いこい荘だより

2026年 12月

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いこい荘
（シニアふれあいセンターいこい荘）
さいたま市中央区下落合５－１１－１２
ＴＥＬ／ＦＡＸ　０４８－８５３－６８６８
https://www.saicity-j.or.jp/facility/k-rikoi/
Ｘ（SNS）やってます!!　@Senior_FureCen

年内は、12月27日(日)が最後です
年始は、1月5日(火)からです。

12月	1月
28（月）休	1（金）休
29（火）休	2（土）休
30（水）休	3（日）休
31（木）休	4（月）休

ぬり絵

[日時] 1日(火)～10日(木)
終日
[場所] 1階ロビー
[内容] 好きな絵を選んで、
色をぬりましょう！

アウトリーチコンサート

[日時]3日(木) 午後1:30～2:30
[場所] 2階大広間
[申込] 不要
[演者]「風姿花伝」
女性2人のユニット
[内容] 篠笛と箏の演奏会です。

スマホ相談コーナー

[日時]10日(木)
午前10:00～12:00
[場所] 1階ロビー
[申込] 不要
地域ICTクラブさくらの方
による、スマホ相談です。



いこい荘運動教室

[日時]11日(金)、25日(金)
午後1:30～3:00
[場所] 2階大広間
[定員] 15名程度
[申込] 不要
[内容] 地域運動支援員の方の
運動教室です。



紙芝居

[日時]15日(火)
午前11:00～11:30
[場所] 1階機能回復室
[内容]「ゆめのはこ」に
よる紙芝居の上演です。



避難訓練

[日時]15日(火)
午後2:00～3:00
[場所] 館内
[内容]消防隊員立会いの
もと、避難訓練を行います。



（仮）健康クラブ

名称募集中!!

[日時]17日(木)
午後1:30～2:30
[場所] 2階大広間 [定員] 15名程度
[申込] 不要
[内容] eスポーツ(TVゲーム)と体操
を予定しています。



健康相談

[日時]18日(金)
午前10:30～午後2:30
[場所] 1階健康相談室
[内容] 保健師さんによる
血圧測定や健康相談です。

かやの木販売会

[日時]18日(金)
午前10:00～11:00
[場所] 1階ロビー
[内容] さをり織りの
小物とクッキーの販売
です。

工作（お正月飾り）

[日時]23日(水)、24日(木)
10:30開始　遅れないように来てください
[場所] 2階第1和室
[定員] 各日先着8名
[申込] 12月18日(金)まで
[内容]折り紙で作るお正月飾り

脳トレ

[日時]26日(土)　終日
[場所] 1階ロビー
[内容] 脳トレの問題を
配付します。
答えは翌日以降に確認
できます。



2026年 12月の予定

浴室利用時間：午前10:00～午後4:00　マッサージ器・電位治療器利用時間：午前9:00～午後4:35
カラオケ利用時間：午前の部　午前10:20～午前12:00　／　午後の部　午後1:20～午後3:00

日	月	火	水	木	金	土
	ラジオ体操 **開館日毎日** **午前9時50分** **1階　ロビー** 	1 ぬり絵 （1日～10日） カラオケ 午前 ○ 午後 ×	2 カラオケ 午前 ○ 午後 ○	3 アウトリーチコンサート カラオケ 午前 × 午後 ×	4 カラオケ 午前 × 午後 ○	5
6	7 休館日	8 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	9 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	10 スマホ相談コーナー カラオケ 午前 ○ 午後 ○	11 いこい荘運動教室 カラオケ 午前 × 午後 ×	12
13	14 休館日	15 紙芝居 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	16 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	17 健康クラブ カラオケ 午前 ○ 午後 ×	18 健康相談 かやの木販売会 カラオケ 午前 × 午後 ○	19
20	21 休館日	22 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	23 工作（お正月飾り） カラオケ 午前 × 午後 ○	24 工作（お正月飾り） カラオケ 午前 × 午後 ○	25 いこい荘運動教室 カラオケ 午前 × 午後 ×	26 脳トレ
27 年内最後の開館日です	28 休館日	29 休館日	30 休館日	31 休館日	**団体利用の申込について** 12月20日(日)～1月5日(火)は、 一般団体3月分　老人クラブ 4月分 お部屋の申込みを受け付けています。 抽選結果は、1月６日(水)発表です。	