



令和8年6月号

寿楽荘たより

ホームページ
はこちらから
ご覧ください



さいたま市老人福祉センター寿楽荘 (シニアふれあいセンター寿楽荘)

〒338-0825 さいたま市桜区下大久保 727-1 電話/FAX 048-854-2800

指定管理者：さいたま市社会福祉事業団 <https://www.saicity-j.or.jp/>

『あなたの笑顔みんなの幸せ』

『スマホ相談会』6月10日(水)10:00～13:00 場所:自治会館



スマートフォンの操作に関するお困りごとを解決します！

相談員は、市のボランティアの方が努めます。スマートフォンをお持ちでない方は貸し出しスマホで操作体験もできます。 ※希望者は受付にお申し出ください。

『みんなで歌おう』6月24日(水)14:05～15:00 場所:大広間



いつもは一人で、またはデュエットでカラオケを楽しまれていますが、たまには、みんなで同じ曲を一緒に歌ってみませんか？ ※当日はカラオケは14:00までとなります。

内容:カラオケを使用して参加者全員で同じ曲を一緒に歌いましょう。全部で5曲位を予定しています。

事前に歌いたい曲を募集します。みんなで歌える曲に限ります。

歌の募集期間は6月11日(木)～17日(水)です。 ※希望者は受付にお申し出ください。

おめざ体操

毎日9:40～と15:00頃、広間にてかんたんな体操を行っています。

♪今月の曲は「おさななじみ」です。

頭の体操

6月2日(火)～4日(木)

受付で脳トレの問題用紙を配付します。

解答は3日(水)より5日間、館内に掲示します。

ゲームの日(eスポーツ)

6月6日(土) 午前9:30～9:50

午後14:00～14:40頃

午前はミニゲーム、午後はボウリング(どちらともテレビゲームです)を予定しています。

やさしい筋トレ体操

6月27日(土)13:30～14:30

健康に関する講話と、それに関連した筋トレ体操を行っています。定員20名(先着順)です。

6/2日(火)～6/19日(金)、受付にて申し込みを受け付けます。

介護予防運動

6月17日(水)9:15～9:45

広間にて、在宅支援センター職員による簡単な運動や頭の体操、ラジオ体操などを行っています。

寿楽荘6月の予定

開館時間 午前9時～午後5時

スカイウェル利用時間 午前9時～午後5時

休館日 月曜 祝日 年末年始

食堂利用時間 午前11時～午後2時

浴室利用時間 午前10時～午後4時

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 頭の体操	3 頭の体操 解答揭示	4	5	☆6 ゲームの日 9:30～9:50 14:00～14:40
7	8 休館日	9	10 スマホ相談会 10:00～13:00	11	12	13 
14	15 休館日	16	17 介護予防運動 9:15～9:45	18	19	20 
21	22 休館日	★23	★24 みんなで歌おう 14:05～15:00	★25	26	27 やさしい 筋トレ体操 13:30～14:30
28 	29 休館日	30	実習生が来ます。 ☆6/6(土)埼玉県立大学 ★6/23日(火)、24日(水)、25日(木)人間総合科学大学 看護学生が寿楽荘で実習をします。 よろしくお願ひします。			

○入館方法

受付にてさいたま市発行のシルバーカードまたはマイナカードなどの身分証明書をご提示ください。

○初めて利用する方、見学ご希望の方へ

ご案内させていただきますので、受付までお声掛けください。

※寿楽荘では、皆様と職員の健康を守るため、感染症への感染予防の観点から職員のマスク着用を継続しております。