

馬宮荘だより12月号

令和7年(2025年)

(第 283 号)



映画会

7日(日) 13:30~15:30

「ローマの休日」 出演者:オードリー・ヘップバーン

(1953年 アメリカ映画)

※事前申込みは必要ありません。当日ご参加ください。



アフタヌーンコンサート

21日(日) 13:30~14:30

ウエーブさんによるフルートとギターの演奏をお楽しみください。

※事前申し込みは必要ありません。当日ご参加ください。



世代間交流 e スポーツ

12月25日(木)、26日(金)

1月7日(水)、8日(木) 14:00~14:30

馬宮放課後児童クラブのこどもたちとTVゲームを楽しみましょう。

※事前申し込みは必要ありません。当日ご参加ください。



実習生がきます

12月10日(水)、11日(木)、12日(金)の3日間、人間総合科学大学の看護学生がきます。よろしくお願いします。

● 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

● ドレミの会

3日(水)、17日(水) 10:30~11:30

● e スポーツ

10日(水)、24日(水) 14:00~14:30

● いきいき百歳体操教室

2日(火) 10:30~11:30

● いきいき体操教室

23日(火) 13:30~14:30



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 12月2日(火)~12月9日(火)

※直接窓口にお申込みください。お電話での申込みはできません。



手作りサロン 折り紙「干支の飾り~午~」 12日(金) 13:00~15:00

定員: 先着8名 参加費: 300円

申込み期間 12月2日(火)~12月11日(木)

※直接窓口にお申込みください。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。



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

茶	日	月	火	水	木	金	土
ウーロン茶またはほうじ茶		1 休館日	2 いきいき百歳体操教室 10:30～11:30	3 ドレミの会 10:30～11:30 健康相談 13:30～14:30 舞台演芸休	4	5	6
	7 映画会 13:30～15:30	8 休館日	9 お茶の日 9:00～16:30	10 舞台演芸休 アロマセラピー 10:00～12:00 健康相談 13:30～14:30 eスポーツ 14:00～14:30	11	12 手作りサロン 13:00～15:00	13
	14 のだ自慢の日 10:25～12:00 13:25～15:00	15 休館日	16	17 ドレミの会 10:30～11:30 舞台演芸休	18	19	20
	21 アフタヌーンコンサート 13:30～14:30	22 休館日	23 いきいき体操教室 13:30～14:30	24 eスポーツ 14:00～14:30 健康相談 13:30～14:30 舞台演芸休	25 世代間交流 eスポーツ 14:00～14:30	26 世代間交流 eスポーツ 14:00～14:30	27
	28 	29 休館日	30 休館日	31 休館日 	1	2	3
	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> 新年は1月4日から開館します。 よいお年をお迎えください。 </div>						
	<div> <div> ○ 開館時間・・・9:00～17:00 ○ お風呂利用時間・・10:00～16:00 朝1番は混み合うため人数制限があります。 ○ カラオケの利用について・・・水曜日を除く10:25～12:00、13:25～15:00に実施します（昼休みあり）。 ○ 卓球の利用時間について・・9:30～16:30の間の30分間プレー(2回まで)できます。 </div> <div> ○ 馬宮荘は、60歳以上の方ならどなたでもご利用できます。（受付時に、シルバーカード、老人福祉センター利用証、身分証明書等をご提示ください。） ○ ご利用料金 <市内在住の方> 60～64歳 100円 65歳以上 無料 <市外在住の方> 200円 ○ 休館日・・・年末年始、月曜日、敬老の日を除く祝祭日（祝祭日が月曜日の場合はその翌日も休み） </div> </div>						