

# 仲本荘たより 平成30年2018年2月号

## 手づくり講座

10(土)・23(金) 10:15~11:30  
 今月は『雛飾り』を作ります。  
 ※定員は36名です。

## 手づくりプレゼントプロジェクト

16(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、手づくり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。

## おりがみ講座

9(金)・20(火) 10:15~11:30  
 今月は『花駒』を折ります。  
 ※定員は36名です。

## うたごえ広場

4(日)・24(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

2(金)・13(火) 10:15~11:15  
 楽しいゲームで、頭の体操をしましょう!

## 映写会 『紳士は金髪がお好き』(1953年・アメリカ)

25(日) ①10:00~ 同じ内容で  
 ②13:30~ 2回上映します。

## 健康体操 持ち物：室内履き、タオル、飲み物

1(木)・15(木)・22(木) 10:15~11:30  
 1日、15日は、地域運動支援員による体操。  
 22日は、仲本荘職員による体操。  
 また、22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

8(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。

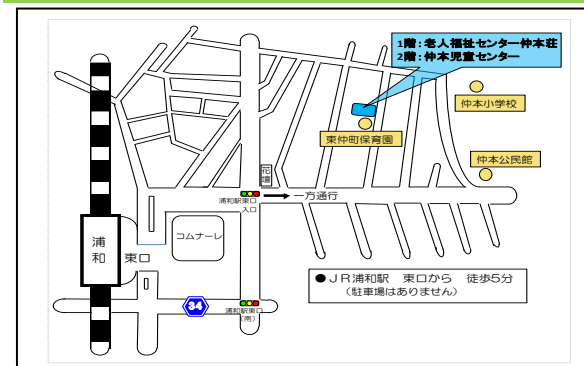
## リズム体操 持ち物：室内履き、飲み物

6(火)・14(水)・18(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!

## ディスコゲーム 持ち物：室内履き

21(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。

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



## 卓球の日

3(土)・7(水)・17(土) 9:00~16:00  
 混雑の場合は、30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。電話申込や代理の申込はできません。

★ヨガ 27(火) 10:15~11:30  
 申込日: 20(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 28(水) 11:00~11:45  
 申込日: 21(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 3/6(火) 10:15~11:30  
 申込日: 2/27(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30年2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
 <p><b>サイのたまちゃん</b></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.saiichy-j.or.jp</p>				<b>1</b> 健康体操 10:15~ (地域運動支援員)	<b>2</b> おとなゲーム 10:15~	<b>3</b> 卓球の日
<b>4</b> うたごえ広場 ①10:15~ ②13:30~	<b>5</b> 休館日	<b>6</b> リズム体操 ①10:15~ ②13:30~	<b>7</b> 卓球の日 ..... 囲碁・将棋の日	<b>8</b> 元気アップ体力測定 健康相談 9:30~	<b>9</b> おりがみ講座 『花駒』 10:15~	<b>10</b> 手づくり講座 『雛飾り』 10:15~
<b>11</b> 休館日 (建国記念の日)	<b>12</b> 休館日 (振替休日)	<b>13</b> おとなゲーム 10:15~	<b>14</b> リズム体操 ①10:15~ ②13:30~ ..... 囲碁・将棋の日	<b>15</b> 健康体操 10:15~ (地域運動支援員)	<b>16</b> 手作りプレゼント プロジェクト 10:15~11:45	<b>17</b> 卓球の日
<b>18</b> リズム体操 ①10:15~ ②13:30~	<b>19</b> 休館日	<b>20</b> おりがみ講座 『花駒』 10:15~	<b>21</b> ディスコンゲーム 10:15~ ..... 囲碁・将棋の日	<b>22</b> 健康体操 10:15~ 〔※9:30~10:00 ハンドセラピーが 受けられます。〕	<b>23</b> 手づくり講座 『雛飾り』 10:15~	<b>24</b> うたごえ広場 ①10:15~ ②13:30~
<b>25</b> 映写会 『紳士は金髪がお好き』 ①10:00~ ②13:30~	<b>26</b> 休館日	<b>27</b> <b>申込制</b> ★ヨガ 10:15~	<b>28</b> <b>申込制</b> ★バランスボール 11:00~ ..... 囲碁・将棋の日	<b>今年の恵方は、南南東 です。</b> 		