

仲本荘たより

平成29年2017年8月号

手づくり講座

9(水)・25(金)・31(木) 10:15~11:30
 今月はアイリスフォールディングで、イルカや金魚などを作ります。
 ※定員は36名です。

おりがみ講座

4(金)・18(金) 10:15~11:30
 今月は『パイナップル』を折ります。
 今回の作品は、完成させるためには2回以上参加してください。
 ※7月中に2回実施済みです。
 ※定員は36名です。

保育園児との交流おりがみ

8(火) 10:15~11:30
 東仲町保育園の年長組さんとの交流事業です。
 保育園の子どもたちと一緒におりがみを楽しみましょう!!
 おりがみの作品は『当日のお楽しみ』です。

うたごえ広場

12(土)・26(土)
 ①10:15~11:25 ※①②どちらかに
 ②13:30~14:40 ご参加ください。
 ※定員は午前午後とも60名です。

映写会『武蔵野夫人』(1951年製作・日本)

27(日) ①10:00~ 同じ内容で
 ②13:30~ 2回上映します。

おとなゲーム

1(火) 10:15~11:15
 楽しいゲームで、頭の体操をしましょう!

健康体操 持ち物：室内履き、タオル、飲み物

3(木)・17(木)・24(木) 10:15~11:30
 3日・17日は、地域運動支援員による体操。
 24日は、仲本荘職員による体操。
 また、24日9:30~10:00の間、ハンドセラピー彩によるハンドセラピーのケアが受けられます。
 健康体操参加の前にいかがですか。

元気アップ体力測定・健康相談

10(木) 9:30~11:30(10:30 受付終了)
 シニアサポートセンター山本保健師による個別の健康相談や体力測定を行います。
 市民後見センターさいたまによる日常生活の不安やお困りごとなどについての生活サポート相談や、日本調剤株式会社薬剤師、栄養士による各種相談も受けられます。
 また、フロンティアによる体操も行います。

リズム体操 持ち物：室内履き、飲み物

5(土)・15(火)・20(日)
 ①10:15~11:15 ※①②どちらかに
 ②13:30~14:30 ご参加ください。
 馴染みある曲に合わせて身体を動かします!

ディスコンゲーム 持ち物：室内履き

16(水) 10:15~11:45
 チーム対戦で盛り上がりましょう!
 初めての方も大丈夫、お気軽にご参加ください。

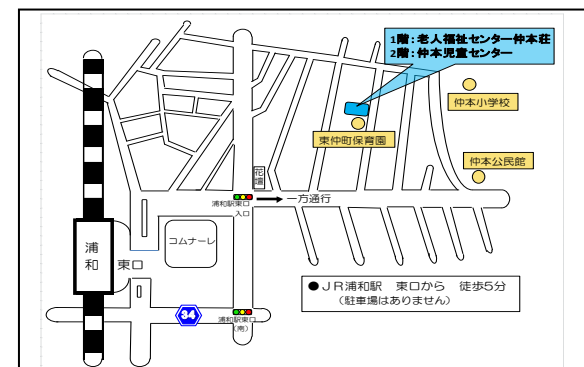
卓球の日

6(日)・13(日)・19(土)・29(火) 9:00~16:00
 混雑の場合は、30分交代です。

囲碁・将棋の日

9・16・23・30 水曜日 9:00~16:00
 それぞれ10セットずつ用意があります。
 2日水曜日は児童センターとの交流事業になります。

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



なかもと 交流の日

8月2日(水) 10:00~15:00
 (12:00~13:00は休憩)
 ○卓球ラリー大会!
 ○将棋・囲碁対決!
 ○こま・けん玉・お手玉など
 8月23日(水) 10:15~11:45
 ○合同マンカラ大会開催!

詳細は職員にお問合せください。
 世代を超えて楽しく過ごしましょう!!

【申込制の事業について】

★印の事業は、申込制です。申込日には、10:00にご本人が直接来館してください。希望者が多い場合は抽選となります。電話申込や代理の申込はできません。

★ヨガ 22(火) 10:15~11:30
 申込日: 15(水) 10:00 集合 定員 20名
 持ち物: 室内履き、バスタオル、飲み物

~お願い~

うたごえ広場、おりがみ、手づくり講座等に参加する際は、開始時間前にお越しください。定員を超えた場合や、講座の途中からの参加はお断りする場合があります。



平成29年8月の予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|------------------|--|---|---|--|---|
| | | 1 おとなゲーム 10:15~ | 2 なかもと 交流の日 第1弾 ※詳細は表面を ご覧ください。 | 3 健康体操 10:15~ <small>(地域運動支援員)</small> | 4 おりがみ講座 『パイナップル』 10:15~ | 5 リズム体操 ①10:15~ ②13:30~ |
| | | 6 卓球の日 | 7 休館日 | 8 保育園児との交流 おりがみ 『当日のお楽しみ』 10:15~ | 9 手づくり講座 『アイリスフォールディング』 10:15~ 囲碁・将棋の日 | 10 元気アップ体力測定 健康相談 9:30~ |
| 13 卓球の日 | 14 休館日 | 15 リズム体操 ①10:15~ ②13:30~ | 16 ディスクンゲーム 10:15~ 囲碁・将棋の日 | 17 健康体操 10:15~ <small>(地域運動支援員)</small> | 18 おりがみ講座 『パイナップル』 10:15~ | 19 卓球の日 |
| 20 リズム体操 ①10:15~ ②13:30~ | 21 休館日 | 22 申込制 ★ヨガ 10:15~ | 23 なかもと 交流の日 第2弾 合同マンカラ大会 10:15~ 囲碁・将棋の日 | 24 健康体操 10:15~ ※9:30~10:00 ハンドセラピーが 受けられます。 | 25 手づくり講座 『アイリスフォールディング』 10:15~ | 26 うたごえ広場 ①10:15~ ②13:30~ |
| 27 映写会 『モロッコ』 ①10:00~ ②13:30~ | 28 休館日 | 29 卓球の日 | 30 囲碁・将棋の日 | 31 手づくり講座 『アイリスフォールディング』 10:15~ | サイのたまちゃん <small>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」</small> <small>http://www.saitama-cw.jp</small> | |