



老人福祉センター

# けやき荘

～娯楽と教養～

開館時間  
午前9時30分～午後4時

〒343-0852 新川町 2-55

☎(965)5822 FAX(965)5892

5月・6月の休館日  
5月 3(祝)・4(祝)・5(祝)・6(土)・14(日)・20(土)・28(日)

6月 3(土)・11(日)・17(土)・25(日)

一部ご利用になれない日  
【教養娯楽室】5月24日(水)午後・26日(金)終日、6月23日(金)午後・28日(水)午後

## 初心者ウォーキング講習会

日 5月23日・30日、6月6日の火曜日(全3回) 時 午前10時～11時30分

\*雨天中止となります。 場 屋外広場、県民健康福祉村

対 市内に住所を有する60歳以上の方 定 20人 費 無料

内 正しい歩き方を学びます。

申 5月8日(月)から開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順)

## 前期けやきスクール

教室の内容は右表のとおりです。

対 市内に住所を有する60歳以上の方

費 無料

申 5月19日(金)から開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順) \*1人1教室のみとします。

教室名	日程	時間	定員
イスに座って 簡単な体操	6/5・12・19・26、7/3の 月曜日	13:30 ～ 15:00	15人
デジタル写真 撮影入門	6/27、7/11・18・25、 8/1の火曜日	10:00 ～ 12:00	15人

## 映画に親しもう～懐かしの映画鑑賞会～

場 教養娯楽室

対 市内に住所を有する60歳以上の方

費 無料

申 不要 \*当日先着順

日程	時間	内容	定員
5/24(水)	13:00～15:00	幕末太陽伝 (1957年・モノクロ)	50人
6/28(水)	13:00～15:00	青い山脈 (1962年・カラー)	50人

\*定員は変わる場合がございます。

## 専門職による健康教室～健康寿命を延ばそう～

日 5月26日、6月23日、7月28日の金曜日(全3回) 時 午後1時～2時30分

対 市内に住所を有する60歳以上の方 定 30人

内 介護予防のための講義(運動や栄養面)と体操など 費 無料

申 5月12日(金)から開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順)



老人福祉センター

# くすのき荘

～趣味と学習～

開館時間  
午前9時30分～午後4時

〒343-0005 大杉 655

☎(979)6600 FAX(979)6680

5月・6月の休館日  
5月 3(祝)・4(祝)・5(祝)・7(日)・13(土)・21(日)・27(土)

6月 4(日)・10(土)・18(日)・24(土)

## 前期くすのきスクール受講生募集

教室の内容は表のとおりです。

対 市内に住所を有する60歳以上の方 費 材料費のみ実費負担

申 5月15日(月)から開館時間内に本人がくすのき荘へ(①・③電話不可、申込み順、材料費を添えて申込み/②電話可、5月20日(土)まで申込受付、応募多数の場合は抽選) \*一人一教室のみとします。

教室名	日程	時間	定員	費用
①パッチワークで トートバッグ作り教室	6/27、7/4・11・18・25 の火曜日(全5回)	10:00～12:00	10人	2,500円 (材料費)
②骨盤体操教室	6/2・16・30の 金曜日(全3回)	14:00～15:30	20人	無料
③苅玉作り教室	6/13の火曜日(全1回)	10:00～12:00	10人	1,500円 (材料費)

## 体力づくり講習会

日 6月12日・19日・26日の月曜日(全3回) 時 午前10時～11時30分

場 多目的ホール 対 市内に住所を有する60歳以上の方 定 20人

内 体の機能を高めるカキラ体操を行います。 費 無料

申 5月22日(月)～26日(金)の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可)

\*応募多数の場合は抽選

## リサイクル講座「牛乳パックで椅子作り」

日 5月31日(水) 時 午前10時～午後3時 場 美術室

対 市内に住所を有する60歳以上の方 定 10人

内 牛乳パック24本を使用して椅子を作ります。

申 5月8日(月)から、開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)



越谷市民プール

# 温水プール／トレーニングルーム

〒343-0011 増林 3-2-2 ☎(992)6602 FAX(967)0012

5月・6月の休館日  
5月 1(月)・8(月)・15(月)・22(月)・29(月)

6月 5(月)・12(月)・19(月)・26(月)

一部ご利用になれない日  
【温水プール】5月9日(火)～14(日) \*施設点検及び特別清掃のため  
\*トレーニングルームは休館日を除きご利用になれます。

\*新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に関連し、温水プール・トレーニングルームの最新の使用方法等については二次元コードより当協議会のホームページをご覧ください。



## 令和5年度第1期スポーツ教室(各教室共通)

申 5月9日(火)～各教室開催日当日

午前9時から午後8時(開催当日は開始時間前)までに費用を添えて、越谷市民プールへ(電話不可、申込み順)

\*教室開始後の返金はいたしません。

## 第1期キッズ向けプール教室 参加者募集

対 (幼児コース)4歳児～6歳児の排泄が自立している未就学児(学童コース)6歳～9歳(小学1～3年生)

日 5月26日、6月2日・9日・16日・23日・30日の金曜日(全6回)

時 (幼児コース)午後4時10分～午後5時  
(学童コース)午後5時10分～午後6時

定 各コース18人 費 6,000円(全6回)

内 水に親しみを持ってもらい、水遊びを中心に顔つけや潜ることに挑戦する。

申 5月9日(火)～教室開催日当日

午前9時から午後8時(開催当日は開始時間前)までに費用を添えて、越谷市民プールへ(電話不可、申込み順)

\*教室開始後の返金はいたしません。

## 第1期親子プール教室参加者募集

対 3歳児・4歳児の排泄が自立している未就学児と保護者

日 5月27日、6月3日・10日・17日・24日、7月1日の土曜日(全6回)

時 午後4時10分～5時

定 12組24人 費 6,000円(全6回)

内 親子でスキンシップをとりながら楽しく水に親しみ、顔つけや潜ることに挑戦する。

申 5月9日(火)～教室開催日当日

午前9時から午後8時(開催当日は開始時間前)までに費用を添えて、越谷市民プールへ(電話不可、申込み順)

\*教室開始後の返金はいたしません。

日時定内対 下表のとおり

費 各4,000円(全6回) \*プールを使用する教室は、施設使用料が別途かかります。

	教室名	曜日	日程	時間	対象者	定員(人)	強度
温水プール	1 シェイプダンスアクア	火	5/23・30、6/6・13・20・27(全6回)	13:15～14:15	18歳以上	20	中
	2 平泳ぎ入門	火	5/23・30、6/6・13・20・27(全6回)	19:15～20:15		20	中
	3 ボディシェイプアクア	水	5/24・31、6/7・14・21・28(全6回)	10:35～11:35		20	中
	4 クロール入門(昼の部)	木	5/25、6/1・8・15・22・29(全6回)	13:15～14:15		20	弱
	5 クロール入門(夜の部)	木	5/25、6/1・8・15・22・29(全6回)	19:15～20:15		20	弱
	6 アクアウォーク&ジョグ	金	5/26、6/2・9・16・23・30(全6回)	13:15～14:15		20	弱
	7 クロール中級	土	5/27、6/3・10・17・24、7/1(全6回)	19:15～20:15		20	中
多目的ホール	1 カキラ	火	5/23・30、6/6・13・20・27(全6回)	19:00～20:00	18歳以上	20	中
	2 引き締めサーキット	木	5/25、6/1・8・15・22・29(全6回)	19:00～20:00		20	中
	3 ピラティス	土	5/27、6/3・10・17・24、7/1(全6回)	18:00～19:00		20	弱
	4 キックボクシングエクササイズ	日	5/28、6/4・11・18・25、7/2(全6回)	17:00～18:00		20	強

## 令和5年度第ワンコイン水泳教室参加者募集

日 5月24日～毎週水曜日

時 午後7時15分～午後8時15分 定 20人

内 4泳法を月変わりレッスンします。

対 18歳以上

費 1回500円(施設使用料は別途)

申 当日教室開始前までに費用を添えて、越谷市民プールへ(電話不可、申込み順)

\*教室開始後の返金は致しません。

\*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。

## 令和5年度inbody測定会参加者募集

日 5月30日(火)・31日(水) 1日2回開催  
1回目 午前11時 2回目 午後3時(全4回)

定 各回10人

内 身体の構成を測定し、結果のアドバイスをを行います。

対 18歳以上 費 500円

申 当日開催前までに費用を添えて越谷市民プールへ(電話不可、申込み順)

\*ペースメーカーなど、医療電子装置を付けた方、妊婦は測定できません。