植水シニア憩いの家だより

令和８年１１月号



発行日　令和８年１１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。

９：00 から 18：00 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。



【定例事業について】



健康体操（毎週木曜日）

日時：１１月５日・１２日・１９日・２６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。ご自身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

☎048－625－1908　9：00～17：00 まで

『自転車の安全な乗り方・フレイル予防』の講話と軽体操

講師:地域包括支援センターくるみ主任介護支援専門員

１２月３日（木）
10 時００分～11 時００分

【実施場所】ふれあいの間
【申込み】１１月２４日（火）～ １２月２日（水）
【定員】１２名

植水シニア憩いの家に直接お申込み下さい。

☎048－625－1908　9：00～17：00 まで



【休館日のお知らせ】

１１月２３日(月)
勤労感謝の日

※11 月 3 日(火)「文化の日」は開館しています。



【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！

部屋が空いている日をおたずねになりたい方はお気軽にご連絡ください。

※　貸し出し時間は、最大 3 時間までとなります。

☎048－625－1908　9：00～17：00 まで



『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１１月　行事・団体カレンダー

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

★…憩いの家事業
無印…団体利用
会員募集

棋友サークル

将棋はやれば面白さが分かる遊びです。

６０歳～７０歳の方も見学・入会男女問わず大歓迎です！

毎週火曜日
13 時 00 分



囲碁クラブ

静寂な空気の中、碁石の音が響きます。**見学・入会男女問わず大歓迎です！**

毎週水曜日
13 時 00 分



インスタグラム
やってます！

憩いの家のイベントや活動の様子などをインスタグラムでお届けします。