

宮原シニア憩いの家たより

令和8年10月号

発行日 令和8年10月1日

～ご利用について～

【利用時間】午前 9:00 から午後 6:00 まで

【利用できる方】さいたま市在住の60歳以上の方が利用できる施設です。

*宮原シニア憩いの家を利用される方は、登録カード（氏名・連絡先）にご記入をお願いします。詳しい内容は直接職員にお尋ねください。

スマホ教室 **Part2** (中級編) を行います

日時：11月6日(金) 10:00～12:00

場所：ふれあいの間

対象：スマホをお持ちで基本操作が可能な方

内容：①健康管理アプリの使用体験

②スマホなんでも相談 ほか

定員：10名

申し込み：来館して直接、またはお電話でお受けします。

ゆうゆうサークル

手芸・工作の時間



10/5、26(月)

10:30～11:30



シルバーサークル

体操・レクの時間

10/6、13、20、27日

10:30～11:30

20日は運動支援員が

来館します。



1eスポーツサロン

日時：10/7(水) 10:30～11:30

場所：ふれあいの間

内容：テレビゲームでボーリング等のスポーツを楽しみましょう。初めての方大歓迎！

参加方法

当日の開始時間までに、ふれあいの間へお集まりください。(申込不要)

囲碁・将棋

毎週木・金曜日



13:00～17:00

お仲間をお誘いあわせの上、お越しください。



お知らせ



10月4日(日)は定期清掃のため、午後1時まで休館します。

10月12日(月)は祝日のため、終日休館します。



宮原シニア
憩いの家
ホームページ

インターネットでもたよりが
見られます！

さいたま市
老人憩いの家
Xアカウント





憩いの家 行事・団体予約カレンダー

R8. 9. 20までに予約された分を記載しています。

	日	月	火	水	木	金	土
午前	27	28	29	30	1	2	3
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	
午前	4 休館 (定期清掃)	5 ★ゆうゆう	6 ★シルバー おとこヨーガ クラブ	7 eスポーツ サロン	8	9	10
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	おたのしみ 宮原会
午前	11 100才体操	12 休館 (スポーツの日)	13 ★シルバー	14	15	16	17
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	
午前	18 100才体操	19	20 ★シルバー (運支)	21	22	23	24
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	おたのしみ 宮原会
午前	25	26 ★ゆうゆう	27 ★シルバー	28	29	30	31
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	おたのしみ 宮原会

★は、宮原シニア憩いの家が主催する行事です。無印は登録団体による憩いの家の利用予約です。

～憩いの家 利用申請方法について(登録団体)～

- * 12月分の利用申し込みは、10月1日から受け付けます。決定は11月1日以降に行います。
- * 利用の申込みが重なった場合は、抽選となります。(抽選日は利用を決定する日です。)
- * 1か月に4回まで利用できます。 決定日以降に部屋が空いていれば、追加で随時予約することが可能です。

《ご寄附を受け付けております》

社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団では、法人・団体・地域の皆さまからの寄附金の受付を行っております。皆さまからの寄附金は、当事業団の行う社会福祉事業への大きな支援となっております。

～寄附に関するお問い合わせ～

さいたま市社会福祉事業団 事務局 財務課 電話：048-669-0033



発行：社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団 宮原シニア憩いの家
住所：さいたま市北区宮原町4-66-13
電話：048(667)3808
URL：<https://www.saicity-j.or.jp/>