

# 東富岡だより



東富岡支部の地域は、下富、中富、中富南です 連絡先：武田（04-2942-4817）

明けまして おめでとうございます  
今年もよろしくお願いいたします

寒い中でも、春の花々は元気に咲いています。風はつめたいですが、外に出て体を動かし、太陽にあたり、元気に過ごしたいですね。

## 東富岡支部 医療懇談会のご案内

日時：2026 年 1 月 29 日（木）13：00～15：30（受付開始 12：30）

場所：埼玉西協同病院 新館 1 階 ゆるっと

### 1. 医療懇談会 13：00～14：20

「人生最終期を迎えた時に受けたい医療・介護とは」

自分らしい最後と残された人の安心を願って

エンディングノート（しつとこシート）の記録と必要性

講師：富岡地域包括支援センターの職員さん

質疑応答、意見交流

### 2. リハビリ体操 14：30～15：10

「下半身を鍛える体操」

講師：埼玉西協同病院リハビリ科の職員さん

- ・ミニバザーあります
- ・マスクの着用をお願いします
- ・当日、体調の悪い方はご遠慮ください
- ・予約不要、会場へお越しください

問い合わせ先：武田 ☎04-2942-4817（午前、夜間）

東富岡支部 総会 3月26日午前に、予定しています。歌声広場もあります。お楽しみに！

## お知らせ

県西地域 「ボッチャ大会」

申し込み 〆切 1/31 (土)

2026年2月25日(水) 13:30~16:00 埼玉西協同病院 新館3階会議室

1チーム3人 参加チーム募集中 お友だちといかがですか

申し込み・問い合わせ先：上村 (070-2154-7354)

## いつものイベント

### ★トコロん元気百歳体操

曜日、変わっています！

毎週水曜日 13:30~ 埼玉西協同病院新館1階 ゆるっと (売店のとなり)

予約不要 \*マスク、飲み物、タオルご持参ください



### ★ゆるっと市

(野菜をはじめたくさんの品物が並ぶ楽しいバザーです)

1月14日(毎月第2水曜日) 10:30~12:30 エコバックご持参ください

西協同病院新館1階 ゆるっと

### ★さんとおめ☆キララ(多世代食堂)

1月10日、2月14日(毎月第2土曜日) 12:00~13:00

持ち帰りなし、ゆるっとでの会食です

大人 300円、子ども 100円 先着50食(要予約)

申し込み：毎月1日から電話受付開始 上村 (070-2154-7354)

### ★つながるカフェ

1月23日、2月27日(毎月第4金曜日) 14:00~15:30

場所：さんとおめホーム 参加費：100円 予約不要 お気軽にどうぞ

みなさんとおしゃべり、元気になれます



### ★ゆるっと麻雀クラブ

1月23日、30日(毎月第1、3、4金曜日) 12:45~16:00

場所：ゆるっと 参加費：100円

### ★パソコン道場

1月15日(毎月第3木曜日) 10:00~13:00 場所：ゆるっと

### ★スマホ教室

1月13日、27日(毎月第2、4火曜日) 14:00~15:30

場所：ゆるっと

