

# 植水シニア憩いの家だより

## 平成30年8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	水	団体利用10月分申し込み開始(20日まで)・9月分抽選日	
			10時30分～
			囲碁クラブ
			13時～
2	木		
3	金		★カラオケ会
			13時30分～
4	土		
5	日		
6	月		ヨガの会
			13時30分～
7	火		棋友サークル
			13時～
8	水		囲碁クラブ
			13時～
9	木		
10	金		
11	土	休館日(山の日)	
12	日		
13	月		
14	火		棋友サークル
			13時～
15	水		囲碁クラブ
			13時～
16	木		
17	金	にこにこ体操	★カラオケ会
		10時～	13時30分～
18	土		植水老人クラブ協議会女性部
			12時～
19	日		
20	月		ヨガの会
			13時30分～
21	火		棋友サークル
			13時～
22	水		囲碁クラブ
			13時～
23	木		
24	金		★カラオケ会
			13時～
25	土		
26	日		
27	月		
28	火	ラージ卓球会	棋友サークル
		9時30分～	13時～
29	水		
30	木		
31	金	にこにこ体操	★カラオケ会
		10時～	13時～



### 【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～)

和気あいあい  
みんなの歌声  
ひびきます

お気軽に  
お越しください

### 【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)

