



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	
1月・2月の休館日	1月 1(祝)・2(火)・3(水)・6(土)・8(祝)・14(日)・20(土)・28(日)	2月 3(土)・11(祝)・12(休)・17(土)・23(祝)・25(日)
一部ご利用になれない日	【教養娯楽室】1月12日(金)終日、1月9日(火)・17日(水)・23日(火)・25日(木)、2月28日(水)午後、2月29日(木)午前 【浴室】1月4日(木)終日 *設備点検のため	

第23回けやき祭.....
 けやき荘で活動しているクラブが、日ごろの練習の成果を発表します。どなたさまでも見学できます。ご来館をお待ちしています。
日時2月22日(木)10時15分～14時、24日(土)11時～14時15分
場ロビー、集会室、茶道室、教養娯楽室
 *期間中、カラオケは中止です。*お茶会は材料がなくなり次第終了します。

消費生活セミナー～プロから教わる、自分とお金を守る知恵～

日1月17日(水) **時**午後1時30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**30人 **費**無料
内特殊詐欺や金融トラブルに巻き込まれないための心がまえなどを学びます。
申1月15日(月)までに開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順)

後期けやきスクール

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**無料
申1月16日(火)から23日(火)の開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、応募多数の場合は抽選)*1人1教室のみとします。

教室名	日程	時間	内容	定員
健康づくり教室 ～健康寿命を伸ばそう～	2/6・13・20 の火曜日	10:00 ～ 12:00	血管年齢、骨密度測定を行います。また薬剤師から健康でいられるコツを学びます。	20人
椅子ヨガ教室 ～自律神経を整えて、体も心もスッキリ!～	2/27、3/5・12 の火曜日	10:00 ～ 11:30	椅子に座って行いますので初心者でも安心。深い呼吸で心身ともにリラックスしましょう。	15人

カラオケでゾロ目にチャレンジ!

日2月16日(金) **時**午前の部9時50分～正午、午後の部12時50分～15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	日程	時間	内容	定員
教養娯楽室	1/25(木)	13:00～15:00	花の恋人たち (1967年・カラー)	50人
対市内に住所を有する60歳以上の方	2/28(水)	13:00～15:00	錆びたナイフ (1958年・モノクロ)	50人
費無料				
申不要*当日先着順				



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	
1月・2月の休館日	1月 1(祝)・2(火)・3(水)・7(日)・8(祝)・13(土)・21(日)・27(土)	2月 4(日)・10(土)・11(祝)・12(休)・18(日)・23(祝)・24(土)
一部ご利用になれない日	【浴室】1月4日(木)午前 *設備点検のため	

平新川調整池整備工事のお知らせ
 くすのき荘南側の平新川調整池につきまして、大雨時における浸水被害の軽減を目的とし、整備工事を実施しています。3月下旬までの工事期間中、くすのき荘敷地内への出入口の一部が通行不可となる場合があります。ご不便をおかけいたしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

後期くすのきスクール受講生募集

教室の内容および申し込み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1人1教室のみとします。

教室名	日程	時間	定員	費用	申込み
①初めての英会話教室	2/1～2/29 毎週木曜日(全5回)	10:00 ～ 11:30	12人	無料	1/11～26の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)
②リズム体操教室	2/5・19・26、3/4 月曜日(全4回)	10:00 ～ 11:30	20人	無料	1/11～18の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み多数の場合は抽選)
③美味しいコーヒー教室	2/16 金曜日 (全1回)	10:00 ～ 12:00	10人	1,000円	1/11～31の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話不可、申込み順)

人物歴史講座「紫式部の時代」

日1月30日(火) **時**午前10時～正午
場第1研修室 **対**市内に住所を有する60歳以上の方
定25人 **費**無料
内千年の時を超えまだなお色あせない『源氏物語』と、その作者『紫式部』の生きた時代を学びます。
 講師：日本文学研究者 棚木 恵子さん
申1月15日(月)～24日(水)の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)



以前の講座の様子

認知症サポーター養成講座

日1月28日(日) **時**午前10時～正午 **場**多目的ホール
対市内に住所を有する方 **定**30人
内認知症の症状や診断、治療方法、予防などについて正しく理解し、認知症の人とその家族を支え、温かく見守るサポーターを養成します。
 講師：越谷市地域包括支援センター新方の職員
申1月10日(水)から、開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可・申込み順)



初心者向けスマホ教室

日1月24日(水) **時**①午前10時～正午 ②午後1時～3時 *参加者入替制
場第1研修室 **対**市内に住所を有する60歳以上の方 **定**各回20人 **費**無料
内スマートフォンの基本的な使い方を学びます。*貸出用のスマートフォンをご使用いただけます。
申1月9日(火)～14日(日)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

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。



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歳未満の方および市外の方は、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や、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	1月30日(火)、2月27日(火)	12:30～13:30	各5人
ひのき荘	1月28日(日)、2月25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、ひのき荘、くすのき荘へ(電話可)

施設名	実施日	時間	定員
けやき荘	1月7日(日)・16日(火)・23日(火)・30日(火)、 2月4日(日)・13日(火)・20日(火)・27日(火)	13:30 ～ 14:30	各5人
ひのき荘	1月10日(水)・17日(水)・24日(水)・28日(日)、 2月7日(水)・14日(水)・21日(水)・25日(日)		
くすのき荘	1月11日(休)・14日(日)・25日(休) 2月8日(休)・22日(休)・29日(休)		