

いこい荘だより

2025年



さいたま市社会福祉事業団 さいたま市老人福祉センターいこい荘
(シニアふれあいセンターいこい荘)
さいたま市中央区下落合5-11-12
TEL/FAX 048-853-6868
<https://www.saicity-j.or.jp/facility/k-rikoi/>
X (SNS) やってます!! @Senior_FureCen



いこい荘運動教室

[日時] 10日(金)、24日(金)
各日 午後1:30~3:00

[場所] 2階大広間 [定員] 15名程度

[内容] 地域運動支援員の方が指導して下さる運動教室です。楽しく体を動かしましょう♪

[申込] 不要です。お時間にいらしてください。



(仮)健康クラブ

名称募集中!!

[日時] 31日(金) 午後1:30~2:30頃

[場所] 2階大広間 [定員] 15名程度

[内容] 健康に関する活動を行います。

※皆さまのご意見を取り入れながら、内容は都度変わっていく予定です。

今回は、eスポーツ(脳トレのゲーム)と歌いながらの百歳体操(一部)を予定しています。

[申込] 不要です。お時間にいらしてください。



工作(シールでデコレーション)

受付そばに見本があります。デコレーションしたいもの(ペン立て、ノートなど)をお持ちいただいてもOK!!

[日時] 7日(火)~9(木)

各日 午前10:00~11:00/午後1:00~2:00

[場所] 1階ロビー

[申込] 不要です。お時間にいらしてください。

[内容] 見本を参考にしながら、シールを使ってクリアファイルにデコレーションします。クリアファイルは1日1枚差し上げます。



かやの木販売会

[日時] 21日(火)

午前10:00~11:00

[場所] 1階ロビー

[内容] さをり織りで作った小物と、クッキーの販売会です。ぜひお立ち寄りください!

おねがい

駐車場には限りがありますので、譲り合ってください。また、近隣施設の駐車場には止めないようお願いいたします。



脳トレ

[日時] 25日(土)終日

[場所] 1階ロビー

[内容] 問題を配布します。答えは翌日以降確認できます。



健康相談

事前予約を受付しています。(当日受付もできます。)職員へお声掛けください。

[日時] 17日(金)

午前10:30~午後2:30

[場所] 1階健康相談室

[内容] 血圧測定や健康相談ができます。



紙芝居

[日時] 21日(火)午前11:00~11:30

[場所] 1階機能回復室

[内容] 紙芝居サークル「ゆめのはこ」による紙芝居の上演です。タイトルは当日のお楽しみ♪

紙芝居サークル「ゆめのはこ」とは…大人の方に紙芝居を!という目標を持ち主に中央区で精力的に活動されている紙芝居のサークルです。



2025年10月の予定

浴室利用時間：午前10時～午後4時 マッサージ器・電位治療器利用時間：午前9時～午後4時35分

カラオケ利用時間：午前の部 午前10時30分～午前12:00 / 午後の部 午後1時30分～午後3時

日	月	火	水	木	金	土					
団体利用の申込み 10月21日(火)～11月1日(土)は 一般団体1月分と老人クラブ2月分の 受付期間中です。 抽選結果は11月2日(日)です。		ラジオ体操 [日時] 開館日の 午前9:50～9:55 [場所] 1階ロビー		1	2	3	4				
				カラオケ		カラオケ		カラオケ			
				午前	午後	午前	午後	午前	午後	○	○
5	休館日		7 シールでデコレーション	8		9		10 いこい荘運動教室		11	
カラオケ			カラオケ		カラオケ		カラオケ				
午前			午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	○	○
12	休館日 (スポーツの日)		休館日 (振替休館日)		15		16 団体利用者懇談会		17 健康相談		18
カラオケ					カラオケ		カラオケ				
午前					午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
19	休館日		21 かやの木販売会 紙芝居		22		23		24 いこい荘運動教室		25 脳トレ
カラオケ			カラオケ		カラオケ		カラオケ				
午前			午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	○	○
26	休館日		28		29		30		31 健康クラブ		
カラオケ			カラオケ		カラオケ		カラオケ				
午前			午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	○	