

# 植水シニア憩いの家だより

## 令和8年7月号



発行日 令和8年7月1日

発行元 社会福祉法人

さいたま市社会福祉事業団

さいたま市植水シニア憩いの家

住所 さいたま市西区中野林 174-1

電話 048(625)1908

さいたま市在中の60歳以上の方に無料でご利用いただけます。

### 【団体利用について】

- **利用時間** ※変更が生じる場合もございます。施設にお問合わせください。  
午前9時から午後6時までご利用いただけます。

趣味のサークル活動（手芸  
工作・楽器演奏・ダンス等）  
にもご利用  
いただけます。



### 【Instagramはじめました】

憩いの家のイベントや活動の様子などをInstagramでお届けします。一度、ご覧ください。



### 【定例事業について】

#### 健康体操

日時：7月2日・9日

10:30~11:00 ※裏面カレンダー★印

内容：ラジオ体操やレクダンスを行います。ご自分のお身体の調子に合わせて、無理のない範囲で気持ちよく行いましょう♪

実施場所：ふれあいの間

※開催についてのお問合わせは、植水シニア憩いの家まで  
9時~17時まで ☎048(625)1908

毎週  
木曜日



### 【休館日】

7月20日(月)

海の日



### 【個人利用のご案内】

友人とおしゃべりをする場がほしい

広い部屋、机でゆっくり作業をしたいなど

→そんな時はぜひ、憩いの家をご利用ください！

併せて、裏面の行事・団体カレンダーの空いている日をご確認の上、お問い合わせください。



『社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団では、法人・団体・地域の皆さまからの寄附金の受付を行っています。皆さまからの寄附金は、当事業団の行う社会福祉事業への大きな支援となっております。寄附をいただいたご支援者様の声を法人経営に活かすため、寄附をいただいたご支援者様へは、施設見学、行事へのご案内をさせていただきます（※障害者施設が対象となります）。また、1口5万円以上の寄附をいただいたご支援者様へは、返礼品としてささやかではありますが、施設利用者の作った授産製品をお送りさせていただきます。多くの皆様のご支援、ご援助を心よりお願い申し上げます。』



# 令和8年7月 行事・団体カレンダー



日	曜日	午前		午後	
		団体利用9月分申し込み開始 8月分抽選日			
1	水			囲碁クラブ	13:00~
2	木	★健康体操	10:30~		
3	金				
4	土				
5	日				
6	月	にこにこ体操	10:00~		
7	火			棋友サークル	13:00~
8	水			囲碁クラブ	13:00~
9	木	★健康体操	10:30~		
10	金				
11	土				
12	日				
13	月	にこにこ体操	10:00~		
14	火			棋友サークル	13:00~
15	水			囲碁クラブ	13:00~
16	木				
17	金	にこにこ体操	10:00~		
18	土				
19	日				
20	月	海の日 休館			
21	火			棋友サークル	13:00~
22	水			囲碁クラブ	13:00~
23	木				
24	金	にこにこ体操	10:00~		
25	土				
26	日				
27	月				
28	火			棋友サークル	13:00~
29	水				
30	木				
31	金				

★…憩いの家事業  
無印…団体利用

**会員募集**  
**【サークル紹介】**  
★…憩いの家事業  
無印…団体利用

**にこにこ体操**  
いきいき百歳体操を  
実施しています。  
**男女問わず見学・入  
会お待ちしております。**



**憩いの家事業**  
**【★健康体操】**

**毎週木曜日**  
**10時30分~**  
**30分~40分程度**  
実施予定  
雨の日も実施します。

