

# 馬宮荘だより

2017年6月号

(第183号)

指定管理者：社会福祉法人 さいたま市社会福祉事業団

<http://www.saicity-i.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



## 夏の演芸大会

演芸大会日時：平成29年6月18日(日)13:00～16:00

会場：馬宮コミセン2F 多目的ホール

出演応募条件：平成29年4月25日(火)～5月25日(木)

の期間に馬宮荘の舞台を3回以上利用された方

出演申込期間：平成29年5月26日(金)～6月2日(金)

抽選日：平成29年6月4日(日)13:00～大広間

※詳しくは館内掲示、または事務所までお問い合わせください。

※演芸大会当日のお風呂は13時以降入浴中止、スカイウエル・マッサージ機も12時以降は使用中止となりますので、ご注意ください。

## 「ドレミの会」が始まります！

「ドレミの会」は、水曜日(10:30～11:30)馬宮荘大広間にて、昔なつかしい童謡、唱歌、懐メロなどをみんなで集まって楽しく唄う時間です。ご希望の曲をリクエストする事もできます。無料で歌詞カード、お茶のご用意もしています。ぜひ、お誘い合わせてご参加ください！

6月は14日(水)・21日(水)・28日(水)10:30～11:30

- お茶の日(ローズヒップティー) 6日(火)9:00～16:30
- ゲーム会 (ラダーゲッター) 3日(土)14:00～14:45
- (ダーツ) 16日(金)11:00～11:45
- 映画会 9日(金)13:30～15:30
- のど自慢の日 11日(日)10:30～15:00
- 折り紙教室(季節の花) 24日(土)13:30～14:30

- いきいき体操教室 13日(火)、27日(火)13:30～14:30

西区運動支援員の方々に、体力維持のためのストレッチなどを指導していただきます。どなたでも簡単に行える運動です。タオル等ご持参の上ご参加ください。

- アロマセラピー 14日(水)14:00～16:00

おひとり20分、4名様。申込期間6月6日(火)～6月13日(火)

- 健康相談(無料) 8日(木)・22日(木)・29日(木)13:30～15:00

嘱託医が対応します。お気軽にご相談ください。

- 頭の体操 7日(水)13:30～14:00

手遊びや簡単なクイズなど、楽しみながら脳を活性化しましょう

- 手作りサロン 「ミニスタンド」 23日(土)13:30～15:00

事前申込期間 6月7日(水)～14日(水)

- 6月～7月のお昼のリズム体操は「ああ人生に涙あり」です。13:00から大広間で実施しています。一緒にどうぞ！

### 7月の行事

- ゲーム会(ディスコンゲーム) 1日(土)14:00～14:45
- お茶の日(ジャスミンティー) 4日(火)9:00～16:30

茶	日	月	火	水	木	金	土
ウーロン茶					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b> ゲーム会 (ラダーゲッター) 14:00 ~ 14:45
ほうじ茶	<b>4</b> 夏の演芸大会抽選会 13:00 ~	<b>5</b> 休館日	<b>6</b> お茶の日 9:00 ~ 14:30 (ローズヒップティー)	<b>7</b> 囲碁将棋の日 舞台休 頭の体操 13:30 ~ 14:00	<b>8</b> 健康相談 13:30 ~ 15:00	<b>9</b> 映画会 13:30 ~ 15:30	<b>10</b>
緑茶	<b>11</b> のど自慢の日 10:30 ~ 15:00 (12:00 ~ 13:00を除く)	<b>12</b> 休館日	<b>13</b> いきいき体操教室 13:30 ~ 14:30	<b>14</b> 囲碁将棋の日 舞台休 アロマセラピー 14:00 ~ 16:00 ドレミの会 10:30 ~ 11:30	<b>15</b>	<b>16</b> ゲーム会 (ダーツ) 11:00 ~ 11:45	<b>17</b>
ウーロン茶	<b>18</b> 夏の馬宮荘演芸大会 13:00 ~ 16:00	<b>19</b> 休館日	<b>20</b>	<b>21</b> 囲碁将棋の日 舞台休 ドレミの会 10:30 ~ 11:30	<b>22</b> 健康相談 13:30 ~ 15:00	<b>23</b> 手作りサロン 13:30 ~ 15:00 (ミニスタンド)	<b>24</b> 折り紙教室 13:30 ~ 14:30 (季節の花)
緑茶	<b>25</b>	<b>26</b> 休館日	<b>27</b> いきいき体操教室 13:30 ~ 14:30	<b>28</b> 囲碁将棋の日 舞台休 ドレミの会 10:30 ~ 11:30	<b>29</b> 健康相談 13:30 ~ 15:00	<b>30</b>	

○ 馬宮荘は、60歳以上の方ならどなたでもご利用にできます。  
(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

- お風呂利用時間 ..... 10:00 ~ 16:00
- カラオケ利用時間 ..... 水曜日を除く10:30 ~ 12:00  
13:00 ~ 15:00
- 休館日 ..... 年末年始、月曜日、敬老の日を除く祝祭日  
(祝祭日が月曜日に当たる場合はその翌日も休み)

