

馬宮荘だより9月号

令和7年(2025年)

(第 280 号)

いきいき百歳体操教室

2日(火) 10:30~11:30

室内シューズと汗ふきタオル、飲み物をお持ちください。
※事前申込みは必要ありません。当日ご参加ください。

ドレミの会

3日(水)、17日(水) 10:30~11:30

童謡や唱歌、懐かしの曲を一緒にうたいましょう!! 手話を使いながら歌うコーナーもあります。楽しいひと時を過ごせますよ!

※事前申込みは必要ありません。当日ご参加ください。

映画会

14日(日) 13:30~15:30

「シャレード」1963年アメリカ映画

出演者: ケーリー・グラント、オードリー・ヘップバーン

※事前申し込みは必要ありません。当日ご参加ください。

eスポーツ

10日(水)、24日(水) 14:00~14:30

今eスポーツはボウリングで盛り上がっています。ぜひ一緒に!

- 健康相談 3日(水)、10日(水)、24日(水) 13:30~14:30
- 体重・体脂肪測定 3日(水) 13:30~14:00
- のど自慢の日 14日(日) 10:25~15:00

 お茶の日(黒豆茶) 9日(火) 9:00~16:30

 アロマセラピー(おひとり様 20分) 10日(水) 10:00~12:00

定員: 先着4名 申込み期間 9月2日(火)~9月9日(火)

※直接窓口に申込みください。お電話での申込みはできません

★ 手作りサロン「切り絵 コスモス」 19日(金) 13:00~15:00

定員: 先着8名

参加費: 200円

申込み期間 9月9日(火)~9月18日(木)

※直接窓口に申込みください。お電話での申込みはできません。

エンジョイぬりえタイム、朝のラジオ体操(10:20)、午後のラジオ体操(13:20)は随時実施しています。

★お知らせ

9月30日(火)、10月1日(水)、2日(木)は人間総合科学大学実習生が来所します。温かく見守っていただければ幸いです。よろしくお願い致します。

★毎日暑い日が続いています。暑さの疲れがたまってくるこの時期、睡眠と食事をしっかり取り、体力の回復に努めましょう。



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 馬宮荘(シニアふれあいセンター馬宮荘)
〒331-0061 さいたま市西区西遊馬 533-1 TEL&FAX: 048-625-8825

[illegible]