

馬宮荘だより11月号

令和8年(2026年) 第293号

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



コミセンまつり馬宮荘演芸の部

11月8日(日) 13:00~16:00

会 場 : 馬宮コミュニティセンター2階 多目的ホール

馬宮コミュニティセンター2階の多目的ホールで行いますので
年齢の入場制限はありません。どなたでもご覧いただけます。
ご家族皆様でご観覧ください。



※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。



スマホ相談会 6日(金) 9:30~13:30

- ・地域のICTリーダーがスマホのお困りごとを無料で解決します!
- ・携帯会社・機種に関係なく相談可能です。
- ・有料サービスや個人情報に関わるご相談は原則できません。
- ・事前予約は必要ありません。混雑時は1回の相談時間は20分までになります



映画会 22日(日) 13:30~15:35

「麦秋」 1951年 日本映画 監督:小津安二郎

出演者: 原節子、笠智衆、淡島千景

●アロマセラピー(おひとり様20分) 11日(水)10:00~12:00

定員:先着4名 申込期間:11月1日(日)~11月10日(火) ※お電話でのお申し込みはできません。

●手作りサロン「サンタクロース缶」 21日(土)13:00~15:30

定員:先着6名 申込期間:11月10日(火)~11月19日(木)

参加費: 600円 ※お電話でのお申し込みはできません。



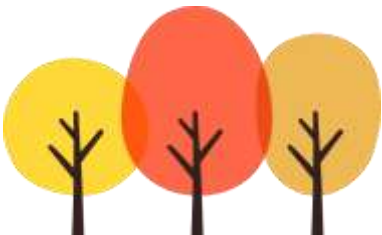
●お茶の日	10日(火)	9:00~16:30	大広間前
●健康相談	4日(水)、11日(水) 25日(水)	13:30~14:30	相談室
●体重・体脂肪測定	4日(水)	13:30~14:00	給湯室前
●いきいき百歳体操	10日(火)	10:30~11:30	ホール
●いきいき体操	17日(火)	13:30~14:30	ホール
●eスポーツ	11日(水)、18日(水)	14:00~14:30	大広間
●ドレミの会	4日(水)、18日(水)	10:30~11:30	大広間

指定管理者:社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団
「あなたの笑顔、みんなの幸せ」



2026年

11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休館日	休館日 (文化の日)	ドレミの会 10:30~11:30 健康相談 13:30~14:30 体重・体脂肪 13:30~14:00 舞台演芸休み		スマホ相談会 9:30:~13:30	
8	9	10	11	12	13	14
コミセンまつり 13:00~16:00 舞台演芸休み	休館日	いきいき 百歳体操 10:30~11:30 お茶の日 9:00~16:30	アロマセラピー 10:00~12:00 eスポーツ 14:00~14:30 健康相談 13:30~14:30 舞台演芸休み			
15	16	17	18	19	20	21
	休館日	いきいき体操 13:30~14:30	ドレミの会 10:30~11:30 eスポーツ 14:00~14:30 舞台演芸休み			手作りサロン 13:00~15:30
22	23	24	25	26	27	28
映画会 13:30~15:35	休館日 (勤労感謝の日)	休館日 (振替休館日)	健康相談 13:30~14:30 舞台演芸休み			
29	30	★実習生がきます★ 人間総合科学大学 17日(火)、18日(水)、19日(木) 皆様の暖かいご指導よろしく願いいたします。 				
	休館日					

- 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。
- 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)

入浴の際は100円リターン式
ロッカーを使っていたため
100円玉をお持ちください

『11月の団体利用予定(ホール)』 ※予定は変更になる場合もあります。

4日(水) 9:30~12:00

11日(水) 9:30~12:00

13日(金) 9:30~12:00

20日(金)13:00~16:00

