植水シニア憩いの家だより

令和８年 12 月号



発行日　令和８年 12 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。

【団体利用について】

●**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 から 18：00 までご利用いただけます。

趣味のサークル活動（手芸・工作・楽器演奏・ダンス等）にもご利用いただけます。



『自転車の安全な乗り方・フレイル予防』の講話と軽体操

講師:地域包括支援センターくるみ
主任　介護支援専門員



12 月３日（木）
10 時００分～11 時００分

【実施場所】ふれあいの間
【申込み】11 月 24 日（火）～12 月２日(水)
【定　員】12 名
植水シニア憩いの家に直接お申込み下さい。
☎048－625－1908　９：00～17：00 まで



【シニアカフェ】オープン



お茶を飲みながらみんなでおしゃべりしませんか



12 月 17 日（木）
11 時００分～12 時 00 分

【実施場所】ふれあいの間
【申込み】12 月１日（火）～12 月 16 日(水)
【定　員】12 名
植水シニア憩いの家に直接お申込み下さい。
☎048－625－1908　９：00～17：00 まで

※お菓子や飲み物を用意しています。





【年末年始の休館日】

12 月 29 日（火）
～１月３日（日）



【個人利用のご案内】

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など
そんな時はぜひ、憩いの家をご利用ください！
部屋が空いている日をおたずねになりたい方はお気軽にご連絡ください。
※　ご利用時間は、最大３時間までとなります。
☎048－625－1908　９：00～17：00 まで



『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 12 月　行事・団体カレンダー

日	曜日	午　前		午　後	
		団体利用２月分申し込み開始　１月分抽選日			
1	火				
2	水			囲碁クラブ	13：00～
3	木	**講話と軽体操**	10：00～		
4	金				
5	土				
6	日				
7	月	にこにこ体操	10：00～		
8	火				
9	水			囲碁クラブ	13：00～
10	木	★健康体操	10：30～		
11	金				
12	土				
13	日				
14	月	にこにこ体操	10：00～		
15	火				
16	水			囲碁クラブ	13：00～
17	木	★健康体操 シニアカフェ	10：30～ 11：00～		
18	金	にこにこ体操	10：00～		
19	土				
20	日				
21	月				
22	火				
23	水			囲碁クラブ	13：00～
24	木				
25	金	にこにこ体操	10：00～		
26	土				
27	日				
28	月				
29	火	年末年始の休館日			
30	水	**12 月 29 日（火）～1 月 3 日（日）**			
31	木				

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・入会お待ちしています。



憩いの家事業
【★健康体操】
毎週木曜日
日時：12 月３日・10 日・17 日
10：30～11：00
職員による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。
実施場所：ふれあいの間
※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
※年始令和９年１月１４日(木)からスタートします。

インスタグラム
やってます！
憩いの家のイベントや活動の様子などをインスタグラムでお届けします。

UEMIZU_IKOI