



老人福祉センター けやき荘 ～娯楽と教養～

開館時間 〒343-0852 新川町 2-55
午前9時30分～午後4時 ☎(965)5822 FAX(965)5892

9月・10月の休館日	9月 2(土)・10(日)・16(土)・18(祝)・23(祝)・24(日)・30(土)	10月 8(日)・9(祝)・14(土)・22(日)・28(土)
一部ご利用に なれない日	【教養娯楽室】9月26(火)終日・28(木)午後、10月7(土)・18(火)・21(土)午後	

夏の疲れを解消!けいらくピクス教室

☎9月22日、10月6日・20日の金曜日 (全3回)
 時 午後1時30分～3時
 場 集会室 定 15人 費 無料
 対 市内に住所を有する60歳以上の方
 内 経絡(ツボとツボを結ぶ氣の通り道)
 やそれに対応する内臓を意識しながら、ゆったりとした呼吸で軽く体に動かす体操です。
 講師 相澤ふづきさん
 申 9月5日(火)から、開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順)

カラオケでゾロ目にチャレンジ!

☎9月14日(木) 時 午前の部 9時50分～正午、午後の部 0時50分～3時
 場 教養娯楽室 対 市内に住所を有する60歳以上の方
 定 午前、午後 各20人 費 無料
 内 カラオケ機器の採点機能で同数(ゾロ目)または95点以上が出たら粗品を進呈します。
 申 当日、午前の部は午前9時50分に、午後の部は午後0時50分に抽選を行います。抽選の時間までに教養娯楽室にお集まりください。(電話不可)
 *通常のカラオケ受付とは、異なります。定員に達しない場合でも、抽選後の参加はできません。



映画に親しもう～懐かしの映画鑑賞会～

場 教養娯楽室	日程	時間	内容	定員
対 市内に住所を有する60歳以上の方	9/28(木)	13:00～15:00	東京は恋する(1965年・カラー)	50人
費 無料	10/18(火)	13:00～15:00	太平洋ひとりぼっち(1963年・カラー)	50人
申 不要 *当日先着順				

ラウンドフィットネス

ラウンドフィットネスとは、筋力運動と有酸素運動を30秒ずつ交互に行うサーキットトレーニングです。筋力アップや体脂肪減少、心肺機能向上などの効果が期待できますので、ご利用ください。

①	時間
①	9:30～10:30
②	10:30～11:30
③	11:30～12:30
④	12:30～13:30 *学び直し講習会実施の際は通常利用はありません
⑤	13:30～14:30 *初回講習会実施の際は通常利用はありません
⑥	14:30～15:30



対 高校生以上ならどなたでも
 費 200円
 *市内に住所を有する60歳未満の方または市外の方は、別途センター使用料(200円)が必要です。なお、初めてお越しの際は、本人確認書類(保険証等)をお持ちください。

【学び直し講習会のご案内】

すでにラウンドフィットネスを利用されている方に向けて、効果的な運動の仕方、フィットネス器具の利用方法を改めて学び直すための講習会を開催します。
 申 予約制ですので、事前にけやき荘またはひのき荘へ(電話可)

施設名	実施日	時間	定員
けやき荘	9月26日(火)、10月24日(火)	12:30～13:30	各5人
ひのき荘	9月24日(日)、10月22日(日)	13:30～	

【初回講習会のご案内】

はじめて利用する方は、初回講習会の受講が必要です。
 申 予約制ですので、事前にけやき荘またはひのき荘へ(電話可)

施設名	実施日	時間	定員
けやき荘	9月3日(日)・12日(火)・19日(火)・26日(火)、10月1日(日)・10日(火)・17日(火)・24日(火)	13:30～	各5人
ひのき荘	9月6日(水)・13日(水)・20日(水)・24日(日)、10月11日(水)・18日(水)・22日(日)・25日(水)	14:30～	



老人福祉センター くすのき荘 ～趣味と学習～

開館時間 〒343-0005 大杉 655
午前9時30分～午後4時 ☎(979)6600 FAX(979)6680

9月・10月の休館日	9月 3(日)・9(土)・17(日)・18(祝)・23(祝)・24(日)	10月 1(日)・7(土)・9(祝)・15(日)・21(土)・29(日)
一部ご利用に なれない日	【教養娯楽室】10月5(木)・6(金)終日	臨時休館のお知らせ 10月30日(月)は東京電力の点検・工事による停電のため、休館となります。雨天の場合は11月6日(月)に延期。

中期くすのきスクール受講生募集

教室の内容および申込み期間については表のとおりです。
 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
 *原則一人一教室のみとします。
 申 本人がくすのき荘へ ①電話不可、申込み多数の場合は抽選
 ②電話不可、申込み順 ③電話可、申込み多数の場合は抽選



教室名	日程	時間	定員	費用	申込み期間
①ボールペンで美文字教室	10/4・11・18、11/1・8の水曜日(全5回)	10:00～11:30	16人	500円(材料費)	9/7～20の開館時間内
②布で作るクリスマスリースと和布で作るお飾り教室	10/10・17・31、11/7・14の火曜日(全5回)	10:00～12:00	12人	2,500円(材料費)	9/7～30の開館時間内
③体もうごかす脳トレ教室	11/13～12/4の毎週月曜日(全4回)	10:00～11:30	20人	無料	10/2～14の開館時間内

第25回くすのき祭開催のお知らせ

くすのき荘で活動しているクラブが、作品展や日頃の練習の成果を発表します。市内在住の方ならどなたでもご覧になれます。*期間中、カラオケは中止します。
 ☎10月23日(月)～28日(土) 時 午前9時30分～午後4時 *最終日は午後2時まで

演出部門			
場所	日程	時間(予定)	クラブ名(内容)
教養娯楽室	10/24(火)	10:50～12:00	フレッシュハーモニー(ハーモニカ)
	10/25(水)	11:30～12:30	くすのき吟政会(詩吟)
	10/26(木)	10:40～11:30	ひばり(オカリナ)
		11:30～13:00	民謡 華の会こだま(民謡)
		13:00～14:00	コーラスクラブ シラサギ(コーラス)
		14:00～14:30	フラ・メリア(フラダンス)
	10/27(金)	11:00～11:30	楽踊会(新舞踊)
		11:30～13:30	民謡 華の会ひびき(民謡)
	10/28(土)	10:40～11:20	アロハ・フレンズ(ウクレレ)
		13:00～14:00	ハイビスカス(ハワイアンダンス)
多目的ホール	10/23(月)	10:00～12:00	中国語会話クラブ(中国語)
		13:00～15:00	自彊術(じきょうじゅつ)愛好会(自彊術)
	10/24(火)	13:00～15:00	コスモス・ひまわり・なでしこ(健康体操)
	10/25(水)	10:30～11:20	フォークダンス皆楽(フォークダンス)
		10:40～12:00	フラミンゴ(団体踊り)
	10/26(木)	13:00～14:00	気功クラブ・B(気功)
		14:00～15:00	英会話クラブA・B(英会話)
	10/27(金)	10:00～11:30	シャンティーヨーガクラブ(ヨーガ)
		11:30～13:00	3B体操クラブ(体操)
		13:00～15:00	A・B・Sクラブ(スポーツ吹矢)
10/28(土)	10:30～12:30	太極拳 円(太極拳)	
	13:00～14:00	すぎのこA・B(エアロビクス)	
屋外	10/28(土)	9:30～12:00	くすのきT.B.G.クラブ(バードゴルフ)

展示部門			
階	内容	階	内容
1階	陶水会・ろくろクラブ(陶芸)	2階	硯友クラブ(書道)
	山桜会(木彫)		折り紙クラブ 折鶴(折り紙)
	埼玉県立越谷特別支援学校(手づくり小物の販売)		つるし飾り まゆの会(つるし飾り)
	公益社団法人 越谷市シルバー人材センター(パソコン体験教室)		水墨画クラブ(水墨画)
2階	ゆめくらぶ(樹脂工芸)	彩友会(水彩画)	
	藤工芸クラブ(藤工芸)	まゆみ俳句会(俳句)	
	山野草クラブ(園芸・盆栽)	写真同好会 ピントクラブ(写真)	
	切り紙クラブ 扇会(切り絵)	布あそびの会(つるし飾り)	
			たんぼぼ絵手紙(絵手紙)
			越谷パステル画倶楽部(パステル画)

第2回いきいき元気スポーツ教室

☎10月5日～26日の毎週木曜日(全4回)
 時 正午～午後1時 *初回のみ11時30分～ 定 20人
 対 市内に住所を有する60歳以上の方 費 無料
 内 スポーツ施設のプールでインストラクターから水中エクササイズを学びます。
 申 9月4日(月)～25日(月)の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)



ふるさと歴史散策

☎10月13日(金) *雨天時10月17日(火) 時 午前9時～正午 費 100円
 場 午前8時50分に越谷総合体育館前集合 対 市内に住所を有する60歳以上の方
 定 10人 内 越谷市観光協会のボランティアガイドの案内による増林地区散策
 申 9月11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)