

こばと館講習会

7月・8月開講

No.	講習名	内容	開催日	時間	申込締切	対象者	定員(人)
1	コミュニティ広場こばと	障がいのある方の交流	7/6(日)・27(日)	10:00～15:00	申込不要	市内在住18歳以上の障がいのある方	—
			8/3(日)・24(日)				
2	夜間エンジョイ広場	障がいのある方の交流を目的とした夜間開催のサロン	7/11(金)・25(金)	18:00～19:30		市内在住18歳以上の障がいのある方（原則として、就労または作業所などへ通所している方）	—
			8/8(金)・22(金)				
3	あいあい茶ろん	作品作り 夏祭り材料費300円程度	7/15(火)	13:30～15:00		市内在住18歳以上で精神障がいのある方	10
			8/19(火)				10
4	スポーツ講習会	健康体操 スポーツ吹矢	7/12(土)		開催日の2日前	市内在住18歳以上の障がいのある方	10
			8/21(木)				8
5	聴覚障がい者エンジョイ教室	健康体操	7/24(木)	13:30～15:00		市内在住18歳以上の聴覚障がいのある方	10
6	視覚障がい者エンジョイ教室	カラオケ	8/28(木)			市内在住18歳以上の視覚障がいのある方	10
7	コミュニティ音楽広場	音楽を楽しむ会	8/24(日)			市内在住18歳以上の障がいのある方	—
8	こばと館ボランティア講座	障がい者理解とボランティア活動についての説明、交流体験	7/27(日) 午前講義 午後交流体験	10:00～15:00	7/24(木)までに直接こばと館へ（電話可）	市内在住、在勤18歳以上の方	10

障害者福祉センター
こばと館

〒343-0813 越ヶ谷4-1-1
☎(966)6633 FAX(966)4515

7月・8月の休館日

7月
7(月)・14(月)・21(祝)
・22(火)・28(月)

8月
4(月)・11(祝)・12(火)・
18(月)・25(月)

こばと館講習会

こばと館講習会参加者を募集します。楽しく、気軽に参加できる内容です。詳しくは、表をご覧ください。

目表のとおり
費材料費のみ
申左表のとおり（電話可）

こばと館講習会参加者を募集します。楽しく、気軽に参加できる内容です。詳しくは、表をご覧ください。

手話通訳者・要約筆記者派遣事務所

〒343-0813 越ヶ谷4-1-1（こばと館内）
☎(966)4593
✉syuwadkoshigaya-syakyo.com

休館日 日曜日、月曜日、祝日

手話通訳者・要約筆記者派遣事務所

基礎編の受講者募集

手話で簡単な会話ができる方を対象に、日常会話で使用する手話や聴覚障がいに関することを学びます。

聴覚に障がいのある講師が、楽しく、わかりやすく指導します。手話に興味のある方は、奮って応募ください。

日 9月19日（令和8年3月27日）
（毎週金曜日、全23回）

障害者就労訓練施設「しらこばと」

〒343-0011 増林5830-4
☎(965)6594 FAX(965)6597
（指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」）
休館日 祝日
☎(965)6541 FAX(960)5518
（指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」）

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」体験実習のご案内

障がいのある方で、就職や訓練を希望しているものの自信がない方、迷っている方、今まで外出しづらく家にこもりがちの方、しらこばとでの就労訓練を気軽に体験してみませんか。体験日数は、3日間ほどで無理なく始められます。

一歩踏み出したい気持ちを大切にし、寄り添い、応援します。見学も随時受け付けています。

日 7月1日（火）から10月31日（金）までの3日間程度（土・日・祝日を除く）
時 午前9時から午後4時30分まで
※日時については、ご希望を伺います。

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」体験実習のご案内

障がいのある方で、就職や訓練を希望しているものの自信がない方、迷っている方、今まで外出しづらく家にこもりがちの方、しらこばとでの就労訓練を気軽に体験してみませんか。体験日数は、3日間ほどで無理なく始められます。

一歩踏み出したい気持ちを大切にし、寄り添い、応援します。見学も随時受け付けています。

日 7月1日（火）から10月31日（金）までの3日間程度（土・日・祝日を除く）
時 午前9時から午後4時30分まで
※日時については、ご希望を伺います。

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」体験実習のご案内

障がいのある方で、就職や訓練を希望しているものの自信がない方、迷っている方、今まで外出しづらく家にこもりがちの方、しらこばとでの就労訓練を気軽に体験してみませんか。体験日数は、3日間ほどで無理なく始められます。

一歩踏み出したい気持ちを大切にし、寄り添い、応援します。見学も随時受け付けています。

日 7月1日（火）から10月31日（金）までの3日間程度（土・日・祝日を除く）
時 午前9時から午後4時30分まで
※日時については、ご希望を伺います。

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」

〒(965)6541

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」体験実習のご案内

障がいのある方で、就職や訓練を希望しているものの自信がない方、迷っている方、今まで外出しづらく家にこもりがちの方、しらこばとでの就労訓練を気軽に体験してみませんか。体験日数は、3日間ほどで無理なく始められます。

一歩踏み出したい気持ちを大切にし、寄り添い、応援します。見学も随時受け付けています。

日 7月1日（火）から10月31日（金）までの3日間程度（土・日・祝日を除く）
時 午前9時から午後4時30分まで
※日時については、ご希望を伺います。

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」体験実習のご案内

障がいのある方で、就職や訓練を希望しているものの自信がない方、迷っている方、今まで外出しづらく家にこもりがちの方、しらこばとでの就労訓練を気軽に体験してみませんか。体験日数は、3日間ほどで無理なく始められます。

一歩踏み出したい気持ちを大切にし、寄り添い、応援します。見学も随時受け付けています。

日 7月1日（火）から10月31日（金）までの3日間程度（土・日・祝日を除く）
時 午前9時から午後4時30分まで
※日時については、ご希望を伺います。

指定障害福祉サービス事業所「しらこばと」体験実習のご案内

障がいのある方で、就職や訓練を希望しているものの自信がない方、迷っている方、今まで外出しづらく家にこもりがちの方、しらこばとでの就労訓練を気軽に体験してみませんか。体験日数は、3日間ほどで無理なく始められます。

一歩踏み出したい気持ちを大切にし、寄り添い、応援します。見学も随時受け付けています。

日 7月1日（火）から10月31日（金）までの3日間程度（土・日・祝日を除く）
時 午前9時から午後4時30分まで
※日時については、ご希望を伺います。

就労訓練施設しらこばと

【お仕事いろいろサポート】

No.	講習名	開催日	時間	定員	内容	申込方法
1	お仕事いろいろサポート	令和8年3月31日（火）までの休館日を除き、毎日実施	午前9時から午後4時までの間で1講座1時間から1時間30分程度	同日時に1人	就労に関するご相談に対し、一緒に考えサポートします。 ・市販のソフトを使用したパソコン練習（ワード、エクセル等） ・履歴書の書き方 ・模擬面接などの面接対策 ・ワークサンプル幕張版（MWS）の体験 ・障がい者の就労先について、どのようなところがあるのか知りたい等の疑問にお答えしたり、見学に同行します。 *パソコン練習については、自己学習になります。部分的には支援者が教えます。	直接、障害者就労訓練施設しらこばとへ申込み（電話可） *希望日時をお伝えください。

お仕事いろいろサポート

対就労意欲がある18歳以上の障がいのある方

費無料

申要予約（左表のとおり）

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

7月・8月の休館日

7月 7(月)・14(月)・22(火)・28(月)

8月 4(月)・12(火)・18(月)・25(月)

一部ご利用になれない日

【温水プール】9月1日(月)～30日(火)終日(予定) *東埼玉資源環境組合の施設点検による温水供給停止およびプール修繕のため

【トレーニングルームシャワー】9月1日(月)～17日(火)終日

*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、ホームページをご覧ください。

費 ◆温水プール……………1回600円
アクアダンスおよび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越谷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あらかじめご了承ください。

令和7年度 InBody・シセイカルテ 測定会

日 7月11日(金)・13日(日) 1日3回開催
1回目 午前10時～正午
2回目 午後1時～3時
3回目 午後4時～5時30分
場 1階ロビー 対 18歳以上の方
定 30分単位/各3人

内 InBodyでは身体の構成を、シセイカルテでは体のゆがみを測定し、結果のアドバイスをを行います。
費 500円(InBodyまたはシセイカルテのみご希望の方は300円)
申 当日開催前までに費用を添えて越谷市民プール総合受付へ（電話不可、申込み順）
*InBodyについては、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。

温水プール

教室名

毎週曜日

日程

時間

1 アクアダンス 45min 火 7/1、8 14:00～14:45

2 クロール初級 7/2、9 10:30～11:30

3 平泳ぎ教室 水 7/2、9 14:00～15:00

4 バタフライ教室 7/2、9 16:15～17:15

5 ステップアップクロール 木 7/3、10 10:30～11:30

6 Let'sアクアビクス 45min 7/3、10 14:00～14:45

7 クロール教室 7/4、11 14:00～15:00

8 4泳法教室 金 通年 16:15～17:15

9 チャレンジスイム 7/4、11 19:15～20:15

多目的ホール

1 カキラ 火 19:00～20:00

2 引き締めサーキット 木 19:00～20:00

3 ピラティス 金 18:00～19:00

4 ストレッチ ヨーガ 土 17:00～18:00

5 キックボクシングエクササイズ 日 17:00～18:00

カキラは7/22と8/12休講

令和7年度 InBody・シセイカルテ 測定会

日 7月11日(金)・13日(日) 1日3回開催
1回目 午前10時～正午
2回目 午後1時～3時
3回目 午後4時～5時30分
場 1階ロビー 対 18歳以上の方
定 30分単位/各3人

内 InBodyでは身体の構成を、シセイカルテでは体のゆがみを測定し、結果のアドバイスをを行います。
費 500円(InBodyまたはシセイカルテのみご希望の方は300円)
申 当日開催前までに費用を添えて越谷市民プール総合受付へ（電話不可、申込み順）
*InBodyについては、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。