラ(ろっ骨エクササイズ)    | 毎週火曜日(11月4日(火)・25日(火)休講)<br>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             | 第1・3金曜日18:00～19:00                      |
|            | ストレッチ ヨーガ         | 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)

参加費

▷温水プール…1回600円(アクアダンス、Let'sアクアビクスは1回500円)。別途施設使用料が必要 ▷多目的ホール…1回700円

申込み

当日教室開始1時間前から参加費(現金のみ)を添えて総合受付へ(電話不可)



令和7年度InBody・シセイカルテ測定会

日時 11月19日(水)・22日(土)10:00～12:00・13:00～15:00・16:00～17:30(両日各3回。1人30分まで)

内容 ▷InBody…身体構成の測定 ▷シセイカルテ…体のゆがみ測定

対象 18歳以上の方各回3人(先着)

参加費 500円(どちらか一方のみの場合は300円)

申込み 開催当日に参加費を添えて総合受付へ(電話不可)

\*InBodyはペースメーカー等の医療電子装置を付けた方、妊婦の方は不可

特に記載のない場合、▶対象：市内に住所を有する60歳以上の方  
▶参加費：無料 ▶申込み：当日会場へ

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1日(土)・3日(祝)・9日(日)  
・15日(土)・23日(祝)・24日(休)・29日  
(土)・12月6日(土)

一部施設の利用休止のお知らせ  
○教養娯楽室 11月18日(火)・25日  
(火)・12月2日(火)午前、11月20日(木)午  
後、12月5日(金)終日

囲碁・将棋大会(棋力別対局)  
日時 12月5日(金)9:55～15:00  
内容 ブロック別トーナメント方式。  
敗者復活戦あり  
定員 80人程度  
参加費 500円(賞品代含む)  
申込み 11月17日(月)まで。参加費を  
添えて窓口へ(電話不可)

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2日(日)・3日(祝)・8日(土)・  
16日(日)・22日(土)・23日(祝)・24日(休)・  
30日(日)・12月7日(日)

一部施設の利用休止のお知らせ  
○教養娯楽室 毎週木曜日終日、  
11月9日(日)終日  
○カラオケ 11月14日(金)午前中

昭和歌謡コンサート(クールミント  
ウィングス)  
日時 11月9日(日)13:00～15:00  
対象 市内に住所を有する方  
年越しそば打ち講習会  
日時 11月29日(土)・12月6日(土)10:00  
～14:00(全2回)  
内容 そば打ち、試食  
定員 9人(先着)  
材料費 2,000円  
申込み 11月14日(金)～20日(休)。材料  
費を添えて本人が直接窓口へ

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4日(火)・11日(火)・  
18日(火)・25日(火)・12月2日(火)

お菓子づくり教室  
日時 12月1日(月)・8日(月)10:00～13:00  
内容 クリスマススイーツ作り  
定員 各日5人(先着)  
参加費 1,500円  
持ち物 エプロン、手拭きタオル、  
布巾、持ち帰り用袋、三角巾  
申込み 11月10日(月)から。費用を添  
えて本人が窓口へ(電話不可)

4館共通  
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・生年月日の分  
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4館で実施  
ラウンドフィットネス  
時間 9:30～15:30  
内容 筋力運動と有酸素運動  
対象 高校生以上の方。ご利用の  
際は初回講習会への参加が必要  
参加費 1回200円  
持ち物 室内用運動靴

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理学療法士・作業療法士に相談できます。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 | 11月4日(火)・12月2日(火)<br>9:00～11:30 | 市内に住所を有する方<br>8人(先着)          | 電子申請、電話 |
| ゆりのき荘  | 11月13日(休)9:30～11:00             | 市内に住所を有する60歳<br>以上の方各会場8人(先着) | 当日会場へ   |
| くすのき荘  | 11月21日(金)9:30～11:00             |                               |         |

  
保健センター  
電 子 申 請

タスク補聴器

認定補聴器専門店

補聴器は助成金制度があります

無料 貸し出し 実施中

☎048-965-8860 営業時間 9:30～18:00 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

  
ホームページから  
ご予約いただけます

タスク補聴器

②あり

越谷 西口 徒歩1分

越谷店

庭木1本から承ります!

お 約 束 庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
土日でもOKです  
お茶はご遠慮します

見積 無料

生垣の剪定 (長さ1m 高さ2m)  
通常2,200円を  
※10割 1,100円! (税込)

ガーデンエクスプレス  
カクテラ(東証スタンダード上場会社)グループ  
☎0120-61-4128

図 9:00～17:00  
越谷店/越谷市恩間693-8



広報こしがや 令和7年(2025年)11月号

23