

植水シニア憩いの家だより

平成29年12月号

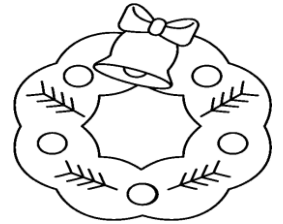


社会福祉法人
さいたま市社会福祉事業団
さいたま市植水老人憩いの家
さいたま市西区中野林174-1
TEL 048-625-1908
(植水児童センター内)

憩いの家は、さいたま市にお住まいの60歳以上の方がご利用いただける施設です
★…憩いの家事業 無印…団体利用

行事・団体カレンダー

日	曜日	午 前	午 後
1	金	団体利用 2月分申し込み開始 (20日まで)・1月分抽選日 10時30分～	
		卓球愛好会 9時30分～	★カラオケ会 13時30分～
		すこやか運動教室 10時～	
2	土		
3	日		
4	月		ヨガの会 13時30分～
5	火	ラージ卓球会 9時30分～	棋友サークル 13時～
			シニア太極拳 13時30分～
6	水		囲碁クラブ 13時～
7	木	うえみず民踊の会 9時30分～	
8	金		★カラオケ会 13時30分～
9	土		
10	日		
11	月		ヨガの会 13時30分～
12	火	ラージ卓球会 9時30分～	棋友サークル 13時～
			シニア太極拳 13時30分～
13	水	書峰会 9時30分～	囲碁クラブ 13時～
14	木	うえみず民踊の会 9時30分～	手話ダンスグループうえみず 14時～
15	金	卓球愛好会 9時30分～	
		★カラオケ会 (忘年会) 11時～	
16	土	植水老人クラブ協議会 9時30分～	植水老人クラブ協議会女性部 12時～
17	日		
18	月		ヨガの会 13時30分～
19	火	ラージ卓球会 9時30分～	棋友サークル 13時～
			シニア太極拳 13時30分～
20	水	書峰会 9時30分～	囲碁クラブ 13時～
21	木		
22	金		★カラオケ会 13時～
23	土	休館日 (天皇誕生日)	
24	日		
25	月		
26	火		棋友サークル 13時～
27	水		囲碁クラブ 13時～
28	木		
29	金	休館日 (12月29日～1月3日 年末年始休館日)	
30	土	休館日	
31	日	休館日	



【カラオケ会】

毎週金曜日

13時30分～15時

(第4・5週はリクエスト・13時～)

お気軽にお越しください

今月の歌

「冬酒場」

秋岡 秀治

【サークル紹介】

楽しんでます

ヨガの会

インド古来の健康法

「ヨガ」のビデオを

見ながら無理なく

体を動かしています

月曜日

13時30分～(予定)

除草作業

ご協力ありがとう

ございました

