



# 三橋シニア憩いの家だより 9月号

<https://www.saicity-j.or.jp/>

2024年9月1日発行

**本館** さいたま市大宮区三橋2-59 TEL/FAX 048-644-2978

**分館** さいたま市大宮区三橋2-259-1 TEL/FAX 048-645-7301

さいたま市在住の60歳以上の方が無料で利用できます

【開館時間】 9:00~18:00 土日も開館しています

【団体利用】 9:00~12:00/13:00~17:00

【個人利用】 9:00~18:00

(団体利用のない時間をご利用いただけます)

## 《団体利用申請方法》

【令和6年11月の申請期間】

9月1日(日)~9月20日(金)

申請用紙にご記入のうえ、本館または分館に提出してください

※新規団体のご登録につきましては、本館で受付をしております



## いきいきタイム

日時：毎週金曜日

10:30~11:15

場所：三橋シニア憩いの家 本館(ふれあいの間)

【第1週目は分館(和室)で実施しています】

定員：15名(先着順)

申込み：実施日の1週間前より受付しています

分館  
(和室)

※9月6日(金)より開始となります/内容:介護予防教室

◆8月3日(土)世代間交流「囲碁教室」

◆8月21日(水)世代間交流「eスポーツ」

実施しました!

## 介護予防教室

日時：9月6日(金)【分館】

10:30~11:30

内容：介護予防の講座

定員：20名(先着順)

申込み：受付中です

持ち物：飲み物



## ☆ラジオ体操☆

ラジオ体操で身体も心もリフレッシュ!!

日時：毎週金曜日

10:00

場所：本館の庭



※9月6日(金)から開始です!

## ☆乳幼児いきいき合同運動会☆

「いきいきタイム内にて実施」

日時：9月27日(金)

10:30~11:30

場所：体育室(児童センター内)

定員：15名

申込み：9月13日(金) 10:00~

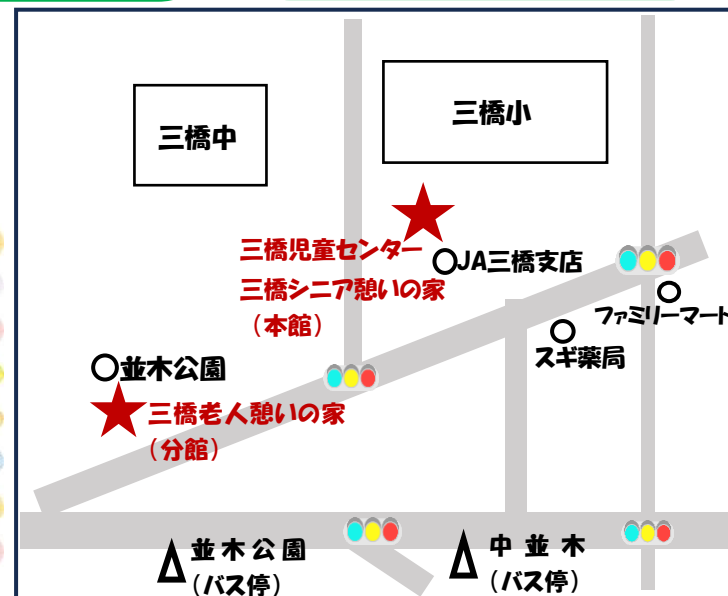
持ち物：タオル・飲み物



## 《休館のお知らせ》

★9月22日(日) 秋分の日

★9月23日(月) 振替休日



2024年9月

# 三橋シニア憩いの家 予約状況

令和6年7月20日現在

	日	月	火	水	木	金	土
午前	<b>1</b> ブルームーン (レク)	<b>2</b> ルピナス (和) 遊・遊 (レク) ※めざそう100才の会 (本館)	<b>3</b> 山びこ (レク) 三橋パンジー (和) 三橋2丁目共和会 (小)	<b>4</b> 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館)	<b>5</b> 琴の会 (小) 共和会民踊部 (和) ※コスモス (本館)	<b>6</b> 紫陽花 (レク) ☆介護予防教室 (和) 三橋2丁目自治会 (小)	<b>7</b> アイリス (レク) ※健康体操サークル シャイニーブルー (本館) かえるの子クラブ (レク)
午後	雲柳 (レク)	ハッピー体操 (レク)	※ハッピー三橋 (本館)	健康ヨガサークル (レク)	ハーモニー (レク)	共和会カラオケ部 (レク)	
午前	<b>8</b> ブルームーン (レク)	<b>9</b> ルピナス (和) 遊・遊 (レク) ※めざそう100才の会 (本館)	<b>10</b> 山びこ (レク) 三橋パンジー (和)	<b>11</b> 三橋パドル (和) 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館)	<b>12</b> 共和会民踊部 (和) 三橋オカリナ (レク) ※コスモス (本館)	<b>13</b> 紫陽花 (レク) ☆※いきいきタイム (本館)	<b>14</b> 三橋SHLノルディックウォーキング (小) アイリス (レク)
午後	楽しい老後を考える会 (小) 雲柳 (レク)	ハッピー体操 (レク)	※ハッピー三橋 (本館)	民生委員児童委員協議会 (レク)	スモール (レク)	パッチワークサークルコスモス (小) 共和会カラオケ部 (レク)	かえるの子クラブ (レク)
午前	<b>15</b> ブルームーン (レク)	<b>16</b>	<b>17</b> 山びこ (レク) 三橋パンジー (和)	<b>18</b> 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館)	<b>19</b> 琴の会 (小) 共和会民踊部 (和) ※コスモス (本館)	<b>20</b> 愛唱会 (和) 紫陽花 (レク) ☆※いきいきタイム (本館)	<b>21</b> アイリス (レク) 三橋SHLノルディックウォーキング (和) 楽しい老後を考える会 (小)
午後	雲柳 (レク)		※ハッピー三橋 (本館)	健康ヨガサークル (レク)	スモール (レク)	共和会カラオケ部 (レク)	※健康体操サークル シャイニーブルー (本館) かえるの子クラブ (レク)
午前	<b>22</b> 休館日 (秋分の日)	<b>23</b> 休館日 (振替休日)	<b>24</b> ☆※運営協議会 (本館) 山びこ (レク) 三橋パンジー (和)	<b>25</b> 三橋パドル (和) 元気体操いこいの会 (レク) ※児童ccで百才体操 (本館)	<b>26</b> 三橋オカリナ (レク) ※コスモス (本館)	<b>27</b> 紫陽花 (レク) ☆※いきいきタイム (本館)	<b>28</b> アイリス (レク) ☆※おもちゃの病院 (本館)
午後			※ハッピー三橋 (本館)	健康ヨガサークル (レク)	スモール (レク)	パッチワークサークルコスモス (小) 共和会カラオケ部 (レク)	かえるの子クラブ (レク)
午前	<b>29</b> ブルームーン (レク)	<b>30</b> ルピナス (和) 遊・遊 (レク) ※めざそう100才の会 (本館)					
午後	雲柳 (レク)	3B体操 (レク)					

レク・・・レクホール (分館)      ※・・・ふれあいの間 (本館)  
 和・・・和室 (分館)      ☆・・・事業  
 小・・・小会議室 (分館)

【団体利用時間】 午前9:00~12:00/13:00~17:00

さいたま市社会福祉事業団  
公式キャラクター

サイのタマちゃん

