

# 馬宮荘だより2月号

令和8年(2026年)

(第 285 号)



## 豆まき

3日(火) 13:00~13:15

鬼は~外! 福は~内!!

1年の無病息災を願い、豆まきをします。  
みなさん、お誘いあわせの上ご参加ください。



## アフタヌーンコンサート

15日(日) 13:30~14:30

ウクレレの演奏をお楽しみいただきます。

※事前申込みは必要ありません。当日ご参加ください。



## 利用者懇談会

19日(木) 13:15~14:15

場所 リフレッシュルーム(テレビの部屋)

※開催中は、お風呂以外は休止になります。詳細は館内掲示をご覧ください。

- のど自慢の日 8日(日)10:25~15:00
- eスポーツ 25日(水)14:00~14:30
- ドレミの会 4日(水)、18日(水)10:30~11:30

- 健康相談 4日(水)、19日(木)、25日(水)13:30~14:30
- 体重・体脂肪測定 4日(水)13:30~14:00

- いきいき百歳体操教室 3日(火)10:30~11:30

- 🍵 お茶の日(とうもろこしのひげ茶) 10日(火) 9:00~16:30
- 🌿 アロマセラピー(おひとり様 20分) 4日(水)10:00~12:00

定員:先着4名 申込み期間 1月29日(木)~2月3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「フェルトのバラ」 21日(土)13:00~15:30

定員:先着6名 申込み期間 2月3日(火)~2月20日(金)

参加費300円 ※参加費は21日当日に集金します。

※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。

## 😊 地域交流作品展 😊

2月14日(土)~18日(水) 9:00~17:00

地域の他施設との合同交流作品展に参加します(馬宮コミュニティセンター2階)。手作りサロンで制作した作品や個人で制作した作品などを展示します。ぜひご覧ください。(詳しくは馬宮コミュニティセンターまで)

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

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」

茶	日	月	火	水	木	金	土	
ウーロン茶またはほうじ茶	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	
								

入浴の際は100円リターン式ロッカーを  
使っていただくため100円玉を  
お持ちください

- 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)