

月刊 令和5年8月 催事案内

プログラムは、予告なしに変更・中止になる場合があります。

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。



当日自由参加

16ビートを楽しむ教室
8月8・22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
8月25日(金曜日)
午後13:00スタート
定員20名程度

一般カラオケ

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。

事前申し込み 先着順

ビューティーアドバイザーによる
「ハンドケアサロン」(ハンドマッサージ編)
令和5年8月8日(火曜日)
先着7名 11:00～12:45(予定)
申込受付 7/19(水)～8/7(月)まで



令和5年8月健康体操予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 若葉	2 太極	3 (気功教室)	4 紅葉	5 いきいき体操
⑥	7	8 若葉	9 太極	10 (気功教室)	⑪ 休館 山の日	12 -
⑬	14	15 若葉	16 太極	17 (気功教室)	18 紅葉	19 いきいき体操
⑳	21	22 若葉	23 太極	24 (気功教室)	25 紅葉	26 -
㉓	28	29 紅葉	30 太極	31 (気功教室)	火曜日の第5週目は、紅葉体操です。	

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】

8月5・19日(土) 10:00～11:30 卓球フリー(自由参加)
8月12日(土) 10:00～11:30 撞球フリー(自由参加)
8月2日(水) 午前 ミニミニ講座(消費生活センター)
8月25日(金) 午前 移動交番(船橋警察署)

