

馬宮荘だより 11月号

令和7年(2025年)

(第 282 号)

マイク 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：馬宮コミュニティーセンター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。

♪ ドレミの会

5日(水)、19日(水)10:30~11:30

童謡や唱歌、懐かしの曲と一緒にうたいましょう！！
手話をし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。

🎮 e スポーツ

12日(水)、26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。ぜひ一度、一緒にプレイしましょう。

※事前申込みは必要ありません。当日ご参加ください。

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 5日(水)、12日(水)、26日(水) 13:30～14:30
- 体重・体脂肪測定 5日(水) 13:30～14:00
- のど自慢の日 9日(日) 10:25～15:00
- いきいき体操教室 25日(火) 13:30～14:30

🍵 お茶の日(とうもろこしのひげ茶) 11日(火) 9:00～16:30

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

定員：先着4名 申込み期間 11月5日(水)～11月11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「ソックスストナカイ」 13日(木) 13:00～15:30

定員：先着8名 参加費：400円

申込み期間 11月5日(水)～11月12日(水)

※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

11月18日(火)、11月19日(水)、20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。よろしくお願ひ致します。



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

2025 年 11 月 の 予 定

馬宮莊 TEL/FAX 048-625-8825