

あずま荘だより

平成30年

2月号

さいたま市社会福祉事業団 老人福祉センターあずま荘
(シニアふれあいセンターあずま荘)

〒330-0841 さいたま市大宮区東町2-105 Tel. 048-642-1266 (FAX兼用)

(第333号)

暦の上ではすでに春。梅の花もつぼみがふくらみ始め

ましたが、依然厳しい寒さが続いています。

体調には十分気を付けてお過ごし下さい。

節分豆まき

(日時) 二月三日(土) 午後一時三十分～

皆様の健康を願って豆まきを行います。



参加者募集!

※ 詳しくは館内ポスターをご覧ください。

ひなまつり演芸大会

(日時) 三月二日(土) 午前十時～午後三時

(定員) 先着二十五組

(募集期間) 二月一日(木)～二月十八日(日)

ふれあい運動教室 体力測定

(日時) 三月一日(木) 午後二時～三時

(定員) 先着十五名

(申し込み受付) 二月六日(火)～



定例行事

交通安全教室(出前講座)

(日時) 二月十五日(木) 午後一時～一時四十五分

(講師) 埼玉県大宮警察署交通課

いきいき体操

(日時) 二月二十日(火) 午後二時三十分～三時

※簡単な体操やゲームを行います。

健康相談

(医師による血圧測定など)

(日時) 二日、九日、二十三日(金) 午後二時～

ダーツ会

(日時) 八日(木) 午後一時～

輪投げ会

(日時) 二十二日(木) 午後一時～

サロン

(ぬりえ、折り紙など)

(日時) 毎週(水) 午前十時～午後二時

楽しく卓球

(日時) 毎週(金) 午前九時～午後三時

ハンドセラピー

(日時) 毎月第三(水) 午前十時～十二時



2月の予定表 ~行事と団体利用~

日	月	火	水	木	金	土
 <p>2月3日は節分 午後1時30分より今年の年男、年女のお二方に 無病息災を願って豆まきをしていただきます。 多くの方のご参加をお願い致します！</p>				1	2 演芸大会受付開始 2/18まで たのしく卓球 9:00~3:00 健康相談 2:00~	3 節分豆まき 1:30~
4	5 休館日	6 浅一尺八会 みんなで歌おう 1:00~1:30	7 サロン 10:00~2:00	8 ダーツ会 1:00~	9 たのしく卓球 9:00~3:00 健康相談 2:00~	10 沖友会 なごみ会
11 休館日 建国記念日	12 休館日 振替休日	13	14 サロン 10:00~2:00	15 交通安全教室 (出前講座) 1:00~1:45	16 たのしく卓球 9:00~3:00	17
18 →	19 演芸大会受付終了 休館日	20 いきいき体操 2:30~3:00	21 サロン 10:00~2:00 ハンドセラピー 10:00~12:00	22 輪投げ会 1:00~	23 たのしく卓球 9:00~3:00 健康相談 2:00~	24 なごみ会
25	26 休館日	27 浅一尺八会	28 サロン 10:00~2:00	<div style="border: 1px dashed green; padding: 5px;"> <p>みんなで歌おう！</p> <p>今回のテーマは「冬の歌」です。 ‘たき火’や‘スキー’など、ほっこりとし た懐かしい歌で癒されませんか♡♡♡</p> </div>		

ふれあい運動教室 体力測定のご案内

平成30年度に白菊苑ふれあい運動教室があずま荘を会場に開催されます。
年12回の予定で、基本的に毎回出席可能な方の参加をお願いします。
それに先立ち、来る3月1日(木)に、参加希望の方の体力測定を行います。
申し込み受け 2月6日(火)から先着15名 ~みなさん、是非ご参加ください~



ふれあい運動教室 … さいたま市運動指導員、白菊苑職員、あずま荘職員による体操教室。事前・事後に体力測定を行い、月1回の体操を継続することで体力がどのくらい向上するか等を実感していただきます。

