

仲本荘たより 平成31年2019年2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

手づくりプレゼントプロジェクト

1(金) 10:15~11:45
市内の児童発達支援センターに通う子どもたちにプレゼントするために、『雛飾り』を作ってくれる参加者を大募集!!
※『雛飾り』は、おりがみ講座で作るものと同じものです。なお、この日はご自分の作品作りはできません。

手づくり講座

3(日)・22(金) 10:15~11:30
今月は『香りのドレス』を作ります。
※定員は36名です。

おりがみ講座

8(金)・16(土) 10:15~11:30
今月は『雛飾り』を折ります。
※定員は36名です。

うたごえ広場

9(土)・23(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。

おとなゲーム

6(水)・15(金) 10:15~11:15
楽しいゲームで、気軽に脳トレをしましょう!

映写会『父ありき』(1942年・日本)

24(日) ①10:00~12:00
②13:30~15:30

同じ内容で2回上映します。

健康体操 持ち物：室内履き、タオル、飲み物

7(木)・21(木)・28(木) 10:15~11:30
7日、21日は、地域運動支援員による体操。
28日は、仲本荘職員による体操。
また、28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。

元気アップ体力測定・健康相談

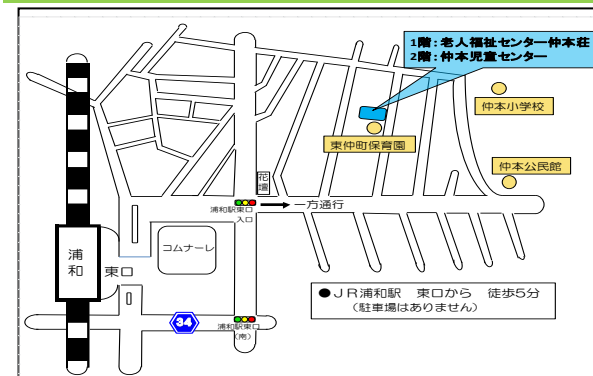
14(木) 9:30~11:30(10:30受付終了)
シニアサポートセンター尚和園の保健師・看護師による個別の健康相談や体力測定を行います。
市民後見センターさいたまによる日常生活の不安やお困りごとなどについての生活サポート相談や、日本調剤株式会社の薬剤師、栄養士による各種相談も受けられます。
また、日本ケアシステムによる体操も行います。

リズム体操 持ち物：室内履き、飲み物

5(火)・13(水) ①10:15~11:15 ※①②どちらかに
②13:30~14:30 ご参加ください。
19(火) 10:15~11:15
馴染みある曲に合わせて身体を動かします!
※第3回目は午前の部のみとなります。

ディスコンゲーム 持ち物：室内履き

20(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。

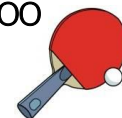


卓球の日

2(土)・10(日)・17(日) 9:00~16:00
混雑の場合は、15日分交代です。

囲碁・将棋の日

毎週水曜日 9:00~16:00
それぞれ10セットずつ用意があります。



【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。
※申込日翌日から、電話でも受付ができます。

★ヨガ 26(火) 10:15~11:30
申込日: 19(火) 10:00 集合 定員20名
持ち物: 室内履き、バスタオル、飲み物

★バランスボール 27(水) 11:00~11:45
申込日 20(水) 10:00 集合 定員16名
持ち物: 室内履き、バスタオル、飲み物

★絵手紙講座 3/5(火) 10:15~11:30
申込日 2/26(火) 10:00 集合 定員12名
持ち物: 画材、筆記用具(絵手紙道具)
絵手紙の題材にするもの

~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31年2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
 <p>サイのタマちゃん</p> <p>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.sai-city.or.jp</p>					1 手作りプレゼント プロジェクト 10:15~11:45	2 卓球の日 9:00~16:00 
3 手づくり講座 『香りのドレス』 10:15~11:30	4 休館日	5 リズム体操 ①10:15~11:15 ②13:30~14:30	6 おとなゲーム 10:15~11:15 囲碁・将棋の日 	7 健康体操 10:15~11:30 (地域運動支援員)	8 おりがみ講座 『雛飾り』 10:15~11:30	9 うたごえ広場 ①10:15~11:25 ②13:30~14:40
10 卓球の日 9:00~16:00 	11 休館日 (建国記念日)	12 休館日	13 リズム体操 ①10:15~11:15 ②13:30~14:30 囲碁・将棋の日 	14 元気アップ体力測定・ 健康相談 9:30~11:30	15 おとなゲーム 10:15~11:15	16 おりがみ講座 『雛飾り』 10:15~11:30
17 卓球の日 9:00~16:00 	18 休館日	19 リズム体操 10:15~11:15 ※午前中のみ	20 ディスクンゲーム 10:15~11:45 囲碁・将棋の日 	21 健康体操 10:15~11:30 (地域運動支援員)	22 手づくり講座 『香りのドレス』 10:15~11:30	23 うたごえ広場 ①10:15~11:25 ②13:30~14:40
24 映写会 『父ありき』(邦画) ①10:00~12:00 ②13:30~15:30	25 休館日	26 申込制 ★ヨガ 10:15~11:30	27 申込制 ★バランスボール 11:00~11:45 囲碁・将棋の日 	28 健康体操 10:15~11:30 ※9:30~10:00 ハンドセラピーが 受けられます。	 <p>今年の恵方は、 東北東 です。</p>	