

植水シニア憩いの家だより

平成29年10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 | 日 | 団体利用12月分申し込み開始(20日まで)・11月分抽選日 10時30分～ | |
| 2 | 月 | | ヨガの会 13時30分～ |
| 3 | 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～ |
| 4 | 水 | | 囲碁クラブ 13時～ |
| 5 | 木 | | |
| 6 | 金 | 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30分～ | |
| 7 | 土 | | |
| 8 | 日 | | |
| 9 | 月 | 休館日(体育の日) | |
| 10 | 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～ |
| 11 | 水 | 書峰会 9時30分～ | 囲碁クラブ 13時～ |
| 12 | 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～ |
| | | 植水老人クラブ協議会 9時30分～ | |
| 13 | 金 | すこやか運動教室 10時30分～ | ★カラオケ会 13時30分～ |
| 14 | 土 | | |
| 15 | 日 | | |
| 16 | 月 | | ヨガの会 13時30分～ |
| 17 | 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～ |
| 18 | 水 | | 囲碁クラブ 13時～ |
| 19 | 木 | | |
| 20 | 金 | 卓球愛好会 9時30分～ | ★カラオケ会 13時30分～ |
| 21 | 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～ |
| 22 | 日 | | |
| 23 | 月 | | ヨガの会 13時30分～ |
| 24 | 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～ |
| 25 | 水 | 書峰会 9時30分～ | 囲碁クラブ 13時～ |
| | | | 手話ダンスグループうえみず 14時～ |
| 26 | 木 | うえみず民踊の会 9時30分～ | |
| 27 | 金 | | ★カラオケ会 13時～ |
| 28 | 土 | | |
| 29 | 日 | | |
| 30 | 月 | | |
| 31 | 火 | | |

【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

「紀ノ川旅情」

千葉 一夫

【サークル紹介】

～楽しんでます～

手話ダンス グループ うえみず

手話に簡単なステップをつけたダンスです。

男女問わず、見学・入会お待ちしております。

一緒に楽しみませんか

月2回 第2木曜日

第4水曜日

14時～(予定)

