

いこい荘だより

2026年



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



栄養講座

【日時】4日(火)
午後1:30~2:30

【場所】2階大広間

【定員】10名

【申込】事務室で申し込んでください。

【内容】管理栄養士による熱中症・夏バテ対策



スマホ相談コーナー

【日時】13日(木)
午前10:00~12:00

【場所】1階ロビー

【申込】不要

地域ICTクラブさくら所属の地域
ICTリーダによるスマホ相談



紙芝居

【日時】18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。



(仮)健康クラブ

【日時】20日(木)
午後1:30~2:30

【場所】2階大広間

【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。

名称募集中!!



健康相談

【日時】14日(金)
午前10:30~午後2:30

【場所】1階健康相談室

【内容】血圧測定や健康相談
ができます。



脳トレ

【日時】29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。



ぬり絵

【日時】1日(土)~9日(日)
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!



いこいシネマ

【対象】地域の皆さま
(年齢を問わず、どなたでもどうぞ)

【日時】

27日(木)午後 1:00~ 3:00頃

【場所】2階大広間

【定員】なし

『セカンド・コーラス』 字幕版

【日時】

28日(金)午後 1:00~ 3:00頃

【場所】2階大広間

【定員】なし

『裸の大將放浪記』



いこい荘だより

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	
2		3 休館日		4 栄養講座		5		6		7		8	
				カラオケ		カラオケ		カラオケ		カラオケ			
				午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後			
				× ×		○ ×		○ ○		○ ×			
9		10 休館日		11 休館日 (山の日)		12		13 スマホ相談コーナー		14 健康相談		15	
						カラオケ		カラオケ		カラオケ			
						午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後			
						○ ×		○ ○		× ×			
16		17 休館日		18 紙芝居		19		20 健康クラブ		21		22	
				カラオケ		カラオケ		カラオケ		カラオケ			
				午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後			
				○ ×		○ ○		○ ×		○ ×			
23		24 休館日		25		26		27 いこいシネマ 地域の皆さまも鑑賞できます		28 いこいシネマ 地域の皆さまも鑑賞できます		29 脳トレ	
				カラオケ		カラオケ		カラオケ		カラオケ			
				午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後		午 前 午 後			
				○ ×		○ ○		× ×		× ×			
30		31 休館日										団体利用の申込について 8月20日(木)～9月1日(火)は、 一般団体 11月分 老人クラブ 12月分 お部屋の申込みを受け付けています。 抽選結果は、9月2日(水)発表です。	