

馬宮荘だより 10月号

令和7年(2025年)

(第 281 号)

📱 スマートフォン体験講座

23日(木) ①10:00~12:00 定員 18 名

②13:30~15:30 定員 18 名

申込み 10月1日(水)~ 定員になり次第終了

【内容】 ①「はじめてのスマートフォン体験」(デモ機貸出)

②「スマホの基本と防災」(デモ機貸出)

※直接窓口にお申し込みください。お電話での申し込みはできません。

※板敷の部屋のため、冷える方は室内履きをご持参ください

🎤 コミセンまつり馬宮荘演芸の部

11月16日(日) 13:30~16:30

会 場 : 馬宮コミュニティセンター2階 多目的ホール

応募条件 : 令和7年10月1日(水)~10月25日(土)の期間内

に馬宮荘を 3 回以上ご利用された方

申込期間 : 令和7年10月26日(日)~11月1日(土)

抽 選 日 : 令和7年11月2日(日)13:00から

※詳しくは館内掲示をご覧になるか、受付までお問い合わせください。

🚗 交通安全教室

16日(木) 13:30~14:00

「交通安全まなび隊」の講話を聞きます。ぜひご参加ください。

※事前申込みは必要ありません。

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」

- 健康相談 1日(水)、8日(水)、22日(水) 13:30~14:30
- 体重・体脂肪測定 1日(水) 13:30~14:00
- のど自慢の日 12日(日) 10:25~15:00
- いきいき百歳体操教室 7日(火) 10:30~11:30
- いきいき体操教室 28日(火) 13:30~14:30
- ドレミの会 1日(水)、15日(水) 10:30~11:30
- eスポーツ 8日(水)、22日(水) 14:00~14:30

- 🍰 お茶の日(ルイボスティー) 7日(火) 9:00~16:30
- 🌿 アロマセラピー(おひとり様 20分) 8日(水) 10:00~12:00
定員: 先着4名 申込み期間 10月1日(水)~10月7日(火)
※直接窓口にお申し込みください。お電話での申し込みはできません
- 🌸 手作りサロン「絵手紙」 10日(金) 13:15~15:00
定員: 先着8名 申込み期間 10月1日(水)~10月9日(木)
※直接窓口にお申し込みください。お電話での申し込みはできません。

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。

🍊 くるみさんの健康講座

24日(金)13:30~14:00

ためになるお話をたくさん聞けます! ぜひご参加ください。

🏠 地域懇談会

17日(金)10:30~11:30

地域の関係機関の皆様が来館します。



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

馬宮莊 TEL/FAX 048-625-8825

ウーロン茶またはほうじ茶