



老人福祉センター

ゆりのき荘

～ふれあいと健康づくり～

開館時間 〒343-0011 増林 3-2-2
午前9時30分～午後4時 ☎(992)6601 FAX(967)0012

5月・6月の休館日 5月 2(月)・9(月)・16(月)・23(月)・30(月) 6月 6(月)・13(月)・20(月)・27(月)

布ぞうり講習会受講生募集

- 日 Aコース 5月24日(火)
Bコース 5月28日(土)
- 時 各コース午前9時40分～午後3時30分
- 場 1階研修室
- 対 市内在住60歳以上の方
- 定 各コース10人
- 費 1,000円(材料費)
- 申 5月6日(金)～17日(火)
午前9時30分～午後4時に本人が費用を添えてゆりのき荘へ(電話不可、申込み順)



- 持 昼食、飲み物、裁縫セット、洗濯ばさみ(10個)、はさみ、木工用ボンド、30cmものさしまたはメジャー、かぎ針7号以上(持っている方)

健康体操教室参加者募集

- 日 Aコース 5月27日、6月3日・10日の金曜日(全3回)
Bコース 5月28日、6月4日・11日の土曜日(全3回)
- 時 Aコース 午前10時～11時30分
Bコース 午後1時30分～3時
- 場 多目的ホール
- 対 市内在住60歳以上の方
- 定 各コース15人

- 内 ストレッチや柔らかいボールを使った簡単な体操・脳トレなど
- 費 無料
- 申 5月3日(火)～17日(火)
午前9時30分～午後4時に本人がゆりのき荘へ(代理・電話不可)
*応募多数の場合は抽選
- 持 運動しやすい服装、室内用上履き、汗拭きタオル、飲み物(蓋付で割れないもの)



老人福祉センター

ひのき荘

～いきがいと交流～

開館時間 〒343-0827 川柳町 2-507-1
午前9時30分～午後4時 ☎(973)7903 FAX(973)7904

5月・6月の休館日 5月 4(祝)・10(火)・17(火)・24(火)・31(火) 6月 7(火)・14(火)・21(火)・28(火)

ひのきスッキリ運動(1期)

- 日 6月4日～8月6日の毎週土曜日(全10回)
- 時 午前10時～11時
- 対 市内在住60歳以上の方 定 25人
- 内 快適な日常生活を維持するための運動。ピラティス、ボール運動、ウォーキング、リズム体操、キックボクシングエクササイズ
- 費 無料
- 申 5月9日(月)～16日(月)に本人がひのき荘へ(電話不可)応募多数の場合は抽選。抽選結果は5月19日(木)発表。(電話問合せ可)



屋内ウォーキングで有酸素運動を!

元気いっぱい熱心なインストラクター

ひのきスクール(前期)

- 教室の内容は下表のとおりです。
- 対 市内在住60歳以上の方
- 費 無料
- 申 5月13日(金)～23日(月)に本人がひのき荘へ(電話不可、申込み順)
*1人1教室のみとします。



教室名	日程	時間	定員
教えて!超初心者のためのスマホ教室	6/9・23・30、7/14・28の木曜日(全5回)	13:00～15:00	20
切って、貼って コラージュ・アート教室	6/3～7/1の毎週金曜日(全5回)	13:00～15:00	20
関節の機能を・楽にカキラ運動教室	6/6～7/4の毎週月曜日(全5回)	13:00～14:30	25

健康教室(前期)

- 教室の内容は下表のとおりです。
- 対 市内在住60歳以上の方
- 定 各コース50人
- 費 無料
- 申 5月13日(金)～23日(月)に本人がひのき荘へ(電話不可、申込み順)



コース	日程	時間
コース①	6月・8月の第1・3木曜日	10:00～10:45
コース②	6月・8月の第1・3木曜日	11:00～11:45
コース③	7月・9月の第2・4木曜日	10:00～10:45
コース④	7月・9月の第2・4木曜日	11:00～11:45

地域の皆さんとの交流の場

「ふらっと」がもう・おおぶくろ

「ふらっと」がもう、「ふらっと」おおぶくろでは、マスク着用や座席数を半減するなど、一定の制限を設けて運営しています。ご理解、ご協力をお願いします。



3月講座の様子

「ふらっと」がもう

〒343-0836 蒲生寿町17-12
☎(986)5115
休所日▷火曜日

開所時間
9時～17時

散歩の休憩や、地域の方との交流に「ふらっと」立ち寄ってみませんか。ひと時のおしゃべりや昔話に花を咲かせながら、情報交換の場としてもご利用いただけます。感染対策に取り組みながら、講座や認知症の方やその家族の集まりの場であるオレンジカフェを開催しています。スタッフ一同みなさんのご利用をお待ちしています。



毎朝のラジオ体操

「ふらっと」おおぶくろ

〒343-0032 袋山1435-16
☎(975)4000
休所日▷日曜日

開所時間
9時～17時

「ふらっと」おおぶくろでは、月曜日～土曜日の朝9時30分から「ラジオ体操」を行っています。毎日の習慣に、身体に良いことを始めてみませんか。気軽に立ち寄れ、楽しめる憩いの場所としてスタッフ一同みなさんのご利用をお待ちしています。

広告

さいかつ葬祭センター

〒343-0011 越谷市増林 5918-1 TEL:048-960-7370

事前相談、御見積無料

越谷市斎場登録葬儀社

24時間受付 ☎0120-94-0983

安置料無料

ホール利用料無料

火葬式プラン 95,000円 (税込 104,500円)

家族葬プラン 280,000円 (税込 308,000円)

家族葬専用ホール なごみ館



越谷市立病院、総合運動公園そば

