

# あずま荘だより

令和6年  
10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）  
〒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/>



第413号  
事業団  
ホームページ  
QRコード

初秋の参道を散歩しながら、あずま荘に是非お立ち寄りください。

## 手作り教室 【参加者募集！】

～簡単テラリウム作り～ 小さい容器に植物を植えよう

(日時) 10日 (木)

13:00 ~ 15:00

(定員) 4人 申込順 (会場) 会議室

(費用) 200円

(参加申込) 9月24日(火) ~ 10月4日(金)

費用は当日お支払いください。

定員を超えた場合はキャンセル待ちとなります。

利用者登録をされていない方は、申し込みの際、  
連絡先を事務室にお伝えください。



## 定例行事

### ●健康相談 (医師による相談窓口)

<日時>

4、11、25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  
てはいかがでしょうか？お気軽に  
どうぞ。



### ●eスポーツ (TVゲームで脳トレ)

<日時>

8日(火) 14:00 ~ 15:00

11日(金) 10:00 ~ 11:00

### ●サロン (塗り絵、脳トレゲーム等)

<日時> 水曜開催

2、9、16、23、30日

9:00 ~ 16:00

### ●いきいき体操

<日時>

10日(木) 11:00 ~ 11:20

<定員>

8人 申込順



### ●たのしく卓球

<日時>

4、11、18、25日(金)

9:00 ~ 15:00



### ●輪投げ会

<日時>

31日(木) 11:00 ~

<定員>

8人 申込順



## 映画上映会

(日時) 24日(火) 13:00 ~

### 『私を野球に連れてって』

野球の愛唱歌でおなじみのミュージカル映画！

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、午後のカラオケは中止。



## ハンドセラピー

「NPO法人 ハンドセラピー・彩」のみなさまのご厚意により、月に1回ハンドセラピーを受ける機会を設けました。ご希望の方は申込用紙にご記名を。

リラクゼーションの時間をお過ごしください！

(日時) 毎月第1木曜日 10:30 ~ 12:00

(場所) 会議室

## 消費生活講話にご参加ください！

～消費トラブル、悪徳商法に備えを～

(講師) さいたま市消費生活総合センター

(日時) 22日(火) 14:00 ~ 15:00

(場所) 会議室

(参加申込) 1日(火) ~ 16日(水)



## ふれあい運動教室 《参加者固定事業》

(日時) 16日(水)

14:30 ~ 15:30





# 10月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2 サロン 9:00～16:00	3 ハンドセラピー 10:30～12:00	4 たのしく卓球 9:00～15:00  健康相談 14:00～	5
6	7 休館日	8 eスポーツ 14:00～15:00	9 サロン 9:00～16:00	10 いきいき体操 (定員8名) 11:00～11:20  手作り教室 13:00～15:00	11 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～	12
13	14 休館日	15 休館日 振替休日	16 サロン 9:00～16:00  ふれあい運動教室 14:30～15:30	17  ＜会議室貸出＞ みどりの会 13:00～16:00	18 たのしく卓球 9:00～15:00	19
20	21 休館日	22 消費生活講話 14:00～15:00	23 サロン 9:00～16:00	24 映画上映会 13:00～	25 たのしく卓球 9:00～15:00  健康相談 14:00～	26
27	28 休館日	29	30 サロン 9:00～16:00	31 輪投げ会 11:00～	 あすま荘 ホームページ QRコード	

### ～今月のカラオケ変則日～

- 10日 午前中止
  - 16日 14:00終了
  - 22日 午後中止
  - 24日 午後中止
  - 31日 午前中止
- 状況等で、時間が前後すること

### 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10月1日(火)です)
- 受付時間 . . . . . 9:00～17:00 TEL 048-642-1266

都合により、変更となる場合がございます。