

# 植水シニア憩いの家だより

## 令和8年4月号



発行日 令和8年4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歳以上の方に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。



4月の健康体操は、  
4月23日（木）  
から開始いたします。

毎週木曜日

【定例事業について】

### 健康体操



日時：4月23日・30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、無理なく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

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  
をご利用ください！



【休館日】

4月29日（水）

昭和の日



『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4月 行事・団体カレンダー

日	曜日	午 前	午 後
		<b>団体利用6月分申し込み開始 5月分抽選日</b>	
1	水		囲碁クラブ 13:00～
2	木		
3	金		
4	土		
5	日		
6	月	にこにこ体操 10:00～	
7	火		棋友サークル 13:00～
8	水		囲碁クラブ 13:00～
9	木		
10	金		
11	土		
12	日		
13	月	にこにこ体操 10:00～	
14	火		棋友サークル 13:00～
15	水		囲碁クラブ 13:00～
16	木		
17	金	にこにこ体操 10:00～	
18	土		
19	日		
20	月		
21	火		棋友サークル 13:00～
22	水		囲碁クラブ 13:00～
23	木	★健康体操 10:30～	
24	金	にこにこ体操 10:00～	
25	土		
26	日		
27	月		
28	火		棋友サークル 13:00～
29	水	<b>昭和の日 休館</b>	
30	木	★健康体操 10:30～	

★…憩いの家事業  
無印…団体利用

**会員募集**  
【サークル紹介】  
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**  
10時30分～  
30分～40分程度  
実施予定  
雨の日も実施します。

