

馬宮荘だより 9月号 令和8年(2026年) 第291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



映画会 20日(日) 13:30~15:10

「ヒズ・ガール・フライデー」

1940年 アメリカ映画 監督 ハワード・ホークス

出演者 ケーリー・グラント、ロザリンド・ラッセル



交通安全教室 17日(木) 13:30~14:00

「交通安全まなび隊」の講話を聞きます。ぜひご参加ください。



防火講話 25日(金) 9:15~10:00

高齢者向けの住宅火災についてのお話しをお聞きします。



●アロマセラピー(おひとり様20分)

9日(水)10:00~12:00

定員:先着4名 申込期間:9月1日(火)~9月8日(火)

※お電話でのお申し込みはできません。

●手作りサロン

「多面体折り紙に挑戦!!」 19日(土)13:00~15:30

12枚の折り紙を折って12面体を作ります。脳トレにも最適です。いっしょに脳活しましょう!

定員:先着8名 申込期間:9月8日(火)~9月17日(木)

参加費:100円 ※お電話でのお申し込みはできません。



●お茶の日	8日(火)	9:00~16:30	大広間前
●のど自慢の日	13日(日)	10:25~15:00	大広間
●健康相談	2日(水) 9日(水) 30日(水)	13:30~14:30	相談室
●体重・体脂肪測定	2日(水)	13:30~14:00	給湯室前
●いきいき百歳体操	1日(火)	10:30~11:30	ホール
●eスポーツ	9日(水)	14:00~14:30	大広間
●ドレミの会	16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



9月の予定



日	月	火	水	木	金	土
		1 いきいき 百歳体操 10:30~11:30 	2 健康相談 13:30~14:30 体重・体脂肪 測定 13:30~14:00 舞台演芸休み	3	4	5 
6 	7 休館日	8 お茶の日 9:00~16:30	9 健康相談 13:30~14:30 アロマセラピー 10:00~12:00 eスポーツ 14:00~14:30 舞台演芸休み	10	11	12 
13 のど自慢の日 10:25~15:00	14 休館日	15	16 ドレミの会 10:30~11:30 舞台演芸休み	17 交通安全教室 13:30~14:00	18	19 手作りサロン 13:00~15:30
20 映画会 13:30~15:10	21 敬老の日開館	22 休館日 (国民の休日)	23 休館日 (秋分の日)	24	25 防火講話 9:15~10:00	26
27 	28 休館日	29 防災訓練 (コミセン合同)	30 健康相談 13:30~14:30 舞台演芸休み	 		

○ 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だくため
100円玉をお持ちください

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。



馬宮荘ページは
こちらから！