

# 片柳シニア憩いの家たより11月号



さいたま市片柳シニア憩いの家

さいたま市見沼区東新井710-78

048(687)4525

<https://www.saicity-j.or.jp/>

令和7年11月1日発行



社会福祉法人  
さいたま市社会福祉事業団  
あなたの笑顔、みんなのしあわせ

休館日のお知らせ  
23日(日) 勤労感謝の日  
24日(月) 振替休日  
※3日(月) 文化の日は開館します



公式ホームページ



エックス(旧Twitter)



地域包括支援センター敬寿園・片柳シニア憩いの家 共催事業

## 『毎日を元気に過ごすために ～これからの食生活を考えよう～』

定員18名

高齢期に気をつけるべき食事のポイント等をお話いただきます。当日はご質問にもお答えいただけます。

日時: 11月10日(月) 10:30~11:30

申込み: 11月1日(土) 9:00~ ※電話または直接事務室まで

講師: 埼玉県栄養士会 管理栄養士



## ◆ 運動教室 ◆

定員18名

日時: 11月17日(月) 10:30~11:30

申込み: 11月1日(土) 9:00~ ※電話または直接事務室まで

内容: 見沼区高齢介護課地域運動支援員による体操、脳トレなど

持ち物: 水筒(水分補給ができるもの)、上履き

定員: 18名(先着順になります)



実施日	
①	令和7年 5月19日
②	6月16日
③	7月14日
④	9月 8日
⑤	10月20日
⑥	11月17日
⑦	12月15日
⑧	令和8年 2月16日
⑨	3月16日

## スマートフォン教室(初級者編)

## 「スマホの基本と防災」

施設の二次元コード読み取り体験もあります。

日時: 12月3日(水) 10:00~12:00

申込み: 11月1日(土) 9:00~ ※電話または直接事務室まで

持ち物: スマートフォン、上履き又はスリッパ



定員20名

## リフレッシュ片柳

大好評!

日時: 毎週 月曜日 9:30~10:00

場所: 片柳シニア憩いの家

申込み不要

ラジオ体操 &

レクリエーションタイムでリフレッシュ!

元気をチャージしませんか?

持ち物: 水筒(水分補給ができるもの)、上履き

※ 申込みなしで参加できます。

※ 3日(月) 文化の日は実施します

※ 24日(月) は、お休みします

### 団体の利用申請方法について

- 利用月の2か月前の1日から利用の申込みを受付けます。  
申請用紙に記入の上、お申し込みください。  
(申請用紙は事務室でお渡しします)
- 利用の決定は、1ヵ月前の1日です。  
《例》1月の予約は11月1日より申請、12月1日に決定します。  
申請日が重なった場合は、調整後に決定いたします。
- 1か月に申請できる回数は4回までです。  
(決定日以降に空きがあれば追加予約可能です)
- 団体利用は午前・午後に入れ替え制になります。

みなさまからの寄附金の受付を行っています

児童センタースマイルサポーター

詳しくはこちらへ ⇒



今月の「ふらっと片柳」は  
休館のため、お休みです

令和7年11月憩いの家事業・団体利用予定表（10/22現在）

日	曜日	午 前		午 後	
1	土				
2	日				
3	月	リフレッシュ片柳（憩いの家事業）		ストレッチーズ⑥	
4	火	らくらく百歳体操⑧		囲碁の日（憩いの家事業）	
5	水	折り紙の会⑤			
6	木	憩い百歳⑫		囲碁研究会⑩	手芸の会⑦
7	金	友球会⑩		囲碁の日（憩いの家事業）	
8	土				
9	日	つつじヶ丘自治会⑯			
10	月	リフレッシュ片柳（憩いの家事業）		ストレッチーズ⑥	
11	火	らくらく百歳体操⑧		囲碁の日（憩いの家事業）	
12	水	花いかだ⑦	折り紙の会⑤	モーリー＆マユ②	
13	木			囲碁研究会⑩	針の山②
14	金			囲碁の日（憩いの家事業）	
15	土			ローズマリー⑥	
16	日	御蔵台自治会⑪			
17	月	リフレッシュ片柳（憩いの家事業）	運動教室⑱	ストレッチーズ⑥	
18	火	らくらく百歳体操⑧		囲碁の日（憩いの家事業）	
19	水	折り紙の会⑤			
20	木	憩い百歳⑫		囲碁研究会⑩	手芸の会⑦
21	金			囲碁の日（憩いの家事業）	
22	土				
23	日	休館日（勤労感謝の日）			
24	月	休館日（振替休日）			
25	火	らくらく百歳体操⑧		囲碁の日（憩いの家事業）	
26	水	折り紙の会⑤			
27	木			囲碁研究会⑩	
28	金	グリム童話を読む会③		囲碁の日（憩いの家事業）	
29	土				
30	日	つつじヶ丘自治会婦人部④⑩			

※ 卓球LBC 5. 12. 19. 26