

# いこい荘だより

2026年

2月

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



## NEW!! スマホ相談コーナー

[日時] 13日(金) 午前11:00~12:00  
[場所] 1階ロビー [定員] なし  
[申込] 不要(お時間にいらしてください。)  
[内容] 地域ICTクラブさくら所属の地域ICT  
リーダーの方がスマホに関する相談にのっ  
てくださいます。(先生はみなさんと同年代の方です!)



## ラジオ体操

[日時] 開館日毎日  
午前9:50~  
[場所] 1階ロビー

ぜひご参加  
ください!



## いこい荘運動教室

[日時] 13日(金)、27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の指導による  
運動教室です。楽しく体を動かしましょう♪  
[申込] 不要(お時間にいらしてください。)



## スマホ教室中級者編

2月5日(木)に予定しています  
スマホ教室は、ご好評につき  
定員いっぱいになりました。

・キャンセル待ちは行いません。  
ご了承ください。  
・来年度の開催の有無は未定です。  
分かり次第お知らせいたします。



## 工作(ハートのいれもの)

[日時] 6日(金)、12日(木)  
午前10:00~11:30  
[場所] 1階ロビー  
[定員] なし  
[申込] 不要

(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] 20日(金) 午後1:30~2:30  
[場所] 2階大広間 [定員] 15名程度  
[内容] eスポーツ(脳トレを目的とした  
TVゲーム)と百歳体操(一部)を  
予定しています。  
[申込] 不要(お時間にいらしてください。)



## かやの木販売会

[日時] 20日(金)  
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。



## 健康相談

[日時] 20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] 17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。



## 脳トレ

[日時] 28日(土)終日  
[場所] 1階ロビー  
[内容] 脳トレの問題を  
配付します。答えは  
翌日以降確認できます。



# 2026年2月の予定

浴室利用時間：午前10:00～午後4:00 マッサージ器・電位治療器利用時間：午前9:00～午後4:35

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

日	月	火	水	木	金	土						
1	2 休館日	3 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	4 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	5 スマホ教室 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	6 工 作 カラオケ 午前 × 午後 ○	7						
8							9 休館日	10 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	11 休館日 (建国記念の日)	12 工 作 カラオケ 午前 ○ 午後 ○	13 スマホ相談コーナー いこい荘運動教室 カラオケ 午前 × 午後 ×	14
15												
22	23 休館日 (天皇誕生日)	24 休館日 (振替休館日)	25 カラオケ 午前 ○ 午後 ×	26 カラオケ 午前 ○ 午後 ○	27 いこい荘運動教室 カラオケ 午前 × 午後 ×	28 脳トレ						

## お知らせ

靴の履き間違えが増えています。  
お気を付けください。



## 団体利用の申込について

2月20日(金)～3月1日(日)は、**一般団体 5月分** | **老人クラブ 6月分** の  
お部屋の申込みを受け付けています。 抽選結果は、**3月3日(火)発表** です。  
※**麻雀の団体**のみなさまへ…申込時に、**使用する予定の卓数**をお知らせください。