

# 寿楽荘だより

今年の春は、暑い日が多く、夏かと思うような気温の日もありましたが、体調はいかがでしょうか。梅雨の鬱陶しい時期でもありますが、気持ちは軽やかにいきたいですね。

平成30年6月号

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



## 認知症サポーター 養成講座(寿楽荘カフェ内)

20日(水)

13:30~14:30 自治会和室

寿楽荘カフェの中で講座を行います。

この機会に皆さんもぜひ、  
ご参加下さい。



## 介護予防運動

19日(火) 11:30~

今月の介護予防運動は、地域包括  
支援センター職員の  
健康講話となります。  
内容は館内掲示にて  
ご確認ください。



## 定例行事

### 健康相談

健康相談室にて

1(金)、15(金)、29(金)

6(水)、13(水)、20(水)

いずれも13時から

血圧測定等を行います。

健康維持にお役立て下さい。



### 頭の体操

広間にて

2(土)、16(土)、24(日)

12時30分~



### カラオケチャレンジウィーク

5(火)~10(日) ステージにて

カラオケの得点機能をお使いいただけます。日頃の  
練習の成果を試してみたいはいかがですか?  
十八番でトライ!!



### 整体ボランティア

健康相談室にて

6(水)、20(水) ※9時50分より抽選

10時~11時30分



平成 30 年



# 寿楽荘6月の予定



日	月	火	水	木	金	土
					1 健康相談	2 頭の体操
3	4 休館日	5	6 整体 健康相談	7	8	9
♪カラオケチャレンジウィーク♪						
10	11 休館日	12	13 健康相談	14	15 健康相談 <small>団体 西堀福寿 クラブ</small>	16 頭の体操
17 	18 休館日	19 介護予防 運動	20 整体 健康相談 寿楽荘 カフェ	21	22	23
24 頭の体操	25 休館日	26	27	28	29 健康相談	30

## おしえて!ジュラックス!

6月9日は何の日かご存知ですか?6と9の語呂合わせでロック(鍵)の日だそうです。我が家の鍵を見直す日ということで、今一度ご自宅の防犯を見直してみたいいかがですか?



## 休館のお知らせ

寿楽荘は大規模改修工事の実施に伴い、平成30年7月16日(月)~平成31年3月31日(日)休館を予定しています。ご不便をおかけしますがご了承下さい。