

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

5月・6月の休館日 5月 3(祝)・4(祝)・5(祝)・6(休) 10(土)・18(日)・24(土) 6月 1(日)・7(土)・15(日) 21(土)・29(日)

一部ご利用になれない日 【教養娯楽室】5月8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木) 6月5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)午前 ※くすのきイキ活き運動のため
5月25日(日)終日 ※三味線コンサートのため
5月29日(木)午後 ※クラブ代表者会議のため

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

5月・6月の休館日 5月 3(祝)・4(祝)・5(祝)・6(休) 11(日)・17(土)・25(日)・31(土) 6月 8(日)・14(土)・22(日)・28(土)

一部ご利用になれない日 【教養娯楽室】5月23日(金)午後・30日(金)午前 6月7日(土)終日・6月18日(水)午後

前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については下表のとおりです。
 対 市内に住所を有する60歳以上の方 *原則1人1教室のみとします

教室名	日程	時間	定員(人)	費用	申込み
①はじめての英会話教室	5/27,6/3～6/24 毎週火曜日(全5回)	10:00～11:30	12	無料	5/12～22の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)
②お肌のお手入れレッスン	5/31 土曜日(全1回)		20		

第1回 体力づくり講習会

日【Aコース】5月26日～6月9日の毎週月曜日(全3回)
 【Bコース】6月16日～30日の毎週月曜日(全3回)
 時 各コース午前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 各コース25人 費 無料
 内 いすに座ってヨガを行います。
 申 5月11日(日)～17日(土)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
 *抽選結果は5月21日(水)～23日(金)に発表(申込者本人による問合せ)

第1回 くすのきスマホ教室

～スマホの基本とLINE体験～
 日 6月25日(水)
 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 20人 費 無料
 内 スマートフォンとLINE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 6月13日(金)～20日(金)の開館時間内に本人がくすのき荘へ(電話可、申込み順)



前期けやきスクール

教室の内容および申込みについては下表のとおりです。
 対 市内に住所を有する60歳以上の方 *1人1教室のみとします。

教室名	日程	時間	定員(人)	費用	申込み
健康体操教室～体ほぐし～	5/22,29 6/5の 木曜日	13:30～15:00	15	無料	5/8(木)から開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順)
ボールペンでの美文字教室	5/26, 6/9,23の 月曜日	13:30～15:00	20	無料	5/12(月)から開館時間内に本人がけやき荘へ(電話可、申込み順)

理学療法士による健康教室(全2回)

日 6月19日、26日の木曜日 時 午後1時30分～3時
 対 市内に住所を有する60歳以上の方 定 20人 費 無料
 内 理学療法士等から、健康寿命を延ばすために必要な、食事や運動の知識を学びます。講義のあとは、筋力強化のための体操を行います。
 申 6月5日(木)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!

日 5月14日(水)、6月13日(金)
 時 午前の部 午前9時50分～正午 午後の部 午後0時50分～3時
 場 教養娯楽室
 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。

対 市内に住所を有する60歳以上の方
 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。

『リハビリなんでも相談』開催のお知らせ

「腰が痛い」「腕が挙がりにくい」「膝が痛い」「最近足腰が弱くなってきた」…など感じていませんか?
 日常生活動作のアドバイスや自宅で簡単にできる体操の指導など、理学療法士等が相談に応じます。ぜひ、ご利用ください。



日 表のとおり
 対 市内に住所を有する60歳以上の方。
 申 当日申込み順(先着8人)

施設名	実施日	時間	定員(人)	場所
ゆりのき荘	5月 8日(木) 6月12日(木)	9:30～11:00	8	2階 研修室
くすのき荘	5月16日(金)			会議室
ひのき荘	6月13日(金)			会議室

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 6(火)・12(月)・19(月)・26(月) 6月 2(月)・9(月)・16(月) 23(月)・30(月)

一部ご利用になれない日 【温水プール】5月6日(火)～14日(水) *施設点検及び特別清掃のため
 ※トレーニングルームはご利用いただけません。

*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7年度 スポーツ教室

教室の詳細は、当協議会のホームページをご覧ください。
 費 ◆温水プール………1回600円
 アクアダンス及びLet'sアクアビクスは1回500円
 *施設使用料が別途かかります。
 ◆多目的ホール………1回700円
 対 18歳以上 定 各教室20人
 申 参加したい教室の1時間前から、その都度費用を添えて市民プール総合受付まで(電話不可、申込み順)
 *休講になる場合もありますので予めご了承ください。

ウォーキングAQUA

日 5月23日～7月11日の金曜日(全8回)
 時 午後1時15分～2時 対 18歳以上 定 20人
 内 いつまでも自分の足で歩き続けるために! 楽しく水中ウォーキング! 講師 海津美弥子さん
 費 4,000円 *施設使用料が別途かかります。
 申 5月7日(水)～教室開催前日まで 午前9時～午後8時までに費用を添えて、市民プールへ(電話不可、申込み順) *教室開始後の返金は不可。
 *休講になる場合もありますので予めご了承ください。

第1期キッズプール教室

日時・定員・対象者は下表のとおり
 費 6,000円
 *小・中学生は施設利用料が別途かかります。
 内 初めてのお子様も大歓迎。水慣れ、顔付け、潜る、浮く、バタ足を中心に教室開催。ジュニアはクロールに挑戦!
 申 5月7日(水)～教室開催前日まで 午前9時～午後8時までに費用を添えて、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。
 *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7年度 第1期キッズプール教室 日程表

	教室名	曜日	日程	時間	定員(人)	対象者
温水プール	1 幼児Aコース	土	5月24・31日 6月7・14・21・28日 全6回	13:10～14:00	15	4～6歳で排泄が自立している未就学児
	2 幼児Bコース			14:10～15:00	15	
	3 学童初心者コース			16:10～17:00	20	小学1～3年生
	4 学童ステップアップコース			17:10～18:00	10	
	5 ジュニアコース			19:10～20:00	20	