

仲本荘たより 令和2年2020年9月号

社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団
 さいたま市老人福祉センター仲本荘
 (シニアふれあいセンター仲本荘)
 住所 さいたま市浦和区東仲町28-15
 電話 048-762-8441

抽選 ●文化系講座のご案内・・・電話予約制：申込多数の場合、**抽選**で決定します。



講座名	実施日	定員	予約期間	内容
おりがみ講座	12(土)・25(金)	12名	9月1日 ~ 9月6日	『菊花飾り』を折ります。
手づくり講座	18(金)・27(日)	12名		『スタンド小物入れ』を作ります。
ぬり絵の時間	19(土)	18名		用意した図案の中から、好きなものを1枚選び、ぬり絵をお楽しみください。
おとなゲーム	15(火)	12名		楽しいゲームで気軽に脳トレをします。
映写会	21(月) (敬老の日)	18名		『駅馬車』(1939年・アメリカ 99分)

【入館時のお願い】

- ① シルバーカード等をご提示のうえ「入館利用者記録表」を記入していただきます。
- ② 体温を測ってからお越しください。
- ③ マスクの着用をお願いします。
- ④ 手指消毒、手洗いをお願いします。
- ⑤ 発熱・咳・のどの痛み・倦怠感のある方のご利用はご遠慮いただきます。
- ⑥ 麦茶の提供・冷水機の使用を停止しています。**水分をお持ちください。**

囲碁・将棋の日

毎週水曜日 / 第1・第3日曜日
 9:00~11:30、13:00~15:30

- お一人一回の対局をお願いします。
- 利用開始前、及び対局中、こまめな手指消毒をお願いします。
- 対戦中もマスクをはずさないよう、理解・ご協力をお願いいたします。

先着順 ●運動系講座のご案内・・・電話予約制：予約開始日から**先着順**です。

講座名	実施日	定員	予約開始日	内容
元気アップ体力測定・健康相談	10(木)	10名	9月 1日(水)~	シニアサポートセンター尚和園の保健師・看護師による個別健康相談や体力測定、日本調剤株式会社の薬剤師、栄養士による各種相談も受けられます。
健康体操	3(木)	15名	9月 1日(火)~	地域運動支援員による体操です。 持ち物：水分、室内履き
	17(木)	15名	9月 9日(水)~	
	10月1日(木)	15名	9月 23日(水)~	
ヨガ	29(火)	12名	9月 23日(水)~	ヨガ講師によるリラックスタイムです。持ち物：バスタオル、水分、室内履き

令和2年9月予定

日	月	火	水	木	金	土
講座はすべて、 <u>予約制</u> です。 受付電話：048-762-8441 受付時間：午前 10:00～午後 3:00		1	2 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	3 予約制 健康体操 10:15～11:15 (地域運動支援員)	4	5
6 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	7 休館日	8	9 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	10 予約制 元気アップ体力測定・ 健康相談 (受付9:20～9:50) 9:30～10:45	11	12 予約制 おりがみ講座 『菊花飾り』 10:15～11:15
13	14 休館日	15 予約制 おとなゲーム 10:15～11:00	16 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	17 予約制 健康体操 10:15～11:15 (地域運動支援員)	18 予約制 手づくり講座 『スタンド小物入れ』 10:15～11:15	19 予約制 ぬり絵の時間 10:15～11:15
20 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	21 敬老の日 予約制 映写会 10:00～12:00	22 休館日 (秋分の日)	23 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	24	25 予約制 おりがみ講座 『菊花飾り』 10:15～11:15	26
27 予約制 手づくり講座 『スタンド小物入れ』 10:15～11:15	28 休館日	29 予約制 ヨガ講座 10:15～11:00	30 囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30	●利用時間 午前 9:00～12:00 午後 13:00～16:00		



社会福祉法人
さいたま市社会福祉事業団

「あなたの笑顔、みんなのしあわせ」
http://www.saiichij.or.jp



サイのタマちゃん

※コロナウイルス感染拡大の状況により、予定を変更する場合があります。