



# 三橋シニア憩いの家だより 11月号

<https://www.saicity-j.or.jp/>

2024年11月1日発行

**本館** さいたま市大宮区三橋2-59 TEL/FAX 048-644-2978

**分館** さいたま市大宮区三橋2-259-1 TEL/FAX 048-645-7301

さいたま市在住の60歳以上の方が無料で利用できます

【開館時間】 9:00~18:00 土日も開館しています

【団体利用】 9:00~12:00/13:00~17:00

【個人利用】 9:00~18:00

(団体利用のない時間をご利用いただけます)

## 《団体利用申請方法》

【令和7年1月の申請期間】

11月1日(金)~11月20日(水)



申請用紙にご記入のうえ、本館または分館に提出してください  
※新規団体のご登録につきましては、本館で受付をしております

## ラジオ体操



ラジオ体操で身体も心も  
リフレッシュ!!

日時: 毎週金曜日

10:00

場所: 本館の庭

## ★交通安全教室★

大宮西警察署交通係が来館!  
交通安全意識を高めましょう

日時: 12月6日(金)

10:30~11:30

場所: 分館(和室)

申込み: 11月15日(金)



## 《休館のお知らせ》

★11月3日(日)  
文化の日(分館のみ)

★11月4日(月)  
振替休日

★11月7日(水)9時~13時  
業者清掃(本館のみ)

★11月23日(土)  
勤労感謝の日

## いきいきタイム

日時: 毎週金曜日

10:30~11:15

場所: 三橋シニア憩いの家 本館(ふれあいの間)



※第1週目は分館の和室で実施しています

## ～いきいきタイム 11月予定表～

1日(金) 【分館】 昭和の歌と童謡を歌いましょう

8日(金) 【本館】 アイロンビーズ

15日(金) 【本館】 文字探し

22日(金) 【本館】 簡単ストレッチ&タオル体操②  
(持ち物: フェイスタオル)

29日(金) 【本館】 レクリエーション

※持ち物はありません

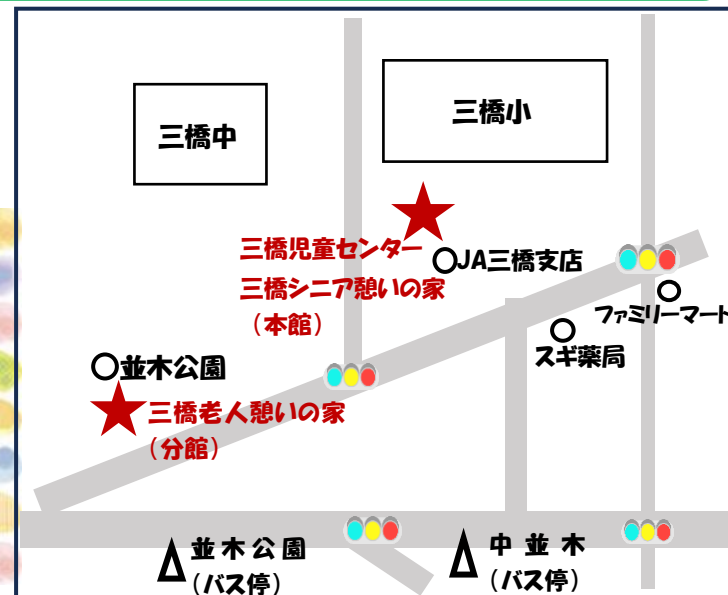


## ★制作タイム(おいがみフラワー)★ 好評により2回目決定!

日時: 12月8日(日) 9:30~12:00 定員: 6名

申込み: 11月17日(日) 10時~

場所: 本館(ふれあいの間) 参加費: 100円 持ち物: なし



2024年 11月

# 三橋シニア憩いの家 予約状況

令和6年10月20日現在

	日	月	火	水	木	金	土
午前						<b>1</b> 紫陽花 (レク) ☆いきいきタイム (和)	<b>2</b> アイリス (レク) かえるの子クラブ (レク) ※健康体操サークル シャイニーブルー (本館)
午後							
午前	<b>3</b> (分館) (本館) 文化の日 (休館)	<b>4</b> 休館日 (文化の日振替休日)	<b>5</b> 三橋パンジー (和) ※ますます元気教室 (本館) 三橋2丁目共和会 (小) ※ハッピー三橋 (本館)	<b>6</b> 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館) 健康ヨガサークル (レク) 三橋2丁目自治会 (小)	<b>7</b> (本館) (分館) 業者清掃 共和会民踊部 9時~13時 (和)	<b>8</b> 紫陽花 (レク) ☆いきいきタイム (本館) パッチワークサークルコスモス (小)	<b>9</b> アイリス (レク) かえるの子クラブ (レク)
午後					ハーモニー健康体操 (レク)	共和会カラオケ部 (レク)	
午前	<b>10</b> ブルームーン (レク) 楽しい老後を考える会 (小) 雲柳 (レク)	<b>11</b> ルピナス (和) 遊・遊 (レク) ※めざそう100才の会 (本館) ハッピー体操 (レク)	<b>12</b> 三橋パンジー (和) ※ハッピー三橋 (本館)	<b>13</b> 三橋パドル (和) 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館) 民生委員児童委員協議会 (レク)	<b>14</b> 琴の会 (小) 共和会民踊部 (和) ※コスモス (本館) スモール (レク)	<b>15</b> 愛唱会 (和) 紫陽花 (レク) ☆いきいきタイム (本館) 地区社協福祉講座と支え合い 連絡会 (レク)	<b>16</b> アイリス (レク) かえるの子クラブ (レク) ※健康体操サークル シャイニーブルー (本館)
午後							
午前	<b>17</b> ブルームーン (レク)	<b>18</b> ルピナス (和) 遊・遊 (レク) ※めざそう100才の会 (本館) 3B体操 (レク)	<b>19</b> 三橋パンジー (和) ※ハッピー三橋 (本館)	<b>20</b> 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館) オレンジカフェ (和) 健康ヨガサークル (レク)	<b>21</b> 共和会民踊部 (和) ※コスモス (本館) スモール (レク)	<b>22</b> 紫陽花 (レク) ☆いきいきタイム (本館) パッチワークサークルコスモス (小) 共和会カラオケ部 (レク)	<b>23</b> 休館日 (勤労感謝の日)
午後							
午前	<b>24</b> 楽しい老後を考える会 (小) ブルームーン (レク)	<b>25</b> ルピナス (和) 遊・遊 (レク) ※めざそう100才の会 (本館) ハッピー体操 (レク)	<b>26</b> 三橋パンジー (和) ※ハッピー三橋 (本館)	<b>27</b> 三橋パドル (和) 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館) 健康ヨガサークル (レク)	<b>28</b> 琴の会 (小) ※コスモス (本館) スモール (レク)	<b>29</b> ☆いきいきタイム (本館) 共和会カラオケ部 (レク)	<b>30</b> アイリス (レク) かえるの子クラブ (レク) ☆※おもちゃの病院 (本館)
午後	雲柳 (レク)						



レク・・・レクホール (分館)      ※・・・ふれあいの間 (本館)  
 和・・・和室 (分館)      ☆・・・事業  
 小・・・小会議室 (分館)

【団体利用時間】 午前9:00~12:00/13:00~17:00

さいたま市社会福祉事業団  
公式キャラクター

サイのタマちゃん

