

# あずま荘だより 令和6年 8月号

シニアふれあいセンターあずま荘（老人福祉センターあずま荘）

第411号

〒330-0841 さいたま市大宮区東町2-105 TEL 048-642-1266 (FAX 兼用)

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」 <https://www.saicity-j.or.jp/>



事業団  
ホームページ  
QRコード

厳しい暑さが続いています。館内を涼しくして、皆様をお待ちしております。



## 健康講話

(日時) 8月28日(水) 11:00~12:00

(内容)

- 1 「熱中症対策」
- 2 「熱中症に負けない体づくり」

(場所) 集会室

(定員) 14人 ※ 申込み順

(講師)

シニアサポートセンター白菊苑

社会福祉士：斎藤さん

市内病院派遣：理学療法士



## 定例行事

### ●健康相談（医師による相談窓口）

<日時>

2、9、30日(金) 14:00~

定期的な血圧、身長、体重の計測、体のこと、先生に相談してみてもいいかがですか？

お気軽にどうぞ。



### ●eスポーツ（TVゲームで脳トレ）

<日時>

9日(金) 10:00~11:00

13日(火) 14:00~15:00

### ●サロン（塗り絵、脳トレゲーム等）

<日時>

7、14、21、28日

毎週(水) 9:00~16:00

### ●いきいき体操

<日時>

8日(木) 11:00~11:20

### ●たのしく卓球

<日時>

2、9、16、23、30日(金)

9:00~15:00



### ●ダーツ会

<日時>

29日(木) 11:00~



## 演芸大会 ~参加者募集~

(日時) 9月12日(木) 13:00 ~

(申込期間) 8月1日(木)~8月14日(水)

歌や踊りなど披露されたいみなさまのご参加をお待ちしています。

詳細はポスターでお伝えします。



## 映画上映会

日時 8月22日(木) 13:00 ~

映画上映会を開催します。

第3回カンヌ国際映画祭グランプリ受賞

## 「第三の男」



申込み不要、自由参加、途中退出可。

是非ご参加ください！

※当日の午後のカラオケは、中止です。

## みんなで歌おう

日時 8月7日(水) 13:00~13:30

カラオケも楽しいですが、懐かしの歌をみんなで歌いましょう。

曲目はお楽しみに！



## ふれあい運動教室 《参加者固定事業》

(日時) 8月21日(水)

14:30 ~ 15:30





# 8月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
<p>～ 今月のカラオケ変則日 ～</p> <p>7日 午後は14時から    8日 午前中止            21日 14時終了        22日 午後中止            28日 午前中止         29日 午前中止</p> <p>事業の状況等で、時間が前後することがあります。ご了承ください。</p>				1	2 たのしく卓球 9:00～15:00  健康相談 14:00～	3
4	5 休館日	6	7 サロン 9:00～16:00  みんなで歌おう 13:00～13:30	8 いきいき体操 (定員8名) 11:00～11:20	9 たのしく卓球 9:00～15:00  eスポーツ 10:00～11:00  健康相談 14:00～	10
11 休館日 山の日	12 休館日	13 eスポーツ 13:00～15:00	14 サロン 9:00～16:00	15	16 たのしく卓球 9:00～15:00	17
18	19 休館日	20	21 サロン 9:00～16:00  ふれあい運動教室 14:30～15:30	22 映画上映会 13:00～  〈会議室貸出〉 みどりの会 13:00～16:00	23 たのしく卓球 9:00～15:00	24
25 〈会議室貸出〉 沖友会 10:00～14:00	26 休館日	27	28 サロン 9:00～16:00  健康講話 11:00～12:00	29 ダーツ会 11:00～	30 たのしく卓球 9:00～15:00  健康相談 14:00～	31

## 各種事業(定員のある事業)の申し込み方法についてお知らせ

申込方法……来館時申込・電話申込可 (先着順とします)

申込開始日…事業実施月の月初日(今月は8月1日(木)です)

受付時間……9:00～17:00 TEL 048-642-1266



あずま荘  
ホームページ  
QRコード

都合により、変更となる場合がございます。