

仲本荘たより 令和3年 2021年10月号

社会福祉法人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仲本荘
(シニアふれあいセンター仲本荘)
住所 さいたま市浦和区東仲町28-15
電話 048-762-8441

●開館時間●

午前9:00～午後4:00
(午前12:00～午後1:00の間は、
消毒・換気の時間となります。)

定員に満たない講座について

5日以降、随時申込みを
受け付けます。



●事業の予約・問合せ番号●

電話：048-762-8441
受付時間：午前10:00～午後3:00

文化系講座	抽選	講座名	実施日	申込み期間	内容
		確認期間 5日～8日	おりがみ講座(10名)	16(土)・22(金)	1日(金)～ 3日(日)
手づくり講座(10名)	23(土)・29(金)	『ポインセチア』			
ぬり絵の時間(15名)	10(日)	お好きな図案を選び、お楽しみください。			
おとなゲーム(10名)	12(火)	楽しいゲームで気軽に脳トレをします。			
映写会(15名)	31(日)	『紳士は金髪がお好き』(1953年・米 92分)			
ボランティア プロジェクト	19(火)・24(日)	『箸袋』を作り、東部地区社協にお届けします。 ご協力をお願いします！※作成した箸袋のお持ち帰りはできません。			
運動系講座	先着順	講座名	実施日	申込み期間	内容
		元気アップ体力測定・ 健康相談(10名)	14(木)	1(金)～	シニアサポートセンター尚和園の保健師・看護師による個別健康相談や体力測定、日本調剤株式会社の薬剤師、栄養士による各種相談も受けられます。
		健康体操(10名)	7(木)・21(木)	9/29(水) ～	地域運動支援員による体操です。持ち物：水分、室内履き
		座・りすむ体操 (10名)	9(土)・15(金)	1(金)～	コロナ禍でも無理なく楽しめる、座って行うリズム体操です。
ヨガ講座(10名)	26(火)	1(金)～	持ち物：バスタオル、飲み物		

★1講座につき1回、参加できます。開催3日前に定員に満たない場合は、2回目の参加も可能です。仲本荘にお問合せください。

令和3年10月予定

日	月	火	水	木	金	土			
事業の予約・問合せ番号 電話：048-762-8441 受付時間：午前10:00～午後3:00		<ul style="list-style-type: none"> ●予定を変更する場合があります。 ●お茶の提供を中止しています。 水分をお持ちください。 				1		2	
3	4	5	6	7	8	9			
囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30							休館日		囲碁・将棋の日 9:00～11:30 (午前のみ)
10	11	12	13	14	15	16			
ぬり絵の時間 10:15～11:15							休館日	おとなゲーム 10:15～11:00	囲碁・将棋の日 9:00～11:30 (午前のみ)
17	18	19	20	21	22	23			
囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30							休館日	ボランティア プロジェクト 『祝箸袋』 10:15～11:15	囲碁・将棋の日 9:00～11:30 (午前のみ)
24	25	26	27	28	29	30			
ボランティア プロジェクト 『祝箸袋』 10:15～11:15							休館日	ヨガ講座 10:15～11:00	囲碁・将棋の日 9:00～11:30 13:00～15:30
31	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>社会福祉法人 さいたま市社会福祉事業団</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>「あなたの笑顔、みんなのしあわせ」 http://www.saicity-jc.jp</p> </div> <div style="text-align: right;">  </div> </div> <p>※コロナウィルス感染拡大の状況により、予定を変更する場合があります。</p>								