宮原シニア憩いの家たより
令和8年11月号

発行日　令和８年１１月１日

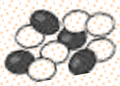
～ご利用について～

【利用時間】午前 9:00 から午後 6:00 まで
【利用できる方】さいたま市在住の６０歳以上の方が利用できる施設です。
＊宮原シニア憩いの家を利用される方は、登録カード（氏名・連絡先）にご記入をお願いします。詳しい内容は直接職員にお尋ねください。

ゆうゆうサークル
手芸･工作の時間
11/2、16(月)
10:30～11:30

シルバーサークル
体操･レクの時間
11/10（火）10:30～11:00
11/17（火）10:30～11:30
17日は運動支援員が来館します。

一緒にお花を植えましょう
11/16（月）～19（木）
10:30～11:30
園芸ボランティアを募集します！
上記の４日間でご都合のよい日にスコップを持ってお越しください。

囲碁･将棋



毎週木・金曜日
13:00～17:00
お仲間をお誘いあわせの上、お越しください。

スマホ教室中級編を開催します
スマホを使った歩数管理や通院・服薬管理を体験しましょう！
日時：11月６日(金) 10:00～12:00
場所：ふれあいの間
定員：１５名
対象：スマホをお持ちの方
内容：健康管理アプリ使用体験
　　スマホお困りごとなんでも相談
申し込み：来館・お電話で受け付けます。

eスポーツサロン

テレビゲームで運動する時間
テレビゲームでボーリングをします！
体操もしますよ！
日時：11/4(水) 10:30～11:30
会場：ふれあいの間
申し込み不要です。当日、お越しください。

利用者懇談会にご参加ください。
11/10(火)11:00～12:00 於ふれあいの間
皆さまのご意見をお聞かせください。

お 知 ら せ
11月23日(月)は休館します。３日(火)文化の日は開館します。

宮原シニア憩いの家ホームページ

インターネットでもたよりが見られます！

さいたま市老人憩いの家Xアカウント

シニア憩いの家
行事・団体予約カレンダー

R8.10.20までに予約された分を記載しています。

	日	月	火	水	木	金	土
午前	1 100才体操	2 ★ゆうゆう	3 文化の日 （開館）	4 ★eスポーツ	5	6 ★スマホ教室（中級）	7 ひまわり手芸
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	
午前	8 100才体操	9	10 ★シルバー ★利用者懇談会	11	12	13	14 おたのしみ会
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	おたのしみ 宮原会
午前	15 100才体操	16 ★ゆうゆう	17 ★シルバー （運支）	18	19 松原五歩の会	20	21
午後		花植え　10:30~11:30			★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	おたのしみ 宮原会
午前	22	23 休館 勤労感謝の日	24	25	26	27	28 おたのしみ会
午後					★囲碁・将棋	★囲碁・将棋	おたのしみ 宮原会
午前	29 100才体操	30					
午後							

★は、宮原シニア憩いの家が主催する行事です。無印は登録団体による憩いの家の利用予約です。

～憩いの家　利用申請方法について（登録団体）～

＊1月分の利用申し込みは、11月1日から受け付けます。決定は12月1日以降に行います。
＊利用の申込みが重なった場合は、抽選となります。（抽選日は利用を決定する日です。）
＊1か月に4回まで利用できます。決定日以降に部屋が空いていれば、追加で随時予約することが可能です。

《ご寄附を受け付けております》

社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団では、法人・団体・地域の皆さまからの寄附金の受付を行っております。皆さまからの寄附金は、当事業団の行う社会福祉事業への大きな支援となっております。

～寄附に関するお問い合わせ～
さいたま市社会福祉事業団　事務局　財務課　電話：048-669-0033

発　行：社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団　宮原シニア憩いの家
住　所：さいたま市北区宮原町4-66-13
電　話：048（667）3808
URL：https://www.saicity-j.or.jp/