

植水シニア憩いの家だより

令和8年3月号



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。

発行日 令和8年3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

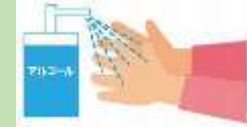
電話 048(625)1908

●**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 水分補給用のお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。

3月5日の健康体操は、消防署員立ち合いの避難訓練も実施いたします。水消火器を使った消火訓練も行います。ぜひ、ご参加ください



毎週木曜日

【定例事業について】

健康体操



日時：3月5日・12日

10:30~11:00 ※裏面カレンダー★印

④ 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

【午前休館】

3月6日（金）

定期清掃のため、午後1時から開館します。



【休館日】

3月20日（金）

春分の日



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！



『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3月 行事・団体カレンダー

日	曜日	午前	午後
		団体利用5月分申し込み開始 4月分抽選日	
1	日		
2	月	にこにこ体操	13:00~
3	火		棋友サークル 13:00~
4	水		囲碁クラブ 13:00~
5	木	★健康体操	10:30~
6	金		
7	土		
8	日		
9	月	にこにこ体操	10:00
10	火		棋友サークル 13:00~
11	水		囲碁クラブ 13:00~
12	木	★健康体操	10:30~
13	金	にこにこ体操	10:00~
14	土		植水地区社協 15:00~
15	日		植水地区社協 15:00~
16	月		
17	火		棋友サークル 13:00~
18	水		囲碁クラブ 13:00~
19	木		
20	金	春分の日 休館	
21	土		
22	日		
23	月		
24	火		棋友サークル 13:00~
25	水		囲碁クラブ 13:00~
26	木		
27	金	にこにこ体操	10:00~
28	土		
29	日		
30	月		
31	火		

★…憩いの家事業
無印…団体利用

【サークル紹介】 会員募集 囲碁クラブ

静寂な空気の中碁石の音が響きます。見学・入会男女問わず大歓迎です！

毎週水曜日
13時00分



棋友サークル

将棋はやれば面白さが分かる遊びです。

60歳～70歳の方も見学・入会男女問わず大歓迎です！

毎週火曜日
13時00分



【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。