

3月号

令和8年3月1日

発行

和楽荘だより

指定管理者：社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団 <https://www.saicity-j.or.jp/> 「あなたの笑顔、みんなの幸せ」

さいたま市 老人福祉センター和楽荘（シニアふれあいセンター和楽荘）

〒336-0911 さいたま市緑区三室2458 TEL048-873-5585 FAX:048-873-5547



【入浴】 10:00～16:00



- 午後4時までは、着替えて脱衣室からご退室ください。
- 洗い場が8か所のため、ご利用人数を8名としています。混雑状況によっては時間をずらして健康入浴をお楽しみください。
- 入浴前に体を良く洗うなど、マナーを守ってご入浴ください。

【お食事】



飲食場所：軽食コーナー・大広間 11:00～15:00まで飲食可能

- 食べ物の受け渡しはできません。
- 茶器のご用意はありません。水筒やマイカップをお持ちください。
- ※飲酒は食事時間のみ可能です。
- ※**飲酒後の入浴は、命にかかわります。**絶対におやめください。

【カラオケ】 10:30～12:00 ・ 13:00～15:00



- 受付にてお申込みください。
- 歌唱時のマスクの着用は任意です。
- 歌い終わった後は各自マイクの消毒をしてください。



eスポーツ

日時：4日(水)・11日(水)13:30～
eスポーツで認知症予防しませんか？
「ボウリング」を行います！



こっそり eスポーツ

日時：27日(金)10:30～11:30
人前ではできないけど、eスポーツを
試してみたい方、是非どうぞ！

みんなで歩こう

日時：17日(火) 10時～
申込期間：3日(火)～10日(火)
先着5名(電話申込みはできません)

一緒にお散歩
しませんか？
健康増進にどうぞ！



映写会 上演作品「椿姫」

日時：15日(日) 13:00～15:00
申込み：3月1日(日)～
先着20名(電話申込みはできません)



グレッタ・ガルボとロバート・テイラーが主演！

健康相談

日時：5日・12日・19日
いずれも(木)
13:00～14:00



2026年 令和8年 和楽荘 3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3	4 eスポーツ 	5 健康相談 	6	7
8	9 休館日	10	11 eスポーツ 	12 健康相談 	13	14
15 映写会 	16 休館日	17 みんなで歩こう 	18	19 健康相談 	20 休館日 (春分の日)	21
22	23 休館日	24	25	26	27 こっそり eスポーツ 	28
29	30 休館日	31				

健康体操実施中

毎朝10時より10分程度



- ・365歩のマーチ
- ・首の体操
- ・ラジオ体操（第1・第2）

- 和楽荘は、60歳以上の方ならどなたでもご利用いただけます。
- 入館の際は、シルバーカードまたは免許証などの本人確認資料をお持ちください。
- 開館時間………9:00～17:00
- ご利用料金

<市内在住の方> 60～64歳 …… 100円
 65歳以上 …… 無 料
 <市外在住の方> 60歳以上 …… 200円



- 風呂の利用時間 ……10:00～16:00(午後4時には着替えて出ていただくようお願いします。)
- タオル、シャンプー、石けん等は各自ご持参ください。(石けん、タオル100円で販売)
- マイカップ、マイ水筒 ご持参ください。

