



# 寿楽荘だより

令和2年

# 9月



さいたま市老人福祉センター寿楽荘（シニアふれあいセンター寿楽荘）  
さいたま市桜区下大久保727-1（電話/FAX 048-854-2800）

事業の一部再開をいたします。感染症拡大防止対策を十分に行いながら、進めてまいりますので、ご協力をお願いいたします。なお、感染状況によっては、事業の延期や中止をする場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## 頭の体操

問題配布:8日(火)~10日(木)

解答掲示:9日(水)~13日(日)

●受付にて問題を配布いたしますので、お持ち帰りになり、自宅でじっくり取り組まれてはいかがでしょうか？  
解答は館内に掲示いたします。

## やさしい筋トレ体操



26日(土)13:30~

自治会館集会室にて

●定員5名、9/1~予約受付開始。少人数なので無理なくマイペースで行えます。マスク、水分、汗拭きタオルをご持参ください。

## 健康相談

4日(金)、11日(金)、18日(金)

13:00~ 健康相談室にて

医師による血圧測定です。この機会にぜひ、ご活用ください。



## その他館内利用

- カラオケ…中止しております。
- 囲碁・将棋…一日一人一局となります。
- スカイウェル…受付にて利用カードを受け取ってください。
- 館内飲食…食事は指定の場所で11時~13時まで可能です。飲酒はできません。
- 送迎バス…通常通り運行しています。
- お風呂…10時~12時、13時~16時入浴可能ですが、一回30分毎の入れ替え制です。一回あたり6人まで入場可能です。



令和2年



# 寿楽荘9月の予定



| 日  | 月                  | 火                   | 水                 | 木  | 金          | 土                   |
|----|--------------------|---------------------|-------------------|----|------------|---------------------|
|    |                    | 1                   | 2                 | 3  | 4<br>健康相談  | 5                   |
| 6  | 7<br>休館日           | 8<br>頭の体操<br>       | 9<br>頭の体操<br>解答揭示 | 10 | 11<br>健康相談 | 12                  |
| 13 | 14<br>休館日          | 15<br>              | 16                | 17 | 18<br>健康相談 | 19                  |
| 20 | 21<br>敬老の日<br>(開館) | 22<br>休館日<br>(秋分の日) | 23                | 24 | 25         | 26<br>やさしい<br>筋トレ体操 |
| 27 | 28<br>休館日          | 29                  | 30                |    |            |                     |

## ◆団体利用について◆

### 9月は団体の利用はできません

一般団体は10月・11月、老人クラブは10月・11月・12月利用分の予約が可能ですが、利用月の社会状況によっては利用をお断りしたり、カラオケや飲食に制限を設ける場合がございます。ご理解とご協力をお願いいたします。

9月21日(月)は祝日ですが、敬老の日ということで、通常通り開館しております。どうぞ、ご利用ください。



長い梅雨、梅雨が明けたとたんの突然の猛暑、マスクを着けたままで過ごす暑い夏、と今年の夏は異例づくしの夏となりました。うがい、手洗い、消毒、マスク、ソーシャルディスタンスと新しい生活様式を意識し、一つ一つ丁寧に行いながら、元気に残暑を乗り切りましょう!