月刊 令和5年7月 催事案内

問合せ先
船橋市中央老人福祉センター
〒273-0866　船橋市夏見台1-11-3
電 話:047-438-1105　FAX:047-438-1104
利用時間:午前9時30分から午後4時まで
休館日:日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

♧利用証の更新も行っております。まだ更新していない方は、旧利用証と住所のわかる書類(健康保険証など)をご持参のうえ更新手続きをしてください。

「納 涼　落語会」
落語家 柳家 花ごめ (やなぎや かごめ)
7月25日(火曜日)
午後13:00から14:00
募集人数:30名(先着順、定員になり次第〆切り)
※鑑賞希望の方は7月1日(土)から22日(土)までに、当センター窓口か、お電話にてお申込みください。

当日自由参加

16ビートを楽しむ教室
7月11・25日(火曜日)
午後13:00スタート
定員24名程度

シルバーリハビリ体操
7月28日(金曜日)
午後13:00スタート
定員20名程度

一般カラオケ
歌ってストレス発散!
楽しいひとときを過ごしませんか
午前の部　10:30から抽選　定員15名
午後の部　13:00から抽選　定員20名
※飛び入りの参加も受付けております。
人数に限りがある為、歌えない場合もあります。予めご了承ください。

令和5年7月健康体操予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1 いきいき体操
②	3	4	5	6	7	8
休館	(ヨガA)	若葉	太極	(気功教室)	紅葉	ー
⑨	10	11	12	13	14	15
休館	(ヨガB)	若葉	太極	(気功教室)	紅葉	いきいき体操
⑯	⑰	18	19	20	21	22
休館	休館 海の日	若葉	太極	(気功教室)	紅葉	ー
㉓	24	25	26	27	28	29
休館	(ヨガB)	若葉	太極	(気功教室)	紅葉	ー
㉚	31					
休館	(ヨガA)					

火曜日:若葉は初心者向けの体操です。
金曜日:紅葉は若葉から少しステップアップ!中級者向けの体操です。
☆太極拳のみ　9時55分より抽選(定員20名)
☆体操時間は10時から約1時間(但し、木曜日・土曜日は10時~12時)
※ヨガA/B・気功教室・いきいき体操は、事前登録者のみ参加できます。
※筆記用具・バスタオル・汗拭きタオル・水分補給飲料をご持参下さい。

【今月の予定】

7月1・15日(土)	10:00~11:30 卓球フリー(自由参加)
7月8日(土)	10:00~11:30 撞球フリー(自由参加)
7月18日(火)	午前 ミニミニ講座 (消費生活センター)
7月26日(水)	午前　移動交番 (船橋警察署)

令和5年 7月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1 民謡自 卓球フリー　パソコン いきいき体操 健康麻雀同好会 七夕週間（7月1日～7日まで）	2 休館日
3 ハーモニカ　折り紙 ハワイアン　コーラス ヨガ体操A ハーモニカクラブ発表会 手編同好会 七夕週間（7月1日～7日まで）	4 陶芸A　陶芸A ばか面 若葉体操	5 俳句　民謡 ペン習字 太極拳 民謡クラブ発表会	6 華道　ウクレレ 卓球　卓球 気功教室	7 陶芸C　陶芸C 舞踊自　舞踊 紅葉体操	8 絵画 卓球自　卓球自 健康麻雀同好会 撞球フリー	9 休館日
10 カラオケ自　カラオケ ヨガ体操B	11 陶芸B　陶芸B 脳トレ　16ビート 若葉体操 茶道自　茶道	12 詩吟　手芸 ダンス 太極拳	13 水墨画　盆栽 卓球　卓球 気功教室 ウクレレ同好会	14 書道 コーラス自 紅葉体操	15 民謡自 卓球フリー　パソコン いきいき体操 ともえクラブ 健康麻雀同好会	16 休館日
17 休館日 海の日	18 陶芸A　陶芸A ばか面 若葉体操 ミニミニ講座	19 俳句　民謡 ペン習字 太極拳	20 華道　ウクレレ 卓球　卓球 気功教室	21 陶芸C　陶芸C 舞踊自　舞踊 紅葉体操	22 絵画 卓球自　卓球自 健康麻雀同好会	23 休館日
24 カラオケ自　カラオケ ヨガ体操B	25 陶芸B　陶芸B クラブ連協②　16ビート 若葉体操 納涼　落語会 茶道自　茶道	26 詩吟　手芸 ダンス 太極拳 移動交番	27 水墨画　盆栽 卓球　卓球 気功教室	28 書道 コーラス自　シルリハ 紅葉体操	29	30 休館日
31 ハーモニカ　折り紙 ハワイアン　コーラス ヨガ体操A 手編同好会						