



令和8年8月号



ホームページは
こちらからご覧
ください↓

寿楽荘たより



さいたま市老人福祉センター寿楽荘 (シニアふれあいセンター寿楽荘)
〒338-0825 さいたま市桜区下大久保 727-1 電話/FAX 048-854-2800
指定管理者: さいたま市社会福祉事業団 <https://www.saicity-j.or.jp/>
『あなたの笑顔みんなの幸せ』

おめざ体操

毎日9:40～と15:00頃、広間にてかんたんな
体操を行っています。
今月の曲は「サザエさん」です。



頭の体操

8月4日(火)～8月6日(木)
受付で脳トレの問題用紙を配付します。
解答は5日(水)より5日間、館内に掲示します。

ゲームの日(e スポーツ)

8月8日(土) 午前9:30～9:50
午後14:00～14:40頃
午前は大鼓の達人、午後はボウリング(どちらも
テレビゲームです)を予定しています。

やさしい筋トレ体操

8月22日(土)13:30～14:30
健康に関する講話と、それに関連した筋トレ体
操を行っています。定員20名(先着順)です。
8/1日(土)～ 8/16日(日)、受付にて申し込
みを受け付けます。

介護予防運動

8月26日(水)9:25～9:55
広間にて、在宅支援センター職員による簡単な
運動や頭の体操、ラジオ体操などを行っていま
す。

寿楽荘サロン

8月27日(木)14:10～15:10
定員20名 場所:大広間
内容:健康に役立つ講話

『スマホ相談会』

8月12日(水)10:00～13:00
場所:自治会館 第2集会室
スマートフォンの操作に関するお困りごとを解
決します!
相談員は、市のボランティアの方が勤めます。ス
マートフォンをお持ちでない方は貸し出しスマ
ホで操作体験もできます。
※希望者は受付にお申し出ください。

暑い日が続いています。こまめな水分
補給を心掛け、暑さを避けて引き続
き熱中症に気を付けていきましょう。



寿楽荘 8月の予定

開館時間 午前9時～午後5時

スカイウェル利用時間 午前9時～午後5時

休館日 月曜 祝日 年末年始

食堂利用時間 午前11時～午後2時

浴室利用時間 午前10時～午後4時

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 休館日	4 頭の体操	5 頭の体操 解答揭示	6	7	8 ゲームの日 9:30～9:50 14:00～14:40
9	10 休館日	11 休館日 (山の日)	12 スマホ相談会 10:00～13:00	13	14	15
16	17 休館日	18	19	20	21	22 やさしい 筋トレ体操 13:30～14:30
23 30	24 休館日 31 休館日	25	26 介護予防運動 9:25～9:55	27 寿楽荘サロン 14:10～15:10	28	29

施設のご利用について

○入館方法

受付にて、さいたま市発行のシルバーカードまたはマイナンバーカードなどの身分証明書をご提示ください。シルバーカードの裏面に緊急連絡先などの記入があるか、今一度ご確認ください。

○初めてご利用される方、見学ご希望の方へ

ご案内させていただきますので、受付までお気軽にお声掛けください。

※寿楽荘では、皆様と職員の健康を守るため、感染症への感染予防の観点から、職員のマスク着用を継続しております。