

植水シニア憩いの家だより

令和8年5月号



発行日 令和8年5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歳以上の方が無料でご利用いただけます。

● **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。

9:00~18:00

● **利用方法**

- ① 受付で利用票に必要事項をご記入ください。
- ② 手洗い、手指消毒をお願いいたします。
- ③ 水分補給用の飲み物は個人でご用意ください。



※ 発熱・のどの痛み、倦怠感、体調不良の方はご利用をお控えください。



【定例事業について】

毎週
木曜日

健康体操



日時：5月7日・14日・21日・28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（雨天でも行います）

※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

5月3日(日)

憲法記念日



5月4日(月)

みどりの日



5月6日(水)

振替休日



※ 1日(金)「さいたま市民の日」・5日(火)「こどもの日」は開館しています。

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
ゆっくり音楽を聴きたい…

→そんな時はぜひ憩いの家
ご利用ください!



『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5月 行事・団体カレンダー



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

★…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

10:30~

ラジオ体操やレクダンス、簡単なゲームなど、30~40分程度の内容です。

雨天も実施します。

