



老人福祉センター

ひのき荘

～いきがいと交流～

開館時間

午前9時30分～午後4時

〒343-0827 川柳町 2-507-1

☎(973)7903

FAX(973)7904

1月・2月の休館日

1月

1(祝)・2(金)・3(土)・6(火)・13(火)・20(火)・27(火)・

2月

3(火)・10(火)・17(火)・24(火)

後期ひのきスクール

教室の内容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

費 ①②③無料

申 1月5日(月)から、開館時間内に本人がひのき荘へ(電話不可、申込み順)

* 1人1教室のみの申し込みとします。

* 持ち物や詳細は直接ひのき荘までお問い合わせください。

教室名	日 程	時 間	定員(人)
①ゲームで脳トレ ～中級編～	1/15、22、29、2/5、12 木曜日	13:30～15:00	10
②おとなのリトミック	1/21、2/4、18、3/4、18 水曜日	13:30～14:30	15
③ひのき終活講座	1/23、30、2/6、20、27 金曜日	10:00～12:00	15

第3期 ひのきスッキリ運動

日 1月24日～3月28日の毎週土曜日(全10回)

時 午前10時～11時

場 多目的ホール

対 市内に住所を有する60歳以上の方

定 30人

費 無料

内 快適な日常生活を維持するための運動。ピラティス、ボール運動、ウォーキング、リズム体操、かんたんエアロビクスなど

申 1月5日(月)午後1時30分～14日(火)の開館時間内に本人がひのき荘へ(電話申込み可)応募多数の場合は抽選。抽選結果は1月16日(金)午後1時30分から発表(電話問合せ可)

持 室内運動靴、タオル、飲み物

昭和歌謡コンサート

日 1月10日(土)

時 午後1時～3時

場 多目的ホール

対 市内に住所を有する60歳以上の方

定 50人

費 無料

内 クールミントウイングスによる演奏会

申 開演15分前より開場、直接会場へ



老人福祉センター

ゆりのき荘

～ふれあいと健康づくり～

開館時間

午前9時30分～午後4時

〒343-0011 増林 3-2-2

☎(992)6601

FAX(967)0012

1月・2月の休館日

1月

1(祝)・2(金)・3(土)・5(月)・13(火)・19(月)・26(月)

2月

2(月)・9(月)・16(月)・24(火)

一部ご利用になれない日

【浴室】1月4日(日)午前

※設備点検のため

後期ゆりのきスクール

教室の内容は下表のとおりです。

申 1月7日(火)～16日(金)の開館時間内に本人がゆりのき荘へ(電話不可・申込み順)

対 市内に住所を有する60歳以上の方

教室名	日 程	時 間	定員(人)	費 用
①「声ヨガ」 ～声で心を整え、えん下強化や声がれの予防～	1/31、2/7、14、28、3/7の土曜日(全5回)	10:00～11:30	10	無料
②「ペン字」 ～普段使いのペンで美文字をめざす～	2/7、14、21、28、3/7の土曜日(全5回)	13:00～15:00	15	無料
③「かぎ針編み」 ～暖かいショール～	1/21、28、2/4、11、25の水曜日(全5回)	10:00～12:00	10	3,500円(材料費)

シセイカルテ&運動教室(3期)

日 2月7日～3月21日の土曜日(全7回)

時 第1・7回 午後1時30分～3時
第2～6回午後1時30分～2時30分

場 多目的ホール

定 20人

費 200円

内 市内に住所を有する60歳以上の方

持 室内運動靴、タオル、飲み物

内 シセイカルテのアプリを使い全方向から全身を測定し、体のゆがみを矯正するための運動を行います。

申 1月20日(火)～25日(日)の開館時間内に本人がゆりのき荘へ(電話不可、応募多数の場合は抽選)

防犯講座

日 1月22日(木)

時 正午～午後1時

場 教養娯楽室

費 無料

対 市内に住所を有する60歳以上の方

内 高齢者を標的とした特殊詐欺等の犯罪被害の対策を学びます。


申 不要 当日会場へ



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



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。



* 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から当協議会のホームページをご覧ください。

第3期キッズプール教室

日時・定員・対象者は右表のとおり

内 初めのお子様也大歓迎
水慣れ、顔付け、潜る、浮く、バタ足を中心に教室を開催
ジュニアはクロールに挑戦！

費 全6回 6,000円

* 小学生は施設使用料が別途かかります。

申 1月14日(火)から教室開催前日まで午前9時から午後8時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。

* 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。

第3期ウォーキングAQUA

日 2月6、13、20、27、3月6、13、27日の金曜日(全7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 全7回 3,500円 * 施設使用料が別途かかります。

申 1月14日(火)から教室開催前日まで午前9時から午後8時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)

* 休講になる場合もあります。

2025年度 第3期キッズプール教室 日程一覧

	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	2月 7・14・21・28日 3月 7・14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	20	
	5 ジュニアコース			19:10～20:00	20	

広告

もしもの時、頼れる人はいますか？

葬送支援／火葬～納骨など


こんな不安を
解消しましょう

●身元保証について知りたい
●残される人に負担をかけたくない
●費用を知りたい(無料見積り)
●死後の手続きも任せたい

相談は無料です／訪問もできます

＼お悩み聞かせてください／
無料 個別相談会
1月16日(金) 27日(火)
「資料を持ち帰るだけ」も可能です
要予約
お電話ください

グループ代表 西本 代表は越谷育ち 地域密着で20年



お問い合わせ・ご相談はこちら

NPO法人 地域越谷市の
家族の看取り支援の会

提携 弁護士法人フロンティア法律事務所

〒343-0808 埼玉県越谷市赤山本町1-1 2F
アートライフグループ営業本部内

048-976-4200 平日のみ受付 9:30～17:30

アイコンの説明… 日▶日にち 時▶時間 場▶場所 対▶対象 定▶定員 内▶内容 費▶費用 申▶申込み 持▶持ち物 他▶その他